

Schulinterner Lehrplan Sport Q1 / Q2

Obligatorik des Kernlehrplans

Profilbildung

Der Kernlehrplan gibt für die Profilbildung in der Qualifikationsphase vor, dass die jeweiligen Kurse nach folgenden Kriterien ausgerichtet werden:

- Ausrichtung auf zwei Bewegungsfelder und Sportbereiche unter der Berücksichtigung aller Inhaltsfelder
- Umfassende Thematisierung von zwei Inhaltsfelder
- Thematisierung der ersten Schwerpunkte (Fettdruck im KLP) der übrigen vier Inhaltsfelder

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
- Bewegungsgestaltung (b)
- Wagnis und Verantwortung (c)
- Leistung (d)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
- Gesundheit (f)

Bewegungsfelder und Sportbereiche (entsprechen Inhaltsbereiche von 1999)

- 1) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen
- 2) *entfällt als eigenständiger Bereich (Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen)
- 3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik
- 4) Bewegen im Wasser – Schwimmen
- 5) Bewegen an Geräte – Turnen
- 6) Gestalten, Tanzen, darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste
- 7) Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele
- 8) Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wintersport
- 9) Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Exemplarische Profilbildung – Gestalten, Tanzen, Darstellen (6) und den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen (1) unter besonderer Berücksichtigung der Inhaltsfelder Gesundheit (f) und Bewegungsgestaltung (b)

Unterrichtsvorhaben

Unterrichtsvorhaben I: Let's dance – Einführung in das Gestalten einer stilungebunden Choreografie

- Bewegungsfelder und Sportbereiche: Gestalten/Tanzen/Darstellen
 - Inhaltlicher Kern: Gestalten/Tanz
 - BWK: stilungebundene tänzerische Bewegungskomposition
- Inhaltsfeld: Bewegungsgestaltung
 - Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien (Raum, formaler Aufbau)
 - Weitere Kompetenzen: UK, MK (nachgestalten, neu gestalten)

Unterrichtsvorhaben II: Fit wie ein Turnschuh – Fitnessgymnastik, Muskeltraining und Dehnen

- Bewegungsfelder und Sportbereiche: den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen
- Inhaltsfeld: Gesundheit
 - Inhaltlicher Schwerpunkt: gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit
 - SK: gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren
 - MK: Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit
 - UK: positive und negative Einflüsse beurteilen

Unterrichtsvorhaben III: Darf ich bitten?! – Ausprobieren verschiedener Tanzstile und vertieftes Erproben des Stils Rock'n'Roll

- Bewegungsfelder und Sportbereiche: Gestalten/Tanzen/Darstellen
 - Inhaltlicher Kern: Gestalten/Tanz
 - BWK: stilgebundene tänzerische Bewegungskomposition
- Inhaltsfeld: Bewegungsgestaltung
 - Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien (Raum, Dynamik, formaler Aufbau)
 - Weitere Kompetenzen: UK, MK (nachgestalten, neu gestalten)

Unterrichtsvorhaben IV: Bewegungstheater – Improvisation und Umgestalten (kurz)

- Bewegungsfelder und Sportbereiche: Gestalten/Tanzen/Darstellen
 - Inhaltlicher Kern: Gestalten/Darstellen
 - BWK: Bewegungskomposition
- Inhaltsfeld: Bewegungsgestaltung
 - Inhaltlicher Schwerpunkt: Improvisation und Variation von Bewegung
 - Weitere Kompetenzen: UK, MK (umgestalten)

Unterrichtsvorhaben V: Gesundes Ausdauertraining – Ausdauertraining planen und durchführen, Ausdauerleistung erbringen

- Bewegungsfelder und Sportbereiche: Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen, in Kombination mit Laufen, Springen, Werfen
 - Inhaltlicher Kern: Aerobe Ausdauerfähigkeit
 - BWK: sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer belasten
- Inhaltsfeld: Gesundheit
 - Inhaltlicher Schwerpunkt: gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens + Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

- SK: Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden
- MK: sich selbstständig auf den Sport vorbereiten (=> Referat Aufwärmen, Ernährung, Kleidung)
- UK: positive und negative Einflüsse beurteilen, Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden
- Inhaltsfeld: Leistung
 - Trainingsplanung und -organisation

