

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	.	GK	18 Stunden UV 1 Kurs I

Fair gewinnt? - Regelgerechte Mannschaftsspiele – Welchen Einfluss haben Regeln auf ein Sportspiel am Beispiel des Basketballs?

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) .

Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. .

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden .

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. .

Didaktische Entscheidungen Da das Bewegungsfeld (BF/SB7) in diesem Kursprofil leitend ist, ist es wichtig, dass die grundlegenden Regeln von Sportspielen zu Beginn der Qualifikationsphase erlernt werden, um im Laufe der Qualifikationsphase immer wieder darauf zurückgreifen zu können. Da das Wettkampfspiel Basketball prüfungsrelevant ist, lernen die SuS die Basketballregeln anzuwenden und zu reflektieren. Die SuS sollen verstehen wie Aggression im Sport entsteht und welche Auswirkungen diese Aggression auf das Sportspiel selbst und auf die Umgebung hat (Hooligans, etc.)	Methodische Entscheidungen Zunächst sollen die Basketballregeln erlernt und in der Praxis angewendet werden. Dazu werden die Regeln in das Regelschema von DIGEL integriert und analysiert. Welche Regeln müssen in der Abiturprüfung auf jeden Fall gezeigt werden? Welche Regeln sind für die Sekundarstufe I zu komplex, müssen aber jetzt erlernt werden? Danach wird der Begriffe Fairness thematisiert. Ist ein Spiel fair, wenn sich alle an die Regeln halten? Was macht Fairness in Sportspielen (z.B. Basketball) aus? Der Begriff Aggression ist ebenfalls zu behandeln. Wieso entstehen Aggressionen auf und auch neben dem Spielfeld? Was kennzeichnet eine Aggression und welche Auswirkungen kann sie haben?	Gegenstände Basketball - Spielfeld - Regeln Regelschema nach DIGEL - Einfluss von Regeländerungen für das Spiel und den Spielfluss Fairness, Aggression	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Darstellungsaufgabe <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit & Toleranz) - Engagement beim Spiel zeigen (Körpersprache: Körperspannung/Bereitschaftshaltung) - (kognitive & motorische Leistungsbereitschaft) <u>punktuell:</u> Leistungsüberprüfung des Regelverständnisses der Basketballregeln - entweder praktisch (Schiedsrichter-tätigkeit) oder theoretisch (in Form einer schriftlichen Überprüfung) <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Erfolgreiches individualtaktisches und gruppentaktisches Verhalten zeigen (dadurch entstehen erfolgreiche Spielsituationen); Regelgerechtes Verhalten auf dem Spielfeld; Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Fairness, Aggression, Regelschema nach DIGEL (Spielidee, konstitutive Regeln, strategische Regeln, moralische Regeln), Basketballregeln			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	F	.	GK	18 Stunden UV 2 Kurs I

Was ist gesund, was ist ungesund? – Wie Fitness und Ausdauerleistungsfähigkeit unsere Gesundheit unterstützt - Planung und Durchführung eines 30-minütigen Fitnessprogramms!

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) .

Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. .

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. .

