

E1/E2 Sport in Theorie und Praxis – Einführung**Schwerpunktkurs Sport**

3-stündig

Zur inhaltlichen und methodischen Vorbereitung auf die Arbeit in der Qualifikationsphase des Sport-Leistungskursfaches werden **Methoden und Formen selbstständig** in den nachstehenden thematischen Zusammenhängen praktisch und theoretisch zum Gegenstand des Unterrichts gemacht.

E 1	<p>Training zur Fitness und Spielen</p> <p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielen - Den Körper trainieren, die Fitness verbessern <p>Themenfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen des Bewegungslernens [B1, U9] - Grundlagen sportlichen Trainings [B8, U8, U13] - Kooperation und Konkurrenz im Sportspiel [B10, T4] <p>Bezug zu den Perspektiven: Gesundheit, Soziale Interaktion</p>
E 2	<p>Gerätturnen und Leichtathletik</p> <p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegen an und mit Geräten - Laufen, Springen, Werfen <p>Themenfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen sportlicher Leistung – Koordination [B1, B7, B8, U8] - Grundlagen des Bewegungslernens [B9, U3, U9, U11, T2] <p>Bezug zu den Perspektiven: Leisten, Körperwahrnehmung, Wagnis</p>

Kompetenzbereiche des Kerncurriculums der gymnasialen Oberstufe:

Bewegungskompetenz (B), Urteils- und Entscheidungskompetenz (U), Teamkompetenz (T)

Die Lernenden können...

- B1:** ... sportartspezifische Techniken anwenden, dabei ihr Bewegungshandeln zielgerichtet gestalten und bewusst steuern,
- B7:** ... Bewegungen den spezifischen koordinativen Anforderungen einer Sportart / Disziplin entsprechend steuern und situationsadäquat variieren – unter Präzisions-, Zeit- und Variabilitätsanforderungen,
- B8:** ... in Trainingsprozessen geeignete Verfahren und Methoden zur Leistungssteigerung und -stabilisierung einsetzen,
- B9:** ... ihr Bewegungshandeln mit geeigneten Verfahren / Methoden analysieren und die Qualität der Bewegungsausführung durch gezielte Interventionen verbessern,
- B10:** ... in Sportspielen in verschiedenen Spielsystemen taktisch angemessen agieren und dabei Regeln einhalten und gestalten,

- U3:** ... Risiken beim Sport realistisch einschätzen und die Zielsetzung ihres Bewegungshandelns daran ausrichten,
- U8:** ... den Stellenwert eines qualitätsorientierten Fitness und Gesundheitstrainings im Hinblick auf verschiedene Gesundheitskonzepte beurteilen und Konsequenzen für eine verhaltenswirksame Beeinflussung der Leistungsfähigkeit ableiten,
- U9:** ... das Anforderungsprofil einer Sportart / Disziplin analysieren, die maßgeblichen Leistungskomponenten der Bewegungsmerkmale reflektieren und unter Verwendung der Fachsprache erläutern,
- U11:** ... Erklärungsmodelle und Testverfahren aus unterschiedlichen sportwissenschaftlichen Disziplinen bei der Lösung von Bewegungsaufgaben und Bewegungsproblemen anwenden und kritisch reflektieren,
- U13:** ... geeignete Medien und Materialien auswählen, Informationen systematisch beschaffen, strukturieren und die daraus gewonnenen Erkenntnisse kontextbezogen nutzen,
- T2:** ... andere bei der Bewegungsausführung anforderungsbezogen unterstützen und Gefahren abwenden,
- T4:** ... Konflikte austragen, tragfähige Lösungen finden und sich kritisch mit dem Fair-Play-Gedanken auseinandersetzen.

Methoden und Formen selbständigen Arbeitens:

- Anwendung angemessener Trainingsmethoden und Methoden zur Trainingssteuerung sowie deren kritische Beurteilung hinsichtlich ihrer Eignung für die geplanten Änderungs- bzw. Adaptationsprozesse.
- Verwendung angemessener Arbeits-, Gesprächs- und Kooperationstechniken in der Gruppe/Mannschaft.
- Mitgestaltung des Unterrichts durch Übernahme von Leitungsaufgaben

Besondere Fachprüfung:

Ein **schriftlicher Leistungsnachweis** pro Halbjahr in Theorie (fachliche Kenntnisse und Methodenkompetenz) und **Praxisprüfungen** (Fertigkeits- und Fähigkeitsniveau), die sich direkt auf das Unterrichtsgeschehen beziehen und den Lernfortschritt mit einbeziehen.

