

**Schulinterner Lehrplan
zum Kernlehrplan für die gymnasiale Oberstufe
im Fach Sport (Entwurf)**

(Stand: 20.06.2015)

Inhalt

	Seite
1 Die Fachgruppe Sport am Städtischen Gymnasium Wülfrath	3
1.1 Leitbild für das Fach Sport	3
1.2 Qualitätsentwicklung und –sicherung	4
1.3 Sportstättenangebot	4
2 Entscheidungen zum Unterricht	5
2.1 Die Einführungsphase (Jg. E)	5
2.1.1 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jg. E	5
2.1.2 Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen	6
2.2 Die Qualifikationsphase (Jg. Q1/2)	9
2.2.1 Die Kursprofile in der Qualifikationsphase	9
3 Grundsätze der Leistungsbewertung	40
4 Qualitätssicherung und Evaluation	42
5 Anhang	43

1 Die Fachgruppe Sport am Städtischen Gymnasium Wülfrath

1.1 Leitbild für das Fach Sport

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm des Städtischen Gymnasiums Wülfrath drückt sich im Leitbild und im Schulsportprogramm aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans. Unsere Schule folgt dazu einem ganzheitlichen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport der Schülerinnen und Schüler in einer bewegungsfreudigen Schule fördern will.

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Durch ihr Schulsportkonzept möchte sie den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung zu einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können.

Den Schülerinnen und Schülern soll darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

Wir fördern die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren,
- Wissen über Gesundheit und Fitness im und durch Sport besitzen,
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,
- den Umgang mit einer bewegungsfreudigen, gesunden Lebensführung konstruktiv anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler – sozial anerkannt und integriert wissen.

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird.

1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung

Die Fachkonferenz ist der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Faches Sport verpflichtet. Folgende Vereinbarungen werden als Grundlage einer teamorientierten Zusammenarbeit vereinbart:

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts. Sie verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, Qualitätszirkeln für die Unterrichtsentwicklung im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports.

1.3 Sportstättenangebot

Sportstätten der Schule:

- Schuleigene Sporthalle
- Schuleigener Ascheplatz mit zwei Fußballtoren
- Basketballfeld auf dem Schulhof
- Tischtennisplatten auf dem Schulhof
- Skateranlage auf dem Schulhof der Angerschule

Sportstätten im Umfeld der Schule:

- Nutzung des Sportgeländes Erbacher Berg mit Leichtathletikanlagen, drei Fußballfeldern, Beachfeldern, Outdoor-Basketball etc.
- Nutzung des städtischen Hallenbades
- Nutzung zweier Ballsporthallen (Städtische Sportanlage Fliethe)
- Kooperation mit den örtlichen Tennisvereinen
- Kooperationen mit weiteren Vereinen des Stadtsportbundes
- Kooperation mit kommerziellen Anbietern, wie Tanzschulen und Fitnessstudios
- Waldgelände mit Lauf- und Wanderwegen im unmittelbaren Umfeld der Schule
- Panoramaradweg

2 Entscheidungen zum Unterricht

Die Darstellung der Inhalte erfolgt auf zwei Ebenen: der Übersichts- und der Konkretisierungsebene.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o.ä.) zu erhalten, wird im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans ein zeitlicher Freiraum eingeplant.

2.1 Die Einführungsphase (Jg. E)

Für die Einführungsphase (Jg. E) hat die Fachkonferenz Sport die Bewegungsfelder und Sportbereiche 1, 5 und 7 festgelegt.

2.1.1 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jg. E

Jg. E	Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
	UV I	Neue Partner und wechselnde Gegner – unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „Jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) im Badminton organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen. ca. 12 Stunden
	UV II	Von der Klassik zur Moderne – turnerische Grundelemente erlernen zur Bewältigung eines selbst gestalteten Parkours. ca. 12 Stunden
	UV III	Thema: Fit werden ohne ein Kraftprotz zu sein – Entwicklung und Durchführung eines individuell angemessenen Fitnessprogramms zur Verbesserung der Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination inklusive der passenden Dehnmethoden. ca. 12 Stunden
	Freiraum	ca. 14 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs

2.1.2 Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Einführungsphase (Jg. E)

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „Jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) im Badminton organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Badminton

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem Mannschaftsspiel oder **Partnerspiel** gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK)
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Von der Klassik zur Moderne – turnerische Grundelemente erlernen zur Bewältigung eines selbst gestalteten Parkours.