Didaktische Entscheidungen Da das Bewegungsfeld (BF/SB1) in diesem Kursprofil leitend ist, ist es wichtig, dass die grundlegenden Begrifflichkeiten über Gesundheit und Fitness zu Beginn der Qualifikationsphase erlernt werden, um im Laufe der Qualifikationsphase immer wieder darauf zurückgreifen zu können. Die SuS sollen sich mit der Planung und Durchführung eines Fitnessprogramms erstmalig organisierend und nicht konsumierend mit dem Bereich der Fitness auseinandersetzen.	Methodische Entscheidungen Zunächst werden bekannte Fitnessprogramme aus der Sekundarstufe I (z.B. Step-Aerobic, etc.) vorgestellt und in Bezug zu den Begriffen Gesundheit und Fitness gebracht. Dann wird die Frage geklärt, was Fitness und Gesundheit ausmacht und ob verschiedene Programme, die aus Fitnessstudios bekannt sind, diese Anforderung erfüllen. Danach wird ein Kriterienkatalog erarbeitet, welche Punkte für ein Fitnessprogramm besonders wichtig sind. Mit diesem Wissen sollen die SuS dann selbstständig ein 30-minütiges Fitnessprogramm erstellen. Hier ist es der Gruppe selbst überlassen, ob sie sich mit dem Bereich Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit oder Koordination beschäftigt.	Gegenstände Fitnessprogramme aus dem Breitensport, bekannte Fitnessprogramme aus der SuS-Freizeit Neue, selbst erarbeitete Fitnessprogramme und deren Reflexion	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Präsentation <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit & Toleranz) - Engagement bei der Erarbeitung eines Fitnessprogramms (Anstrengungsbereitschaft & Frustrationstoleranz) - kognitive & motorische Leistungsbereitschaft <u>punktuell:</u> Leistungsüberprüfung anhand der Präsentation des Fitnessprogramms (sind alle Kriterien vorhanden) <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Beurteilung der Anstrengungsbereitschaft und der Frustrationstoleranz, Demonstration eines Fitnessprogramms: Auswahl der Übungen und das Ergreifen richtiger Organisatorischer Maßnahmen Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Gesundheit (Zusammensetzung der Gesundheitsfaktoren: Körperlich, Seelisch-geistig, Materiell); Definitionen Salutogenesemodell als ein Modell des Gesundheitsverständnisses Ausdauer als ein Baustein der Kondition 4 Säulen des Fitnesssports (Ausdauertraining, Krafttraining, Beweglichkeitstraining, Koordinationstraining) Selbststeuerung im Fitnesssport (Puls, BORG-Skala, Anstrengungsphänomene nach Harre)			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	A	.	GK	18 Stunden UV 3 Kurs I

Korbleger und Co – Basketballspezifische Fertigkeiten hinsichtlich unterschiedlicher Methoden des motorischen Lernens erproben und reflektieren.

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

(a): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz

.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Didaktische Entscheidungen Um eine Bewegung technisch gut ausführen zu können muss man diese Bewegung bis hin zur einzelnen Teilen analysieren können. Die SuS lernen in der Theorie die Phasenstruktur einer Bewegung kennen und sollen anhand von Beobachtungsaufgaben das Erlernen von basketballspezifischen Techniken unterstützen. Durch Bewegungsbeobachtungen und –analysen sollen die SuS sich gegenseitig beim motorischen Lernprozess unterstützen und die unterschiedlichen Erfolge oder Defizite in der Bewegung benennen und beschreiben können.	Methodische Entscheidungen Zunächst werden bekannte Bewegungen vorgemacht und in ihre einzelnen Phasen unterteilt. Danach wird sich die Frage gestellt, wie man eine komplexe Basketballtechnik erlernen kann und welche Methoden des Erlernens die SuS aus der Schule oder einem Verein kennen. Dann sollen die SuS unterschiedliche Basketballtechniken anhand unterschiedlicher Lernmethoden kennenlernen und erproben und sich selbst in Lernphasen einteilen. Anhand von Beobachtungen werden die Bewegungen verfeinert und zur Zielbewegung hin trainiert. Den Abschluss des Unterrichtsvorhabens bildet ein sportmotorischer Test, der die Entwicklung und den Zielstand der Bewegung bewertet.	Gegenstände Unterschiedliche Methoden des motorischen Lernens werden theoretisch und praktisch bearbeitet und analysiert Die verschiedenen Lernphasen werden dazu ebenfalls kennengelernt Bewegungsbeobachtungen und Bewegungsanalyse Dribbling, Korbwürfe, Pässe, etc.	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Sportmotorische Testverfahren <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit &Toleranz) - Engagement bei dem Erlernen neuer Bewegungen und bei Beobachtungsaufgaben (Anstrengungsbereitschaft & Frustrationstoleranz) - kognitive & motorische Leistungsbereitschaft <u>punktuell:</u> Sportmotorische Leistungsüberprüfung anhand einer Techniküberprüfung <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Beurteilung der Anstrengungsbereitschaft und der Frustrationstoleranz, Demonstration der Techniken, motorischer Lernzuwachs während des Unterrichtsvorhabens Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Motorisches Lernen (Ganzheitsmethode, synthetisch-analytische Methode) Lernphasen nach MEINEL und SCHNABEL Phasenstruktur nach GÖHNER und MEINEL Bewegungsbeobachtung, Bewegungsanalyse SCHAUE-Regel LERNEN-Regel			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Psychoregulative Verfahren zur Entspannung	B	.	GK	18 Stunden UV 4 Kurs I