E1/E2 Sport in Theorie und Praxis – Einführung**Kursprofil A**

2-stündig

E 1	<p>Rückschlagspiel und Training zur Fitness</p> <p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Den Körper trainieren, die Fitness verbessern - Spielen – Spielauswahl je nach Zusammensetzung der Kursteilnehmer <p>Themenfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperation und Konkurrenz im Sportspiel [B6, T3] - Grundlagen des Bewegungslernen [B1] - Grundlagen sportlichen Trainings[B3, U4] <p>Bezug zu den Perspektiven: Leisten, Soziale Interaktion</p>
E 2	<p>Leichtathletik und Bewegungsgestaltungen</p> <p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laufen u./od. Springen u./od. Werfen als leichtathletische Disziplinen - Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten <p>Themenfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen des Bewegungslernen [B1, B5, T1] - Grundlagen sportlichen Trainings[B2, U2] <p>Bezug zu den Perspektiven: Leisten, Körperwahrnehmung, Ausdruck</p>

Kompetenzbereiche des Kerncurriculums der gymnasialen Oberstufe:

Bewegungskompetenz (B), Urteils- und Entscheidungskompetenz (U), Teamkompetenz (T)

Die Lernenden können...

- B1:** ... sportartspezifische Techniken anwenden, dabei ihr Bewegungshandeln zielgerichtet gestalten und bewusst steuern.
- B2:** ... den spezifischen konditionellen Anforderungen einer Sportart / Disziplin entsprechend trainieren.
- B3:** ... im Hinblick auf Fitness und Gesundheit geeignete Verfahren und Trainingsmethoden zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit einsetzen.
- B5:** ... Bewegungen gestalten und präsentieren. Dabei Gestaltungsprinzipien und Präsentationskriterien anwenden,
- B6:** ... in Sportspielen taktisch angemessen agieren und dabei Regeln einhalten und gestalten.
- U2:** ... Zusammenhänge zwischen fehlender körperlicher Bewegung, mangelnder Haltungs- und Bewegungsqualität und entsprechender Schädigung des Haltungs- und Bewegungsapparats herstellen und Möglichkeiten der Prävention ableiten,
- U4:** ... Trainingsziele festlegen und Trainingsmethoden und -inhalte hinsichtlich ihrer Eignung für geplante Adaptionsprozesse beurteilen,
- T1:** ... mit anderen zusammen in unterschiedliche Rollen sozial verantwortlich agieren und sich im Rahmen einer Gruppenaufgabe optimal einbringen,
- T3:** ... Sieg und Niederlage sowie Gelingen und Nichtgelingen von Bewegungsaufgaben als Ausdruck aktuell verfügbarer Leistungsmöglichkeiten bzw. des Erreichens von Leistungsgrenzen beurteilen.

E1/E2 Sport in Theorie und Praxis – Einführung**Kursprofil B**

2-stündig

E 1	<p>Beim Spielen leisten und kooperieren / Leichtathletik</p> <p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielen - Spielauswahl je nach Zusammensetzung der Kursteilnehmer - Laufen u./od. Springen u./od. Werfen als leichtathletische Disziplinen <p>Themenfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperation und Konkurrenz im Sportspiel [B6, T4] - Grundlagen des Bewegungslernens [B1] - Grundlagen sportlichen Trainings [B2, U2] <p>Bezug zu den Perspektiven: Leisten, Soziale Interaktion, Körperwahrnehmung</p>
E 2	<p>Medium Wasser</p> <p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegen im Wasser <p>Themenfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen des Bewegungslernens [B1, B4] - Grundlagen des sportlichen Trainings [B2, U4] <p>Bezug zu den Perspektiven: Gesundheit, Körperwahrnehmung, Leisten</p>

Kompetenzbereiche des Kerncurriculums der gymnasialen Oberstufe:Bewegungskompetenz (**B**), Urteils- und Entscheidungskompetenz (**U**), Teamkompetenz (**T**)**Die Lernenden können...**