BF/SB: Bewegen an Geräten – Turnen (Parkour)

Inhaltlicher Kern: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen
Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren
- turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden

Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen,
b – Bewegungsgestaltung,
c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltliche Schwerpunkte: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
Gestaltungskriterien (b)
Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen
Einflüssen (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (SK)
- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK)
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (UK)
- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern (SK)
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen (MK)
- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten (UK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben (SK)
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren (MK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Fit werden ohne ein Kraftprotz zu sein – Entwicklung und Durchführung eines individuell angemessenen Fitnessprogramms zur Verbesserung der Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination inklusive der passenden Dehnmethoden.

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltliche Kerne: Formen der Fitnessgymnastik
Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche
Dehnmethoden

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer oder Koordination) präsentieren.
- unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

Inhaltsfelder: f - Gesundheit, d - Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)
Trainingsplanung und Organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden

(körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK)

- sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (MK)
- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (UK)
- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern (SK)
- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern SK)
- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch) (MK)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Summe Jg. E: ca. 50 Stunden (davon Freiraum ca. 14 Stunden)

2.2 Die Qualifikationsphase (Q1/2)

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung von Kursprofilen verpflichtend. Die Einwahl in die Kursprofile erfolgt im Vorfeld über einen Wahlbogen.

2.2.1 Die Kursprofile in der Qualifikationsphase (Q1/2)

Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze (= formale Vorgaben) zu berücksichtigen:

*„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in **zwei** Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung **aller** Inhaltsfelder entwickelt werden.*

Dabei müssen zwei Inhaltsfelder im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert werden. Aus den übrigen vier Inhaltsfeldern ist immer mindestens der erste Schwerpunkt (Fettdruck) mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 30)

Unter Berücksichtigung der formalen Vorgaben ergeben sich folgende vier Kursprofile:

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Fußball, Handball, Basketball oder Volleyball)	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	b - Bewegungsgestaltung	f - Gesundheit
3	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton)	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	e - Kooperation und Konkurrenz	f - Gesundheit
4	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton)	Bewegen im Wasser – Schwimmen	e - Kooperation und Konkurrenz	d - Leistung
5	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton)	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	e - Kooperation und Konkurrenz	d - Leistung

Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/ Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- ergänzend: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiel Basketball oder Fußball oder Handball oder Volleyball
- ergänzend: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street- oder Beach-Variationen)

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q1.1</u> → 15 Wochen = 45 Stunden (ohne Freiraum)	UV 1	Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten ca. 12-15 Stunden
	UV 2	Erfolgreich im Spiel – Spielgemäße Entwicklung von Techniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten ca.12-15 Stunden
	UV 3	Zaubern am Ball – Präsentation und Beurteilung von Tricks und Finten unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum und Dynamik sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung ca.12-15 Stunden
	Freiraum	ca. 9 Stunden
<u>Q1.2</u> → 19 Wochen = 57 Stunden (ohne Freiraum)	UV 4	Voller Einsatz in Angriff und Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Spielfähigkeit zu verbessern ca.12-15 Stunden
	UV 5	Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung ca.12-15 Stunden

	UV 6	Raus aus der Halle – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante (z.B. Beach- oder Streetformen) unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen ca. 12-15 Stunden
	Freiraum	ca.12-21 Stunden
Q2.1 → 21 Wochen = 63 Stunden (ohne Freiraum)	UV 7	Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca.18-21 Stunden
	UV 8	Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung von Spielsystemen zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit ca.18-21 Stunden
	Freiraum	ca. 21-27 Stunden
Q2.2 → 10 Wochen = 30 Stunden (ohne Freiraum)	UV 9	Zusammenfassung und Wiederholung – Reflexion und Anwendung theoretischer und praktischer Inhalte zur Leistungsmaximierung und -stabilisierung ca. 15-20 Stunden
	Freiraum	ca. 10-15 Stunden

Kursprofil 1: Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr	
<u>Unterrichtsvorhaben I:</u> Thema: Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: • Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren. Inhaltsfeld: d - Leistung Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:	