Wir gestalten unser eigenes Entspannungskonzept – Kriteriengeleitete Erstellung eines Entspannungskonzeptes zur Förderung einer stressfreien Schullaufbahn/Berufslaufbahn.

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

.

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

.

Didaktische Entscheidungen Da das Bewegungsfeld (BF/SB1) in diesem Kursprofil leitend ist, ist es wichtig, dass sich die SuS mit der eigenen Körperwahrnehmung auseinander setzen. Sie sollen erfahren, dass sich ein gutes Körpergefühl auch dadurch ausdrückt, dass man Stress und Unruhe beherrscht und der Sport eine gute Möglichkeit bietet in Stresssituationen Entspannung hervorzurufen. Die SuS sollen sich mit der Planung und Durchführung eines Entspannungskonzeptes zielgerichtet mit der Möglichkeit in Stresssituationen Entspannung zu finden befassen. Weiterführendes Ziel ist es, die SuS dazu zu befähigen in stressigen Lebenslagen strukturiert Ruhe zu finden und Entspannung zu erreichen, um präventiv psychische Erkrankungen entgegenzuwirken.	Methodische Entscheidungen Zunächst werden bekannte Entspannungstechniken aus der Sekundarstufe I (Traumreisen, progressive Muskelentspannung, etc.) vorgestellt und in Bezug zu den Begriffen Entspannung, Stress und Unruhe gebracht. Dann wird die Frage geklärt, was Stress und Unruhe ausmacht und ob verschiedene Programme, die aus Fitnessstudios bekannt sind, diesen Phänomenen entgegen wirken können. Danach wird ein Kriterienkatalog erarbeitet, welche Punkte für ein Entspannungskonzept besonders wichtig sind. Mit diesem Wissen sollen die SuS dann selbstständig in Gruppen ein 15-minütiges Entspannungskonzept erstellen.	Gegenstände Unterschiedliche Methoden der Entspannung Neue, selbst erarbeitet Entspannungskonzepte	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Präsentation <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit & Toleranz) - Engagement bei der Erstellung der Entspannungskonzepte (Anstrengungsbereitschaft & Frustrationstoleranz) - kognitive & motorische Leistungsbereitschaft <u>punktuell:</u> Leistungsüberprüfung anhand der Präsentation des Entspannungskonzeptes (sind alle Kriterien vorhanden) <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Beurteilung der Anstrengungsbereitschaft und der Frustrationstoleranz, Demonstration und Präsentation eines Entspannungskonzeptes: Auswahl der Übungen und das Ergreifen richtiger Organisatorischer Maßnahmen Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Entspannungstechniken Stress, Unruhe, durch Stress verursachte psychische Krankheiten (Burnout, Angstzustände, etc. / hier kann vor allem auch auf die Wünsche der SuS Rücksicht genommen werden) Gestaltungskriterien			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	.	GK	15 Stunden UV 5 Kurs I

Was haben Basketball und Rugby/Ultimate Frisbee gemeinsam? – Taktiken in Sportspielen – nur gemeinsam zum Erfolg? Oder kann ein Individualist im Mannschaftssport auch gewinnen?

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) .

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Sachkompetenz

. .

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. .

Urteilskompetenz

. .