- B1:** ... sportartspezifische Techniken anwenden, dabei ihr Bewegungshandeln zielgerichtet gestalten und bewusst steuern,
- B2:** ... den spezifischen konditionellen Anforderungen einer Sportart / Disziplin entsprechend trainieren,
- B4:** ... ihr Bewegungshandeln gezielt beobachten, in angemessener Fachsprache beschreiben und die Ergebnisse für die Bewegungsausführung nutzen,
- B6:** ... in Sportspielen taktisch angemessen agieren und dabei Regeln einhalten und gestalten,
- U2:** ... Zusammenhänge zwischen fehlender körperlicher Bewegung, mangelnder Haltungs- und Bewegungsqualität und entsprechender Schädigung des Haltungs- und Bewegungsapparats herstellen und Möglichkeiten der Prävention ableiten,
- U4:** ... Trainingsziele festlegen und Trainingsmethoden und -inhalte hinsichtlich ihrer Eignung für geplante Adaptionsprozesse beurteilen,
- T4:** ... Konflikte austragen, tragfähige Lösungen finden und sich kritisch mit dem Fair-Play-Gedanken auseinandersetzen.

E1/E2 Sport in Theorie und Praxis – Einführung**Kursprofil C**

2-stündig

E 1	<p>Training zur Fitness und Spielen</p> <p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielen - Den Körper trainieren, die Fitness verbessern <p>Themenfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen des Bewegungslernens [B1] - Grundlagen sportlichen Trainings [B3, U1] - Kooperation und Konkurrenz im Sportspiel [B6, T4] <p>Bezug zu den Perspektiven: Gesundheit, Soziale Interaktion</p>
E 2	<p>Gerätturnen und Leichtathletik</p> <p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegen an und mit Geräten - Laufen, Springen, Werfen <p>Themenfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen sportlicher Leistung – Koordination [B1, B2] - Grundlagen des Bewegungslernens [B4, U3, T2] <p>Bezug zu den Perspektiven: Leisten, Körperwahrnehmung, Wagnis</p>

Kompetenzbereiche des Kerncurriculums der gymnasialen Oberstufe:

Bewegungskompetenz (B), Urteils- und Entscheidungskompetenz (U), Teamkompetenz (T)

Die Lernenden können...

- B1:** ... sportartspezifische Techniken anwenden, dabei ihr Bewegungshandeln zielgerichtet gestalten und bewusst steuern,
- B2:** ... den spezifischen konditionellen Anforderungen einer Sportart / Disziplin entsprechend trainieren,
- B3:** ... im Hinblick auf Fitness und Gesundheit geeignete Verfahren und Trainingsmethoden zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit einsetzen,
- B4:** ... ihr Bewegungshandeln gezielt beobachten, in angemessener Fachsprache beschreiben und die Ergebnisse für die Bewegungsausführung nutzen,
- B6:** ... in Sportspielen taktisch angemessen agieren und dabei Regeln einhalten und gestalten,
- U1:** ... den Stellenwert eines qualitätsorientierten Fitness und Gesundheitstrainings beurteilen und Konsequenzen für eine verhaltenswirksame Beeinflussung,
- U3:** ... Risiken beim Sport realistisch einschätzen und die Zielsetzung ihres Bewegungshandelns daran ausrichten,
- T2:** ... andere bei der Bewegungsausführung anforderungsbezogen unterstützen und Gefahren abwenden,
- T4:** ... Konflikte austragen, tragfähige Lösungen finden und sich kritisch mit dem Fair-Play-Gedanken auseinandersetzen.

E1/E2 Sport in Theorie und Praxis – Einführung Kursprofil A / B / C

Methoden und Formen selbständigen Arbeitens:

- Anwendung angemessener Trainingsmethoden und Methoden zur Trainingssteuerung sowie deren kritische Beurteilung hinsichtlich ihrer Eignung für die geplanten Änderungs- bzw. Adaptationsprozesse.
- Verwendung angemessener Arbeits-, Gesprächs- und Kooperationstechniken in der Gruppe/Mannschaft.
- Mitgestaltung des Unterrichts durch Übernahme von Leitungsaufgaben

Besondere Fachprüfung:

Ein **schriftlicher Leistungsnachweis** pro Halbjahr in Theorie (fachliche Kenntnisse und Methodenkompetenz) und **Praxisprüfungen** (Fertigkeits- und Fähigkeitsniveau), die sich direkt auf das Unterrichtsgeschehen beziehen und den Lernfortschritt mit einbeziehen.