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/ koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Erfolgreich im Spiel – Spielgemäße Entwicklung von Techniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiel Fußball oder Handball oder Basketball oder Volleyball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Zeitbedarf: 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Zaubern am Ball - Präsentation und Beurteilung von Tricks und Finten unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum und Dynamik sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiel Fußball oder Handball oder Basketball oder Volleyball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Dynamik) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren

beurteilen. Zeitbedarf: 12-15 Std.
Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr
<u>Unterrichtsvorhaben IV :</u> Thema: Voller Einsatz in Angriff und Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Spielfähigkeit zu verbessern BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiel Fußball oder Handball oder Basketball oder Volleyball Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: • in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvverhalten bewältigen. Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Konkurrenz Inhaltliche Schwerpunkte: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e) Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: • Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. • individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. Zeitbedarf: 12-15 Std.
<u>Unterrichtsvorhaben V:</u> Thema: Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik Inhaltlicher Kern: Formen ausdauernden Laufens Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: • Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten). Inhaltsfeld: d - Leistung Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und -organisation Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: • zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit

erläutern

- Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen und erläutern. (übergreifend)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (übergreifend)
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).

Zeitbedarf: 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: **Raus aus der Halle** – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante (z.B. Beach- oder Streetformen) unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Alternative Spiele und Sportspielvarianten

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Zeitbedarf: 12-15 Std.

Summe Q1: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 20 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: **Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung** – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen (auch als Mehrkampf) unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren.

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/ koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: 18-21 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung von Spielsystemen zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiel Fußball oder Handball oder Basketball oder Volleyball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

Zeitbedarf: 18-21 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Zusammenfassung und Wiederholung – Reflexion und Anwendung theoretischer und praktischer Inhalte zur Leistungsmaximierung und -stabilisierung

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiel Fußball oder Handball oder Basketball oder Volleyball

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/ Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.
- einen leichathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

Zeitbedarf: 15-20 Std.

Summe Q2: ca. 70 Stunden (Freiraum ca. 20 Stunden)

Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 32):

- Formen der Fitnessgymnastik
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden
- psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste**“ muss keine Akzentuierung erfolgen, da alle inhaltlichen Kerne obligatorisch sind (vgl. KLP S. 35).

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
	UV1	Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Rad

<u>Q1.1</u> → 19 Wochen = 57 Std.		fahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern. ca. 12-15 Stunden
	UV 3	Der mit dem Ball tanzt – Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic Schritte in Kombination mit Arm – Ball – Bewegungen ca. 12-15 Stunden
	UV 3	So werde ich stark! – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethode gezielte für sich selbst nutzen ca. 12-15 Stunden
	Freiraum	ca. 12 -21 Stunden
<u>Q1.2</u> → 21 Wochen = 63 Std.	UV 4	Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit Stock und Stuhl unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren ca. 12 – 15 Stunden
	UV 5	Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen ca. 10-12 Stunden
	UV 6	Gehen, stehen, posen – die Alltagssituation „shoppen“ durch Improvisation unter besonderer Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände/Materialien darstellen ca. 15-18 Stunden
	Freiraum	ca.18-26 Stunden
<u>Q2.1</u> → 16 Wochen = 54 Std.	UV 7	Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen ca. 8-10 Stunden
	UV 8	Ich hör auf mein Herz – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden ca. 12-15 Stunden
	UV 9	Kein Schulmusical ohne uns – das Leitmotiv von <i>My Fair Lady</i> als Gruppentanz gestalten und mit Bühnenauf- und Abgang präsentieren ca. 18-21 Stunden
	Freiraum	ca. 8 - 16 Stunden
<u>Q2.2</u>	UV 10	Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen

→ 11 Wochen = 33 Std.		→ in Verbindung mit dem UV 12 ca. 4-6 Stunden
	UV 11	Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe – Erarbeitung und Präsentation von Jumpstylechoreographien nach selbst gesteuertem Lernen mit Hilfe einer Lerntheke ca. 12-15 Stunden
	UV 12	Tanz dich fit – neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen → in Verbindung mit dem UV 10 ca. 10-12 Stunden
Letzter Schultag: 27.3.2015		