Didaktische Entscheidungen Da das Bewegungsfeld (BF/SB7) in diesem Kursprofil leitend ist, ist es wichtig, dass grundlegenden Taktiken, die in allen Sportspielen angewendet werden können erlernt werden. Auch nicht prüfungsrelevante Sportspiele weisen diese sportspielspezifischen Taktiken auf, so dass anhand anderer Sportspiele ein Taktikverständnis entstehen kann. Die SuS sollen erkennen, dass es in jeglichen Sportspielen immer wieder auf taktische Maßnahmen im Spiel ankommt und dass sich die einzelnen Sportspiele in der Ausführung dieser unterschiedlichen Maßnahmen unterscheiden (ein Ultimate-Frisbee-Spieler wird seine Individualtaktik nicht so hoch ansetzen wie ein Rugbyspieler, da er mit der Scheibe keine große Strecke zurücklegen kann)	Methodische Entscheidungen Zunächst sollen die SuS die unterschiedlichen Spielformen kennenlernen. Danach sollen die herausarbeiten, welche taktischen Verhaltensweisen in allen vorgestellten Spielen umzusetzen sind. Danach werden die Begriffe Mannschaftstaktik, Individualtaktik und Gruppentaktik thematisiert. Für jeden Taktikbaustein werden einzelne Spielsituationen präsentiert, die dann von den SuS analysiert werden sollen: Ist es sinnvoll in einer Ultimate-Frisbee-Spielsituation eine Individualtaktik zu spielen? Warum bieten sich vor allem beim Rugby Gruppentaktiken an?	Gegenstände Basketballspielformen Rugbyspielformen Ultimate-Frisbee-Spielformen Basketballtaktiken Rugbytaktiken Ultimate-Frisbee-Taktiken	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Analyseaufgabe <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit & Toleranz) - Engagement beim Spiel zeigen (Körpersprache: Körperspannung/Bereitschaftshaltung) - (kognitive & motorische Leistungsbereitschaft) <u>punktuell:</u> Beobachtung über individuelle Fortschritte. <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Erfolgreiches individualtaktisches und gruppentaktisches Verhalten zeigen (dadurch entstehen erfolgreiche Spielsituationen); Analysieren der einzelnen Spielsituationen und Anwendung der richtigen Taktik Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Taktiken in Sportspielen Mannschaftstaktik Individualtaktik Gruppentaktik			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Rettungsschwimmen	C	.	GK	21 Stunden UV 6 Kurs I

Sicheres Helfen in Ausnahmesituationen – Wir lernen Menschen vor dem Ertrinken zu retten!

(zzgl. 800m – Ausdauerschwimmen für die Abiturprüfung)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug (z.B. Auslösen der Rettungskette, Anschwimmen in Kleidung etc.) allein oder gemeinsam planen und bewältigen

.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Urteilskompetenz

.

.

Didaktische Entscheidungen Diese Unterrichtseinheit soll die SuS vor Wagnis und Risikosituationen stellen und ihnen Handlungsalternativen mit an die Hand zu geben, diese zu bewältigen. Gerade das Rettungsschwimmen bietet sich dazu in besonderem Maße an, weil die meisten SuS keine Vorerfahrungen in diesem Bereich haben und trotzdem in ihrer Freizeit mit einer Rettungssituation konfrontiert werden könnten. Um in diesen Situationen angemessen handeln zu können, erarbeiten die SuS eine Rettungssituation mit Realitätsbezug, um im Ernstfall richtig handeln zu können und die Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden zu können. Außerdem sollen die SuS die Gelegenheit erhalten, die für die Abiturprüfung relevante 800m Ausdauerleistung zu erproben.	Methodische Entscheidungen Zunächst sollen die SuS die unterschiedlichen Schwimmtechniken (Brust und Kraul) erlernen und in Bezug auf das Rettungsschwimmen anwenden können. Danach sollen die herausarbeiten, welche Punkte wichtig sind, wenn sie einen Ertrinkenden retten wollen (Rettungskette) Die SuS sollen ebenfalls in Kleidung schwimmen lernen, um den Ernstfall beurteilen zu können und die Nachteile des Kleidungsschwimmens zu erfahren (deshalb, so viel wie möglich ausziehen, bevor man ins Wasser springt) Danach werden die SuS in Gruppen eine Rettungssituation planen und durchführen. Die Ausführung fließt in die Notengebung mit ein. Abschließend sollen die SuS die Ausdauerleistung im Wasser trainieren – 800m	Gegenstände Rettungsschwimmen Auslösen der Rettungskette Anschwimmen in Kleidung Sicherung des zu Rettenden Befreiungsgriffe Abschleppen Aus dem Wasser bringen Wiederbeleben an einer Rettungspuppe Ausdauerndes Schwimmen (800m auf Zeit)	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Demonstration <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit &Toleranz) - Engagement beim Erarbeiten der Rettungssituation - (kognitive & motorische Leistungsbereitschaft) <u>punktuell:</u> Demonstration der Rettungssituation und das angemessene Handeln in dieser Situation. <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Erfolgreiches Verhalten während der Rettung zeigen; Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Erste Hilfe Befreiungsgriffe Rettungskette Wagnis und Risiko			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	D	.	GK	18 Stunden UV 7 Kurs I

