

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben für das Fach Sport – Sekundarstufe II – EF/Q1/Q2 (Abitur 2021-23)

Stand: August 2020

Einführungsphase (EF) – 3 Wochenstunden – keine Klausuren		
<i>Änderungen – je nach Infektionsgeschehen – vorbehalten! Aufgrund der aktuellen Corona-Situation kann es ständig zu Änderungen kommen!</i>		
(UV)	Inhalt	Zeit (Std.)
1.	Technik-Ass – Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten. <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	ca. 10-12
2.	Rhythm is a dancer! – eine Choreografie gestalten und beurteilen. <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Bewegungsgestaltung/Erstellung einer Choreografie – z.B. Hip Hop, Ballkorobics, Ropeskipping, Tae Bo	ca. 10-12
3.	Ich mach nur Nacken! Aber mit Köpfchen! – Einführung, Erprobung und Bewertung unterschiedlicher Krafttrainingsformen und Ziele (Muskelaufbau mittels HIT, Kraftausdauer über Zirkeltraining etc.) <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Formen der Fitnessgymnastik, Funktionelle Dehnübungen, Krafttraining	ca. 10-12
4.	Drunter und Drüber! – unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) erproben und beurteilen; den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen reflektieren und beurteilen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Le Parcours/Geräteturnen/Akrobatik	ca. 8-10
5.	Wer, wenn nicht wir? - Wir sind das Team! – Lösungsmöglichkeiten in einem großen Sportspiel zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Mannschaftsspiele (z.B.: Hockey, Ultimate Frisbee, Basketball)	ca. 8-10
6.	Keine Taktik ohne Technik – Erweiterung des Schlagrepertoirs, Vertiefung der Einzel- und Einführung der Taktik im Doppel <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Partnerspiele – Badminton	ca. 8-10

Die Reihenfolge der Vorhaben entspricht den Vorgaben des Ministeriums für den Sportunterricht unter den aktuellen Corona-Bedingungen und berücksichtigt insbesondere Vorhaben, die mit ausreichend Abstand bzw. alleine ausgeführt werden können. Dennoch unterliegt der Sportunterricht am DKG massiven Einschränkungen, die aus der eingeschränkten Nutzungsfähigkeit des Sportplatzes und Parks, des Nutzungsverbot der Sporthalle sowie der Abhängigkeit von der Wetterlage resultieren. Dadurch werden sowohl der zeitliche als auch der inhaltliche Umfang beeinträchtigt, was bei der Leistungsbeurteilung berücksichtigt wird!

Qualifikationsphase I+II (Q1+Q2) /Grundkurs – 3 Wochenstunden – Keine Klausuren		
<i>Änderungen – je nach Infektionsgeschehen – vorbehalten! Aufgrund der aktuellen Corona-Situation kann es ständig zu Änderungen kommen!</i>		
(UV)	Inhalte unterschiedlicher Kursprofile (Q1 und Q2)	Zeit
Profil A	<p><u>Profilbildende Bewegungsfelder:</u></p> <p>1. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p> <p>2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Volleyball</p> <p><u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Im Mittelpunkt steht auf der einen Seite das Erlernen und Trainieren unterschiedlicher (neuer) leichtathletischer Disziplinen aus den Bereichen Lauf, Sprung und Wurf (z.B. Speerwurf oder Dreisprung) sowie das ausdauernde Laufen. Auf der anderen Seite wird mit- und gegeneinander Volleyball gespielt, die Technik verbessert und das gruppen- und mannschaftstaktische Spielverhalten reflektiert und optimiert.</p>	ungefähr gleicher Umfang für jedes Bewegungs- feld
Profil B	<p><u>Profilbildende Bewegungsfelder:</u></p> <p>1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p> <p>2. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p> <p><u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Im Mittelpunkt steht auf der einen Seite die individuelle Verbesserung der eigenen körperlichen Fitness (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) im Sinne eines gesundfunktionalen Trainings mit oder ohne Fitnessgeräte zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung. Auf der anderen Seite wird die Bewegungsgestaltung in den Bereichen Gymnastik, Tanz und Bewegungskünsten mit und ohne (Hand)gerät bzw. mit und ohne Partner in den Blick genommen.</p>	ungefähr gleicher Umfang für jedes Bewegungs- feld
Profil C	<p><u>Profilbildende Bewegungsfelder:</u></p> <p>1. Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball</p> <p>2. Bewegen im Wasser – Schwimmen</p> <p><u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Im Mittelpunkt steht auf der einen Seite das Spielen mit- und gegeneinander im Basketball. Dabei werden grundlegende Spielsituationen bewältigt, die eigene Technik verbessert und das gruppen- und mannschaftstaktische Spielverhalten reflektiert und verbessert. Im Bewegungsfeld Schwimmen geht es über die Verbesserung der verschiedenen Schwimmtechniken hinaus auch um das ausdauernde Schwimmen, das Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen sowie Bewegungsgestaltungen im Wasser oder Wasserball bzw. Wasserspringen.</p>	ungefähr gleicher Umfang für jedes Bewegungs- feld