Kursprofil 2: Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr
<u>Unterrichtsvorhaben I:</u> Thema: Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Rad fahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern. BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen Inhaltlicher Kern: aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: • sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten Inhaltsfelder: d – Leistung, f - Gesundheit Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und Organisation (d) Fitness als Basis für Gesund- und Leistungsfähigkeit (f) Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: • die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK) • Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK) • gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK) Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.
<u>Unterrichtsvorhaben II:</u> Thema: Der mit dem Ball tanzt – Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im

Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic Schritte in Kombination mit Arm – Ball - Bewegungen

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen **mit** oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (**Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau**) allein und **in der Gruppe** variieren und präsentieren
-

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien
Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (**Raum**, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK)
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: So werde ich stark! – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden gezielt für sich selbst nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: funktionales Muskeltraining **ohne Geräte, mit einfachen Geräten** und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden
- unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderungen individuell angemessen anwenden.

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit Stock und Stuhl unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime, **Bewegungstheater**, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/**formaler Aufbau**) allein oder in der Gruppe präsentieren
- **Objekte** oder **Materialien** als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation - nutzen

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien
Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, **formaler Aufbau**) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK)
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen

BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Alternative Spiele und Sportspielvarianten (z.B. Street-Variationen, Beach, Volleyball, Flag-Football)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Zeitbedarf: ca. 10-12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Gehen, stehen, posen – die Alltagssituation „shoppen“ durch Improvisation

unter besonderer Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände/Materialien darstellen

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder – **themen** unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.
-

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien
Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, **Dynamik**, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK)
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK)

Zeitbedarf: ca. 15-18 Std.

Summe Q1: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 30 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und **mit speziellen Fitnessgeräten** zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten

Körperbildern, beurteilen. (UK) Zeitbedarf: ca. 8-10 Std.
<u>Unterrichtsvorhaben VIII:</u> Thema: Ich hör auf mein Herz – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen Inhaltlicher Kern: Formen der Fitnessgymnastik Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: • Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen Inhaltsfelder: d – Leistung, f - Gesundheit Inhaltliche Schwerpunkte: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen¹ (d) Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: • Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK) * nicht in der Obligatorik vorgesehen • gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK) • Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK) Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.
<u>Unterrichtsvorhaben IX</u> Thema: Kein Schulmusical ohne uns – das Leitmotiv von <i>My Fair Lady</i> als Gruppentanz gestalten und mit Bühnenauf- und Abgang präsentieren BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste Inhaltlicher Kern: Tanz Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: • selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren Inhaltsfelder: b – Gestaltung, c – Wagnis und Verantwortung Inhaltlicher Schwerpunkt: Improvisation und Variation von Bewegung (b) Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: • verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK) • Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

¹ nicht in der Obligatorik vorgesehen

(SK)

Zeitbedarf: ca. 18-21 Std.

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK)

Zeitbedarf: ca. 4-6 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe – Erarbeitung und Präsentation von Jumpstylechoreographien nach selbst gesteuertem Lernen mit Hilfe einer Lerntheke

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. (SK)
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben XII:

Thema: Tanz dich fit – neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

• Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen. Inhaltsfeld: f - Gesundheit Inhaltlicher Schwerpunkt: Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: • Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. (SK) Zeitbedarf: 10-12 Std.
<u>Summe Q2: ca. 60 Stunden (Freiraum ca. 15 Stunden)</u>

Kursprofil 3: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36 ff.):

- Partnerspiele – Einzel und Doppel (z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis)
- ergänzend: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z. B. American Football, Indiaca, Frisbee).

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste**“ muss keine Akzentuierung erfolgen, da alle inhaltlichen Kerne obligatorisch sind (vgl. KLP S. 35).

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q1.1</u> → 19 Wochen = 57 Std.	UV1	Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche technische Fertigkeiten (Badminton) erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten und optimieren ca. 12-15 Stunden
	UV 2	Der mit dem Band tanzt – Präsentation und Beurteilung einer Choreographie im Bereich rhythmische Sportgymnastik unter besonderer Berücksichtigung eines Gestaltungskriteriums z. B. Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien ca. 12-15 Stunden
	UV 3	Voller Einsatz in Angriff und Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Spielfähigkeit zu verbessern