Ausdauerndes Laufen – 5.000m auf Zeit – Wir planen ein Training für die Ausdauerleistung der Abiturprüfung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Didaktische Entscheidungen Diese Unterrichtseinheit soll den SuS die individuelle Leistung im Ausdauerbereich deutlich machen und ihnen aufzeigen, welches Training sie zu einem individuell erfolgreichen Abschneiden in die Abiturprüfung verhelfen kann. Ziel ist es einen Trainingsplan zu gestalten, der das individuelle Optimum für die Abiturprüfung sichert.	Methodische Entscheidungen Zu Beginn soll der IST-Zustand der SuS dokumentiert werden. Dazu absolvieren alle SuS den 5000m-Lauf und notieren ihre individuelle Leistung. Anhand der theoretisch erarbeiteten Hintergründe (hier können die SuS z.B. ein zusammenfassendes Skript erhalten, was selbstständig bearbeitet werden muss) haben die SuS nun Zeit in kleinen Gruppen einen Trainings-plan zu entwerfen, der in den Praxisstunden und privat umgesetzt werden soll (die Gruppeneinteilung erfolgt leistungsbezogen, anhand der Werte des IST-Zustandes). Nach jeweils 4 Wochen werden die 5000m erneut gelaufen und die Zeit wird im Trainingstagebuch notiert (5 Läufe insgesamt). Anhand der Trainingspläne und der individuellen Leistungssteigerung soll die Effektivität des Trainingsplans beurteilt werden.	Gegenstände Ausdauerndes Laufen (5000m) Selbst erarbeitet Trainingspläne mit unterschiedlichen Ausdauermethoden bzw. Ausdauerspielformen	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Sportmotorische Testverfahren <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit &Toleranz) - Engagement beim Erarbeiten der Trainingspläne - Engagement bei der Durchführung der Trainingspläne - (kognitive & motorische Leistungsbereitschaft) <u>punktuell:</u> Verbesserungen während des Unterrichtsvorhabens (Leistungsorientiert – Zeiten der 5000m-Läufe als Grundlage). <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit; Anstrengungsbereitschaft und Frustrationstoleranz; Auswahl richtiger Methoden zur Verbesserung der individuellen Ausdauerleistung; Ergreifen der richtigen organisatorischen Maßnahmen Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Trainingsplanung und –steuerung Homöostase Superkompensation Belastungskomponenten Trainingsmethoden (Dauermethode, Intervallmethode, Wiederholungsmethode, Wettkampfmethode)			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik	A	.	GK	18 Stunden UV 8 Kurs I

Drehen, Balancieren, Hüfen auf einem Bein – und das mit geschlossenen Augen? Entwicklung und Bewertung eines Parcours zur Schulung und Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten.

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)

Sachkompetenz

.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

.