Unterrichtsvorhaben VI: Nach der Anstrengung entspannen – Yoga und verschiedene psychoregulative Verfahren

- Bewegungsfelder und Sportbereiche: Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen
 - Inhaltlicher Kern: psychoregulative Verfahren zur Entspannung
 - BWK: selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen
- Inhaltsfeld: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
 - Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (=> Referat)
- Inhaltsfeld: Gesundheit
 - Inhaltlicher Schwerpunkt: gesundheitlicher Nutzen

Unterrichtsvorhaben VII: Hip Hop – Erstellen einer stilgebundenen Hip Hop Choreografie

- Bewegungsfelder und Sportbereiche: Gestalten/Tanzen/Darstellen
 - Inhaltlicher Kern: Gestalten/Tanz
 - BWK: stilgebundene tänzerische Bewegungskomposition
- Inhaltsfeld: Bewegungsgestaltung
 - Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien (Raum, Dynamik, Zeit, formaler Aufbau)
 - Weitere Kompetenzen: UK, MK (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten)

Unterrichtsvorhaben VIII: Gymnastik – Erstellen einer gymnastischen Bewegungskomposition

- Bewegungsfelder und Sportbereiche: Gestalten/Tanzen/Darstellen
 - Inhaltlicher Kern: Gestalten
 - BWK: gymnastische Bewegungskomposition
- Inhaltsfeld: Bewegungsgestaltung
 - Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien (Raum, Dynamik, Zeit, formaler Aufbau)
 - Weitere Kompetenzen: UK, MK

Unterrichtsvorhaben IX: Ultimate Frisbee / Flagfootball – Sportspiele gestalten

- Bewegungsfelder und Sportbereiche: Sportspiele gestalten
- Inhaltsfeld: Kooperation und Konkurrenz
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
 - Weitere Kompetenzen: SK: Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern; MK bewegungsfeldspezifische

Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Unterrichtsvorhaben X: Angst vor einem Kampf? – Nicht bei Capoeira

- Bewegungsfelder und Sportbereiche: Gestalten/Tanzen/Darstellen
 - Inhaltlicher Kern: Gestalten/Tanz
 - BWK: stilgebundene tänzerische Bewegungskomposition
- Inhaltsfeld: Bewegungsgestaltung
 - Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien (Raum, Dynamik, Zeit, formaler Aufbau)
 - Weitere Kompetenzen: UK, MK (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten)
- Inhaltsfeld: Wagen und Verantworen: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (Emotionen wie Freude, Frustrationen, Angst)

Leistungsmessung der UVs Bewegungsgestaltung

Für die Bewertung von Choreografien wird jeweils eine Gruppennote für die Umsetzung der Gestaltungskriterien und eine Einzelnoten für individuelle Ausführung gegeben und miteinander verrechnet. Zudem erfolgt eine Peer-Evaluation, die in einem angemessenen Umfang berücksichtigt wird, wie auch die unterrichtsbegleitenden Beobachtungen der Lehrkraft.

Exemplarische Peer-Bewertungstabelle für Choreografien (max. Punktzahl pro Kriterium: 6)

	Gruppe 1 Namen:	Gruppe 2 Namen:
Bewertungskriterien Ihr könnt auch gerne Bemerkungen zu den Gruppen aufschreiben		
Synchronität der Gruppe		
Punkte		
Raum - Variantenreiche Ausnutzung der Raumwege - Klare, räumliche Formationen - Variantenreiche Ausnutzung der Raumebene		
Punkte		
Dynamik / Ausführungen als Gruppe - Ausdruck: deutliche Körperspannung - Bewegungsfluss / fließende Übergänge - Präsenz: nach vorne schauen, selbstbewusst Ausstrahlung, aufrechte Körperhaltung ...		
Punkte		
Zeit - Zeitliche Variation (Kettenreaktion, Aussetzen / Freeze einzelner Tänzerinnen, Kanon)		
Punkte		
Weiteres - Anfangs- und Schlussbild: kreativ, wirkungsvoll - Eingehen auf die Musik: formaler Aufbau angepasst, rhythmische Exaktheit		
Punkte		
Gesamt		

Leistungsmessung weiterer UVs

Die Kriterien zur Leistungsmessung der weiteren UVs sind im Leistungskonzept der Fachschaft Sport des Hölderlin Gymnasiums vermerkt.