		ca.12-15 Stunden
	Freiraum	ca. 9 Stunden
<u>Q1.2</u> → 21 Wochen = 63 Std.	UV 4	Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit Stock und Stuhl unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren. ca. 12 – 15 Stunden
	UV 5	Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte Techniken aus dem Bereich Badminton (z. B. Clear, Smash, Drop, Rückhand) im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca.16-18 Stunden
	UV 6	Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen. Ca. 10-12 Stunden
	Freiraum	ca.18-25 Stunden
<u>Q2.1</u> → 16 Wochen = 54 Std.	UV 7	Kein Schulmusical ohne uns – das Leitmotiv von <i>My Fair Lady</i> als Gruppentanz gestalten und mit Bühnenauf- und Abgang präsentieren ca. 18-21 Stunden
	UV 8	Erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Unterschiedliche Spielsituationen im Badminton durch Taktikschulung angemessen bewältigen ca. 12-15 Stunden
	UV 9	Gehen, stehen, posen – die Alltagssituation „shoppen“ durch Improvisation unter besonderer Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände/Materialien darstellen ca. 10-12 Stunden
	Freiraum	ca. 6- 14 Stunden
<u>Q2.2</u> → 11 Wochen = 33 Std.	UV 10	Wir schaffen das alleine – Erarbeitung und Durchführung eines Badmintonturniers ca. 10-12 Stunden
	UV 11	Schwereelos im Raum – Trauen und vertrauen, nebeneinander und übereinander, Ausarbeitung einer Choreographie im Bereich Akrobatik ca. 12-15 Stunden
	Freiraum	6 – 11 Stunden

Kursprofil 3: Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche technische Fertigkeiten (Badminton) erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten und optimieren

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- technisch koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Inhaltsfelder: d – Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/ koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Der mit dem Band tanzt – Präsentation und Beurteilung einer Choreographie im Bereich rhythmische Sportgymnastik unter besonderer Berücksichtigung eines Gestaltungskriteriums z. B. Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen **mit** oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (**Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau**) allein und **in der Gruppe** variieren und präsentieren

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien
Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (**Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau**) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK)
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Voller Einsatz in Angriff und Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Spielfähigkeit zu verbessern

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Einzel und Doppel z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.
- Individual- und Partnerstrategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

Zeitbedarf: 12-15 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit Stock und Stuhl unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren.

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime, **Bewegungstheater**, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/**formaler Aufbau**) allein oder in der Gruppe präsentieren
- **Objekte** oder **Materialien** als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation - nutzen

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien
Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, **formaler Aufbau**) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK)
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung –
Ausgewählte Techniken aus dem Bereich Badminton (z. B. Clear, Smash, Drop, Rückhand) im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Einzel und Doppel z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- technisch koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, d – Leistung,

Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a), Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/ koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: 16-18 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen.

BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Spiele die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z. B. American Football, Frisbee, Indiaca)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Zeitbedarf: ca. 10-12 Std.

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Kein Schulmusical ohne uns – das Leitmotiv von *My Fair Lady* als Gruppentanz gestalten und mit Bühnenauf- und Abgang präsentieren und mit Bühnenauf- und abgang präsentieren

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (**Raum/ Zeit/ Dynamik/ formaler Aufbau**) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfelder: b – Gestaltung, c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Improvisation und Variation von Bewegung (b) Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK)
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK)

Zeitbedarf: ca. 18-21 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Unterschiedliche Spielsituationen im Badminton durch Taktikschulung angemessen bewältigen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Einzel und Doppel z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual- und partnerschaftliche Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

Zeitbedarf: 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben IX

Thema: **Gehen, stehen, posen** – die Alltagssituation „shoppen“ durch Improvisation unter besonderer Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände/Materialien darstellen

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder – **themen** unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.
-

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien
Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, **Dynamik**, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK)
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK)

Zeitbedarf: ca. 10-12 Std.

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: **Wir schaffen das alleine** – Erarbeitung und Durchführung eines Badmintonturniers

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Badminton

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem **Partnerspiel** partner- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden,
- Kenntnis und Anwendung von Spielregeln (Schiedsrichtertätigkeit).

