

## Beispiel Kursprofil Sport Qualifikationsstufe:

### „Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“ und „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“

<b>Profilbildende Bewegungsfelder</b> BF 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik  BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	<b>Profilbildende Inhaltsfelder</b> IF d Leistung IF e Kooperation und Konkurrenz  sowie alle <b>fettgedruckten</b> KE der SK/MK/UK aus den IF a/b/c/f
--	--

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen <sup>1</sup>	
	BWK	SK/MK/UK		w	f
Q 1.1.	<b>BF 3 →</b> <b>BWK 1</b>	IF d UK 1	<b>Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen</b> – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten	x	
	<b>BF 7 →</b> <b>BWK 1/2</b>	IF e SK 1 MK 2	<b>Erfolgreich im Angriff</b> – Entwicklung von grundlegenden Angriffskonzepten unter Berücksichtigung des <i>tactical games approach</i> zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit im Spiel 3:3	x	x
	<b>BF 3 →</b> <b>BWK 1</b>	IF a SK 1  IF e UK 1	<b>Leistung relativ und absolut</b> – Kritische Betrachtung des Trainingskonzepts „Differenzielles Lernen“ im Hochsprung und Kugelstoßen unter Berücksichtigung der relativen und absoluten Leistungsfähigkeit	x	x
Q 1.2	<b>BF 7 →</b> <b>BWK 2</b>	IF c SK 1  IF e MK 2	<b>Mann- und Zonenverteidigung – voller Einsatz in der Abwehr</b> – Einführung von unterschiedlichen Abwehrsystemen unter Berücksichtigung des Einflusses psychischer Aspekte auf das Teamspiel zur Verbesserung der basketballspezifischen Spielfähigkeit	x	x

<sup>1</sup> w = wettkampfbezogene Prüfungsleistung; f = fakultative Prüfungsleistung

	<b>BF 3 → BWK 3</b>	<b>IF d</b> SK 1/2 MK 1/2  <b>IF f</b> SK 1,	<b>Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig</b> – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung	X	
	<b>BF 7 → BWK 3</b>	<b>IF b</b> SK 1, UK 1  <b>IF f</b> UK 1	<b>Past meets future</b> – Fast vergessene Spiele und “New games“ kennen lernen und analysieren, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen		
Q 2.1	<b>BF 3 → BWK 1</b>	<b>IF a</b> SK 1, UK 1  <b>IF d</b> SK 1/2 UK 1	<b>Wie werde ich besser? - Auf dem Weg zur optimalen Leistung</b> – Hürdenlauf und Speerwerfen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern	x	x
	<b>BF 7 → BWK 1/2</b>	<b>IF e</b> SK 1 MK 2	<b>Als Mannschaft zum Erfolg</b> – Analyse positionsspezifischer Anforderungen im Spiel 5:5 zur gezielten Bildung von leistungshomogenen Teams	x	x
	<b>BF 3 → BWK 4</b>	<b>IF e</b> UK1  <b>IF f</b> UK 1	<b>Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste</b> – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu könne		
Q 2.2		<b>IF b</b> SK 1 UK 1	<b>We are the Harlem Globetrotters – Basketball mal anders</b> – Präsentation eines Showauftritts mit dem Schwerpunkt Basketball, um das Spiel auch unter einer anderen Perspektive kennen zu lernen.		

	<b>BF 3 →</b> <b>BWK 1/2/3</b>  <b>BF 7 →</b> <b>BWK 1/2</b>	<b>IF e</b> MK 1	<b>Jetzt wird es ernst</b> – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung	x	x
--	--	---------------------	---	---	---

## Übersicht über die Kompetenzerwartungen in diesem Kursprofil

BWK	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
BWK 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</li> <li>Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)</li> <li>alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren,</li> <li>einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen,</li> <li>Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten),</li> <li>alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.</li> </ul>
BWK 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)</li> <li>Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,</li> <li>in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen,</li> <li>selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen,</li> </ul>
IF	Inhaltliche Schwerpunkte	Kompetenzerwartungen
IF d	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trainingsplanung und -organisation</li> <li>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung</li> <li>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (Q SK d1)</li> <li>physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (Q SK d2)</li> <li>die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (Q MK d1),</li> <li>Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (Q MK d2).</li> <li>Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (Q UK f1)</li> </ul>
IF e	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> <li>Fairness und Aggression im Sport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (Q SK e1)</li> <li>bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (Q MK e1)</li> <li>individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (Q MK e2)</li> <li>die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (Q UK e1)</li> </ul>
IF a	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (Q SK a1),</li> <li>unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend (und kritisch) beurteilen (Q UK a1).</li> </ul>
IF b	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestaltungskriterien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (Q SK b1)</li> <li>Präsentation Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (Q UK b1)</li> </ul>
IF c	<ul style="list-style-type: none"> <li>Handl.-steuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (Q SK c1)</li> </ul>
IF f	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (Q SK f1),</li> <li>positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdiffernten Körperbildern beurteilen (Q UK f1)</li> </ul>