

Profilbildung der Sportkurse in der Qualifikationsphase 2017/2018

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 mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen (vgl. Kernlehrplan Sport, S. 28-31).

Kurs	BF/SB	BF/SB	Kürzel
1	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	TA/BF
2	Bewegen im Wasser - Schwimmen	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	SW/SP
3	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (<i>Badminton</i>)	Bewegen an Geräten - Turnen	BD/TU
4	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (<i>Badminton</i>)	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	BD/LA
5	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (<i>Fußball</i>)	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	FB/LA
6	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (<i>Basketball</i>)	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	BB/LA

Die Bildung der hier aufgeführten Kurse mit den jeweiligen Schwerpunkten kann nicht garantiert werden, da sie von den Anmeldezahlen abhängig ist.

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Ist das Bewegungsfeld “Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, sind die ersten **vier inhaltlichen Kerne** sowie ein **weiterer inhaltlicher Kern** verbindlich.

Inhaltliche Kerne:

- **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 Dehnmethode**
- Psychoregulative Verfahren zur Entspannung
- Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen,**
- **sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten,**
- **selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden,**
- **unterschiedliche Dehnmethode (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden,**
- selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen,
- funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden.

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Ist das Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, sind die **ersten beiden inhaltlichen Kerne sowie ein weiterer** inhaltlicher Kern verbindlich.

Inhaltliche Kerne:

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren,**
- **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,**
- **Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten),**
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.
- historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Ist das Bewegungsfeld „Bewegen im Wasser - Schwimmen“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, sind **der erste inhaltliche Kern sowie zwei weitere** inhaltliche Kerne verbindlich.

Inhaltliche Kerne:

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling- (Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen,**
- **sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren,**
- physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser (Auftrieb, Vortrieb, Wasserwiderstand) in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen bzw. um Bewegungen kreativ zu gestalten,
- Wettkampf- oder Spiel- oder Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen planen und gemeinschaftlich durchführen,
- Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug (z.B. Auslösen der Rettungskette, Anschwimmen in Kleidung, Sicherung des zu Rettenden, Abschleppen, aus dem Wasser bringen, Wiederbeleben an einer Rettungspuppe) allein oder gemeinsam planen und bewältigen,
- komplexe Aufgabenstellungen beim Tauchen (auch mit Maske, Schnorchel und Flossen) unter Berücksichtigung der eigenen Leistungsfähigkeit und der anderer planen und bewältigen,
- freie oder normierte Sprünge einzeln und in der Gruppe auswählen und präsentieren,
- beim Ballspielen im Wasser Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-kordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten fair und kooperativ anwenden,
- eine selbstständig entwickelte Bewegungskomposition unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder gemeinsam präsentieren.

BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Ist das Bewegungsfeld „Bewegen an Geräten – Turnen“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, sind **alle drei inhaltlichen Kerne** verbindlich.

Inhaltliche Kerne:

- **Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten**
- **Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen**
- **Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen**

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren,**
- **eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren,**
- **am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren,**
- **an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen.**
- **Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.**

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste

Ist das Bewegungsfeld „Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, sind **alle inhaltlichen Kerne** verbindlich.

Inhaltliche Kerne:

- **Gymnastik**
- **Tanz**
- **Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste**

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **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,**
- **selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren,**
- **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**
- **ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.**

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (z.B. Fußball, Basketball, Badminton)

Ist das Bewegungsfeld „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, ist **einer der ersten beiden inhaltlichen Kerne vertieft sowie ein weiterer** inhaltlicher Kern ergänzend verbindlich zu behandeln.

Inhaltliche Kerne:

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)
- Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indica, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **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,**
- **in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe sportspielspezifischer koordinativer Fähigkeiten sowie taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen,**
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen,
- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.