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK),
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen

Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK). Zeitbedarf: ca. 12 Std.
<u>Unterrichtsvorhaben XI:</u> Thema: Schwerelos im Raum – Trauen und vertrauen, nebeneinander und übereinander, Ausarbeitung einer Choreographie im Bereich Akrobatik BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste Inhaltlicher Kern: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: • Selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z. B. Akrobatik, Bewegungstheater, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (z. B. Raum und formaler Aufbau) in der Gruppe präsentieren. Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung, c - Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Konkurrenz Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien; Variation von Bewegung Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: • Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK) • Mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden (MK) • Präsentation kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b). (UK) Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.
<u>Summe Q2: ca. 60 Stunden (Freiraum ca. 15 Stunden)</u>

Kursprofil 4: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36 ff.):

- Partnerspiele – Einzel und Doppel (z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis)
- ergänzend: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z. B. American Football, Indiaca, Frisbee).

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Schwimmen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen

(Vgl. KLP S. 24-25). Der erste sowie zwei weitere inhaltliche Kerne sind verbindlich:

- Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken
- Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser
- Wasserspringen in Form normierter und freier Sprünge
- Wasserball und andere Ballspiele im Wasser
- Rettungsschwimmen

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q1.1 → 19 Wochen = 57 Std.	UV1	Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche technische Fertigkeiten (Badminton) erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten und optimieren ca. 12-15 Stunden
	UV 2	Wie erweitere ich meinen Technikhorizont im Schwimmen? Erlernen und Festigen der Schwimmarten Kraul (Wechselzugtechnik) und Brust (Gleichzugtechnik) und der zugehörigen Start- und Wendetechniken ca. 12-15 Stunden
	UV 3	Voller Einsatz in Angriff und Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Spielfähigkeit zu verbessern ca.12-15 Stunden
	Freiraum	ca. 10 - 12 Stunden
Q1.2 → 21 Wochen = 63 Std.	UV 4	Wagnis Wasserspringen: Wasserspringen in Form normierter und frei gewählter Sprünge, Einschätzungen von Risikosituationen und individuelle Ableitung von Handlungskonsequenzen ca. 10-12 Stunden
	UV 5	Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte Techniken aus dem Bereich Badminton (z. B. Clear, Smash, Drop, Rückhand) im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca.18-21 Stunden
	UV 6	Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen. ca. 10-12 Stunden
	Freiraum	ca.15-20 Stunden
Q2.1 → 16	UV 7	Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen: Gesundheitsorientierte Optimierung der sportartspezifischen Ausdauer in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse ca. 15-18 Stunden

Wochen = 54 Std.	UV 8	Erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Unterschiedliche Spielsituationen im Badminton durch Taktikschulung angemessen bewältigen ca. 12-15 Stunden
	UV 9	Rettung in allen Lagen im Wasser: Rettungsschwimmen allein und gemeinsam planen und bewältigen ca. 8-10 Stunden
	Freiraum	ca. 8 - 12 Stunden
<u>Q2.2</u> → 11 Wochen = 33 Std.	UV 10	Wir schaffen das alleine – Erarbeitung und Durchführung eines Badmintonturniers ca. 10-12 Stunden
	UV 11	Einführen des Wasserballspiels als Verbindung zwischen Schwimmen und dem Ballsport: Wasserball und andere Ballspiele im Wasser, Erarbeiten des Anforderungsprofils des Wasserballspiels Oder Bitte Lächeln – Schwimmen als Showveranstaltung: Synchronschwimmen: Kriteriengeleitete und selbstständige Erarbeitung von Gruppenveranstaltungen ca. 12-15 Stunden
	Freiraum	ca. 3–6 Stunden

Kursprofil 4: Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr	
<u>Unterrichtsvorhaben I:</u>	
Thema: Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche technische Fertigkeiten (Badminton) erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten und optimieren	
BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	
Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:	
• technisch koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren	
Inhaltsfelder: d – Leistung	
Inhaltliche Schwerpunkte: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training	
Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:	
• Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/ koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.	

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Wie erweitere ich meinen Technikhorizont im Schwimmen? Erlernen und Festigen der Schwimmarten Kraul und Rückenkraul (Wechselzugtechnik) und Brust und Delphin (Gleichzugtechnik) und der zugehörigen Start- und Wendetechniken

BF/SB: Bewegen im Wasser

Inhaltlicher Kern: Schwimmen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Schwimmarten und -stile (Kraul, Rückenkraul, Brust und Delphin) unter der Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich der Start und Wende wettkampfgerecht ausführen (d).