Didaktische Entscheidungen Da die Koordinativen Fähigkeiten die Grundlage jeglicher sportlicher Bewegung darstellen, sollen sich die SuS im Abiturfach Sport intensiv mit dieser Thematik auseinander setzen. Das Zusammenspiel von Muskeln und Nerven ist für jede Sportart von großer Bedeutung und kann durch die Schulung der koordinativen Fähigkeiten trainiert und verbessert werden. Anhand der Erarbeitung eines Parcours zur Schulung der koordinativen Fähigkeiten, können die SuS sich theoretisch und praktisch mit diesem Inhalt beschäftigen und somit individuelle Verbesserungen erreichen.	Methodische Entscheidungen Zunächst werden unterschiedliche Koordinative Übungen durchgeführt, die die Frage aufwerfen, wie man Koordination schulen oder verbessern kann. Dann werden die SuS theoretisch an die Koordinativen Fähigkeiten nach Meinel und Schnabel herangeführt, um die erfahrenden Übungen der jeweiligen Koordinativen Fähigkeit zuordnen zu können. Im Anschluss erhalten die SuS die Aufgabe einen Parcours zur Schulung einer bestimmten Koordinativen Fähigkeit zu entwickeln, planen, umzusetzen, vorzustellen und die Parcours der anderen zu bewerten (wichtig dabei ist, dass alle Koordinativen Fähigkeiten bearbeitet werden – der Parcours sollte in höchstens 30 min zu bewältigen sein) Ziel ist, dass alle SuS eine individuelle Förderung der koordinativen Fähigkeiten erfahren.	Gegenstände Unterschiedliche Methoden zur Schullung koordinativer Fähigkeiten Neue, selbst erarbeitet Parcours der SuS	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Präsentation <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit &Toleranz) - Engagement bei der Erstellung des Parcours zur Schulung der koordinativen Fähigkeiten (Anstrengungsbereitschaft & Frustrationstoleranz) - kognitive & motorische Leistungsbereitschaft <u>punktuell:</u> Leistungsüberprüfung anhand der Präsentation des Parcours <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Beurteilung der Anstrengungsbereitschaft und der Frustrationstoleranz, Demonstration und Präsentation eines Parcours: Auswahl der Übungen und das Ergreifen richtiger Organisatorischer Maßnahmen Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Koordinative Fähigkeiten (Reaktionsfähigkeit, Rhythmisierungsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit, Umstellungsfähigkeit) Maßnahmen zur Variation der Bewegungsaufgaben Methodische Grundsätze und Maßnahmen im Koordinationstraining			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	.	GK	18 Stunden UV 9 Kurs I

Das Basketballspiel – Basketballspezifische Techniken und Taktiken in unterschiedlichen Spielsituationen erproben und bewerten.

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) .

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. .

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

. .

Didaktische Entscheidungen Da das Bewegungsfeld (BF/SB7) in diesem Kursprofil leitend ist, ist es wichtig, dass die basketballspezifischen Techniken und Taktiken weiter trainiert werden und auf neue Umstände (unterschiedliche Spielsituationen) angewendet werden. Dadurch sollen die SuS in dem prüfungsrelevanten Sportspiel mehr Sicherheit erhalten und Handlungsalternativen in Spielsituationen erkennen.	Methodische Entscheidungen Nachdem in vorherigen Unterrichtsvorhaben die Regeln und Techniken des Basketballs bearbeitet wurden, sollen diese nun in Verbindung mit den basketballspezifischen Taktiken in unterschiedlichen Spielsituationen angewendet und analysiert werden. Dazu sollen die grundlegenden strategischen Maßnahmen im Basketball erprobt und reflektiert werden. In welchen Spielsituationen bieten sich Schnellangriffe, Positionsangriffe an? Wie soll verteidigt werden? Wie soll sich die Mannschaft in Überzahl- oder Unterzahlsituationen verhalten?	Gegenstände Basketballspezifische Techniken und Taktiken Schnellangriff, Positionsangriff, Manndeckung, Raumdeckung Unterschiedliche Spielsituationen: 1:1 2:2 3:3 4:4 5:5 Sowie Überzahl- und Unterzahlsituationen	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Analyseaufgabe <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit & Toleranz) - Engagement beim Spiel zeigen (Körpersprache: Körperspannung/Bereitschaftshaltung) - (kognitive & motorische Leistungsbereitschaft) <u>punktuell:</u> Motorische Leistungsüberprüfung des Spielverständnisses des Basketballs. Begründete Analyseaufgabe dazu, welche taktische Maßnahme sich in welcher Spielsituation am ehesten anbietet. <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Erfolgreiches individualtaktisches und gruppentaktisches Verhalten zeigen (dadurch entstehen erfolgreiche Spielsituationen); Regelgerechtes Verhalten auf dem Spielfeld; Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Basketballregeln: grundlegende strategische Maßnahmen im Basketballsport (Schnellangriff, Positionsangriff, Manndeckung, Raumdeckung, Überzahlsituationen, Unterzahlsituationen)			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung	F	.	GK	12 Stunden UV 10 Kurs I

Fit für die Abiturprüfung? – Muskeltraining und Dehnen – Erarbeitung eines individuellen Muskeltrainings ohne Geräte mit dazugehörigen Dehnübungen zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) .

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsgefährdende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern .

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. .

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. .

Didaktische Entscheidungen In den vorangegangenen Unterrichtsvorhaben haben die SuS ihre Stärken und Schwächen im motorischen Bereich individuell erfahren. In diesem Unterrichtsvorhaben soll es nun darum gehen, dass die SuS ihre individuelle körperliche Leistungsfähigkeit genauer betrachten, in dem sie eigenverantwortlich Programme zum Muskelaufbau mit dazugehörigen Dehnübungen entwickeln. Ziel dieses Unterrichtsvorhabens ist es, dass die SuS sich körperlich fit für die Abiturprüfung fühlen und Programme ohne Geräte entwickeln, die sie auch individuell zuhause durchführen können. Dazu erhalten die SuS umfassende Informationen über die Muskulatur und die Bereitstellung von Energie.	Methodische Entscheidungen Zunächst wird ein sehr leichtes Krafttraining mit Dehnübungen vorgestellt. Die meisten SuS erfahren, dass sich dieses Training nicht positiv auf ihre körperliche Leistungsfähigkeit ausübt. Im Anschluss wird ein Krafttraining mit Dehnübungen vorgestellt, was die körperliche Leistungsfähigkeit der meisten SuS übersteigt. Die sich daraus entwickelnde Feststellung „Jedes Kraftprogramm muss individuell gestaltet sein und auf die Leistungsfähigkeit jedes einzelnen ausgerichtet sein“ führt dazu, dass die SuS im weiteren Verlauf der Unterrichtseinheit eigenständig Kraftprogramme entwickeln, die ihre Defizite im motorischen Bereich verbessern sollen. Diese Programme sollen sie in der Praxis und Theorie erarbeiten und in einem Portfolio zusammenfassen, was nachher bewertet wird. (Einzelarbeit)	Gegenstände Unterschiedliche Krafttrainingsprogramme (leicht und sehr schwer) zum Unterrichtseinsteig Neue, selbst erarbeitete Programme der SuS Die theoretischen Hintergründe können als Skript an die SuS ausgeteilt werden, so dass sich jeder nach individuellen Stärken mit seinem Programm beschäftigen kann.	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Darstellungsaufgabe <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit & Toleranz) - Engagement bei der Erstellung der Programme zur Förderung der individuellen körperlichen Leistungsfähigkeit - kognitive & motorische Leistungsbereitschaft <u>punktuell:</u> Leistungsüberprüfung anhand der Darstellungsleistung der Portfolios <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Beurteilung der Anstrengungsbereitschaft und der Frustrationstoleranz, Auswahl der angemessenen Übungen, Darstellungsleistung des Portfolios Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Muskulatur des Menschen Energiestoffwechsel des Muskels (Muskelversorgung, aerobe Phosphorylierung, Anaerobe Phosphorylierung, Phasen der Energiebereitstellung – anaerob-alaktazid, anaerob-laktazid, aerob-alaktazid, Erläuterungen zum Energiestoffwechsel) Kondition (Kraft, Beweglichkeit, Koordination, Ausdauer) Dehnübungen (statisch, dynamisch)			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	D	.	GK	12 Stunden UV 11 Kurs I

30 Minuten Vollgas – Wir machen uns fit für die Abiturprüfung – Konditionelle und koordinative Fähigkeiten unter Druckbedingungen
– Erstellung eines Trainingstagebuchs um die individuellen Leistungsfähigkeit zu dokumentieren und selbst einzuschätzen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d) .

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Sachkompetenz

. .

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) .

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen. .

Didaktische Entscheidungen In den vorangegangenen Unterrichtsvorhaben haben die SuS ihre Stärken und Schwächen im motorischen Bereich individuell erfahren. In diesem Unterrichtsvorhaben geht es nun darum, unter Druckbedingungen (wie z.B. im Abitur) die optimale Leistung zu erbringen. Dazu sollen die SuS ein individuelles Trainingstagebuch führen, in das sie die individuelle Leistungsfähigkeit im Basketballspiel dokumentieren. Das mit dem Tagebuch verbundene Ziel des Unterrichtsvorhabens ist, dass die SuS ihre Leistungsfähigkeit individuell einschätzen können und dadurch in Situationen, die Druckbedingungen hervorrufen, selbstsicherer handeln können. Die Methode, dass die SuS unter Abiturbedingungen Basketball spielen („30min Vollgas“), soll ebenfalls dazu beitragen, dass die Wettkampfsituation im Abitur nicht belastend wirkt, sondern vorbereitet wurde.	Methodische Entscheidungen Zunächst sollen die SuS unter Abiturbedingungen Basketball spielen. Anhand der dort gemachten Erfahrung, sollen die SuS ihre Stärken und Schwächen im Spiel in ein Trainingstagebuch notieren. Danach sollen die SuS innerhalb ihres Teams besprechen wie man die Stärken des jeweiligen Spielers im Spiel nutzen kann (z.B. Spieler mit Übersicht als Aufbauspieler, Schnelle Spieler als Flügelspieler, etc.). In den jeweiligen Teams wird ebenfalls über die Schwächen der Spieler gesprochen und erarbeitet welche Auswirkungen diese Schwächen auf das Spiel haben könnten. Im Laufe der sehr offenen Unterrichtseinheit sollen die SuS an ihren Schwächen arbeiten, diese durch Training abschwächen und immer wieder ihren Leistungssteigerung im Trainingstagebuch notieren.	Gegenstände Regelgerechtes Basketballspiel unter Abiturvoraussetzungen. Spielsituationen, in denen die einzelnen Teams Taktiken und Techniken ausprobieren und trainieren können.	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u> Darstellungsaufgabe <u>unterrichtsbegleitend</u> - Sich auf den Unterrichtsinhalt einlassen (Offenheit & Toleranz) - Engagement bei der Erstellung des Trainingstagebuchs zur individuellen Leistungsfähigkeit im Basketball - kognitive & motorische Leistungsbereitschaft <u>punktuell:</u> Beobachtung über individuelle Fortschritte beim Training für die Abiturprüfung <u>Kriterien:</u> Sportpraxis: Beurteilung der Anstrengungsbereitschaft und der Frustrationstoleranz, Trainingsbereitschaft Kommunikation und Absprache innerhalb der Teams Sporttheorie: siehe Bewertung der mündlichen Mitarbeit
Fachbegriffe Druckbedingungen Leistungsbegrenzende bzw. leistungsbestimmende Faktoren im Sport (Sportler – anthropometrische Eigenschaften, Psychische und sozial-psychologische Eigenschaften, motorische Merkmale/Umwelt – Gelände, Bahn, Geräte, Klima, Wind, Zuschauer, Ansporn, etc.)			