Inhaltsfeld: d – Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Sportschwimmen: Schwimmarten, Start- und Wendetechniken, Verfahren zur Leistungsdiagnostik

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler schwimmen Schwimmarten/-stile ausdauernd unter der Berücksichtigung ihres eigenen Ausdauervermögens und unter Berücksichtigung von Start und Wende und führen die Techniken wettkampfgerecht aus. (a – Bewegungsstruktur und Bewegungskörper) (f - Gesundheit)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Voller Einsatz in Angriff und Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Spielfähigkeit zu verbessern

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Einzel und Doppel z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.
- Individual- und Partnerstrategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Wagnis Wasserspringen: Wasserspringen in Form normierter und frei gewählter Sprünge, Einschätzungen von Risikosituationen und individuelle Ableitung von Handlungskonsequenzen

BF/SB: Schwimmen, Wasserspringen

Inhaltlicher Kern: Freie und normierte Sprünge aus verschiedenen Höhen einzeln und in der Gruppe auswählen und Präsentieren.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Bewegungsmuster im Sprung aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Dynamik/**formaler Aufbau**) allein oder in der Gruppe präsentieren
- freie Gestaltungsformen im Sprung alleine und in der Gruppe entwickeln und darstellen
- Freie und normierte Sprünge wahrnehmen und beurteilen nach bewegungsspezifischen Kriterien.

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen,
b – Bewegungsgestaltung und -durchführung, d - Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien
Improvisation und Variation von Bewegung in der
Dynamik des Sprunges

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Dynamik, **formaler Aufbau**) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK) (a)
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b) (d)(UK)

Zeitbedarf: ca. 10-12 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung –
Ausgewählte Techniken aus dem Bereich Badminton (z. B. Clear, Smash, Drop, Rückhand) im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Einzel und Doppel z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- technisch koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, d – Leistung,

Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a),
Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch
Training/Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/ koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: 16-18 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen.

BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Spiele die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z. B. American Football, Frisbee, Indica)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Zeitbedarf: ca. 10-12 Std.

Summe Q1: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 30 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr**Unterrichtsvorhaben VII:****Thema: Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen:**

Gesundheitsorientierte Optimierung der sportartspezifischen Ausdauer in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse

BF/SB: Bewegen im Wasser - Schwimmen

Inhaltlicher Kern: Schwimmen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Techniken in jeder Schwimmart optimieren unter dem Aspekt der Ausdauer und Ausnutzung der physikalischen Besonderheiten des Wassers (Austrieb, optimierte Körperlage, Vortrieb und Wasserwiderstand)

Inhaltsfelder: d – Leistung, f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Schwimmen in allen Lagen auf Ausdauer

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- verschiedene methodische Zugänge zur Ausdaueroptimierung (MK)
- Erstellung eines individuellen Trainingsplans (SK)

Zeitbedarf: ca. 15-18 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Unterschiedliche Spielsituationen im Badminton durch Taktikschulung angemessen bewältigen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Einzel und Doppel z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual- und partnerschaftliche Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben IX

Thema: Rettung in allen Lagen im Wasser: Rettungsschwimmen allein und gemeinsam planen und bewältigen
8-10 Stunden

BF/SB: Bewegen im Wasser - Schwimmen

Inhaltlicher Kern: Schwimmen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug (z.B. Auslösen einer Rettungskette, Anschwimmen in Kleidung, Sicherung des zu Rettenden, Abschleppen, aus dem Wasser bringen, Wiederbelebung)

Inhaltsfeld: f – Gesundheit, e – Kooperation

Inhaltliche Schwerpunkte: Rettung einer in Not geratenen Person aus dem Wasser

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können sicher im Wasser bewegen und beherrschen die für die Rettung nötigen Handgriffe (SK)
- Die Schülerinnen und Schüler übernehmen Verantwortung für ihre Mitmenschen (Erkennen und Beherrschen des Einflusses von psychischen Faktoren)
- Mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden (MK)

Zeitbedarf: ca. 8-10 Std.

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Wir schaffen das alleine – Erarbeitung und Durchführung eines Badmintonturniers

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Badminton

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem **Partnerspiel** partner- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden,
- Kenntnis und Anwendung von Spielregeln (Schiedsrichtertätigkeit).

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK),
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK).

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Einführen des Wasserballspiels als Verbindung zwischen Schwimmen und dem Ballsport: Wasserball und andere Ballspiele im Wasser, Erarbeiten des Anforderungsprofils des Wasserballspiels

Oder

Bitte Lächeln- Schwimmen als Showveranstaltung: Synchronschwimmen: Kriteriengeleitete und selbstständige Erarbeitung von Gruppenveranstaltungen

BF/SB: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltlicher Kern: Ballspielen im Wasser

Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Synchronschwimmen)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z. B. Akrobatik, Bewegungstheater) unter oder Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (z. B. Raum und formaler Aufbau) in der Gruppe oder zu zweit präsentieren.
- Beim Ballspielen im Wasser Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten fair und kooperativ anwenden

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung, c - Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Konkurrenz, d -Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Fairness und Aggression im Sportspiel, Gestaltungskriterien; Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Präsentation kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b). (UK)
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfsituationen erläutern und bei der Durchführung von Wettkampfsituationen anwenden (hier: Wasserballspiel)(e)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Summe Q2: ca. 60 Stunden (Freiraum ca. 15 Stunden)

3 Grundsätze der Leistungsbewertung

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST sowie Kapitel 3 des Kernlehrplans Sport hat die Fachkonferenz im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung in der Oberstufe beschlossen. Die nachfolgenden Absprachen stellen die Minimalanforderungen an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

Verbindliche Absprachen zur Vergleichbarkeit der Leistungsbewertung:

Die Fachkonferenz Sport strebt unabhängig von den Kursprofilen² eine Vergleichbarkeit der Leistungsbewertung an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

A. Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können: Bewertet wird, wie der Schüler

1. sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
2. sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
4. Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
6. motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
7. sportliches Können weiterentwickeln kann und
8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann

B. Verbindliche und mögliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“:

1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/ Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
2. Die einem Bewegungsfeld/ Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.

Konkretisierung zu 1 und 2:

- *mindestens eine quantitative Messung und/ oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr (abhängig vom Kursprofil)*
- *mindestens ein Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination) bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche*

² Kursprofile betreffen die Jg. Q1 und Q2

3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Durchhaltevermögen, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

Konkretisierung zu 3 und 4:

- *Kooperation wird gemäß dem gemeinsam erarbeiteten Bewertungsbogen³ bewertet.*
- *Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen.*

³ vgl. Anhang 1

4 Qualitätssicherung und Evaluation

Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle

Am Städtischen Gymnasium Wülfrath soll der Unterricht weiterhin regelmäßig evaluiert werden. Weitere Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkte der Fachkonferenz (Auffrischung der Rettungsfähigkeit, weitere fachkonferenzinterne Fortbildungen, Weiterentwicklung von Aufgabenformaten etc.), werden dementsprechend systematisch dokumentiert und perspektivisch entwickelt.

Pläne zur regelmäßigen Evaluation des schulinternen Curriculums

Die Fachkonferenz Sport evaluiert in regelmäßigen Abständen die Qualität und Gestaltung ihrer Profile. Bei veränderten Ausgangsbedingungen (neues Sportstättenangebot, Kooperation mit schulischen und außerschulischen Partnern, neuen Trendsportarten etc.) können auf der Basis des KLP Sport jederzeit Anpassungen vorgenommen werden. Dieses beinhaltet auch neue Kursprofile, sowie ggf. die Einrichtung von Projektkursen.

Perspektivplanung

Die Einrichtung eines Projektkurses in der gymnasialen Oberstufe im Fach Sport ist möglich.

5 Anhang

Anhang 1: Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“

sehr gut	gut
Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen sehr kooperativ und verantwortungsbewusst zusammen, ist aufgeschlossen gegenüber anderen, ist meinungsbildend und gleichzeitig tolerant.	Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen erfolgreich zusammen, ist zuverlässig, initiativ und hilfsbereit.
befriedigend	ausreichend
Die Schülerin/der Schüler verhält sich in der Gruppe kooperativ, kommunikationsfreudig und mitteilungsbereit.	Die Schülerin/der Schüler ist nicht immer bereit mit anderen zusammenzuarbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.
mangelhaft	ungenügend
Die Schülerin/der Schüler hat Mühe mit anderen zusammenzuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.	Die Schülerin/der Schüler zeigt sich wiederholt unwillig mit anderen zusammenzuarbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ.