



## 1 Rahmenbedingungen im Fach Sport

Das Mercator-Gymnasium ist eines von drei Innenstadtgymnasien Duisburgs. Seiner Lage zwischen dem Dellviertel und Hochfeld entsprechend besuchen Schülerinnen und Schüler unterschiedlicher Nationalitäten und Muttersprachen die Schule.

Die gymnasiale Oberstufe ist mit etwa 400-450 Schülerinnen und Schülern relativ groß, wodurch insgesamt gute Kurswahlmöglichkeiten gegeben sind. Hierzu wählen die Schüler/innen der SII im Grundkurs Sport Schwerpunkte in ihrem Kurs mit der Kombination Leichtathletik und Sportspiele in Regelstrukturen. Zusätzliche Inhaltsbereiche können kursintern hinzu gewählt werden.

Im Rahmen einiger Kursprofile in der S II kooperieren wir mit der Duisburger Eishalle, örtlich angesessenen Fitnessstudios oder ggf. mit der Skisporthalle in Neuss, so dass auch dort einzelne Unterrichtsprojekte stattfinden können.

Neben den hauseigenen Schüler/innen aus der SI werden jährlich ca. 30 % neue Schüler/innen vor allem aus der Realschule aufgenommen, von denen einige aufgrund des bestehenden Leistungskursangebots zum Mercator-Gymnasium oder an eine mit uns kooperierende Schule wechseln.

Im Bereich der Leistungskurse Sport kooperiert das MG mit vier innerstädtischen Duisburger Schulen (Gesamtschule Duisburg-Mitte, Max-Planck-Gymnasium, Gesamtschule Meiderich und dem Landfermann-Gymnasium). Das bedeutet, dass der Theorieunterricht am MG, die Praxiseinheiten jedoch in der kälteren Jahreszeit in den Hallen der jeweiligen kooperierenden Schule (beide Gesamtschulen verfügen über Dreifachturnhallen) stattfindet. Der für das Abitur notwendige leichtathletische Unterricht findet auf der Bezirkssportanlage (Du-Wedau, Kalkweg) statt. Diese bietet alle Voraussetzungen um die Abituranforderungen zu erfüllen und ist für die Schüler/innen problemlos mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. Auf dieser Anlage finden auch die Sportfeste des MG statt, die in unregelmäßigen Abständen anberaumt werden.

Mit derzeit acht Sportlehrern/innen ist die Schule gut ausgestattet, so dass der Unterricht gemäß der Stundentafel im Fach Sport in der Sekundarstufe I und II weitestgehend erteilt werden kann.

Für den Schwimmunterricht stehen ein Schwimmbad mit Nichtschwimmerbereich (Neuenkamp) und das Schwimmstadion zur Verfügung.

Das MG verfügt über zwei Turnhallen, wobei die baulich gesehen jüngere nur unwesentlich kleiner ist. Es handelt sich bei beiden Hallen um Einfachturnhallen, so dass eine Trennung z.B. in zwei Spielfelder in Originalgröße (VB) nicht möglich ist, auch Handball oder Basketball kann man nicht auf Originalspielfeldgrößen spielen.

Für die Klassen und Kurse steht außerdem ein kleiner Außenplatz direkt neben der Schule zur Verfügung, an dem Basketball gespielt und kleinere Leichtathletikeinheiten durchgeführt werden können. Bei schönem Wetter kann zudem in den nahe gelegenen, fußläufig zu erreichenden Böninger Park ausgewichen werden. Hier ist es möglich, „Kleine Spiele“ oder/und Ausdauertraining im Bereich der Mittelstrecke zu absolvieren.

Seit dem Schuljahr 2015/16 hat das Mercator-Gymnasium eine Sportprofilklasse eingerichtet, in der z.Zt. 24 Schüler mit zwei Stunden 7tägig zusätzlich unterrichtet werden. Sie erhalten ein Zusatzangebot im Bereich Spiel und Sport in vielerlei Bewegungsformen der Sportspiele, Gymnastik/Tanz, Turnen, Schwimmen, Leichtathletik u.a.. Voraussetzung für die Teilnahme an dem Sportprofil ist deshalb neben der Freude an Bewegung und dem Erlernen und Ausprobieren neuer Bewegungs- und Spielformen auch die Bereitschaft, sich in einer Gruppe sozial zu engagieren sowie das Schwimmabzeichen in Bronze. Interessierte Schülerinnen und Schüler können sich mit ihren Eltern am so genannten Profilitag (September) und am Tag der offenen Tür (Anfang Dez.) über das Angebot im Fach Sport sowie über die weiteren Profilageboten informieren.

Sehr attraktiv sind für viel Schülerinnen und Schüler (und manchmal auch Lehrer) das Üben und die Teilnahme am Duisburger Drachenbootfest. Die Fachschaft Sport arbeitet hier eng mit der Wanheimer Kanugilde zusammen, die Übungszeiten und –boote kostenlos zur Verfügung stellt. In den letzten Jahren haben an den Wettkämpfen jeweils drei bis vier Mannschaften erfolgreich an den Stadtmeisterschaften der Duisburger Schulen teilgenommen.



Die Fachschaft Sport bildet alle zwei Jahre eine Anzahl von ca. 30 Schüler/innen ab der Jahrgangsstufe 8 zu Sporthelfern aus, die die Fachschaft bei Sportveranstaltungen (Sportfest, jährlich stattfindende Spielewoche für die S I, Profiltag, Tag der offenen Tür) unterstützen bzw. eigene Turniere organisieren.

Einige von ihnen bereichern das Sporttreiben an der Schule durch das Angebot einer eigenen allgemeinen Sport AG z.B. Spiel und Sport in der Mittagspause, Volleyball, Tanzen oder Fußball.

Darüber hinaus bietet die Fachschaft eine Tischtennis-AG für Schülerinnen und Schüler an, die v.a. von den Jüngeren gern besucht wird.

In unregelmäßigen Abständen wird eine Möglichkeit im Bereich Klettern angeboten, den Top-Rope-Sicherungsschein zu erwerben. Dazu pflegt das MG eine Kooperation mit dem Kletterverein Duisburg.

**In Absprache mit der Lehrerkonferenz sowie unter Berücksichtigung des Schulprogramms hat die Fachkonferenz des Mercator-Gymnasiums die folgenden fachmethodischen und fachdidaktischen Grundsätze beschlossen.**

#### Überfachliche Grundsätze:

- 1.) Geeignete Problemstellungen zeichnen die Ziele des Unterrichts vor und bestimmen die Struktur der Lernprozesse.
- 2.) Inhalt und Anforderungsniveau des Unterrichts entsprechen dem Leistungsvermögen der Schüler/innen.
- 3.) Die Unterrichtsgestaltung ist auf die Ziele und Inhalte abgestimmt.
- 4.) Medien und Arbeitsmittel sind schülernah gewählt.
- 5.) Die Schüler/innen erreichen einen Lernzuwachs.
- 6.) Der Unterricht fördert eine aktive Teilnahme der Schüler/innen.
- 7.) Der Unterricht fördert die Zusammenarbeit zwischen den Schülern/innen und bietet ihnen Möglichkeiten zu eigenen Lösungen.
- 8.) Der Unterricht berücksichtigt die individuellen Lernwege der einzelnen Schüler/innen.
- 9.) Die Schüler/innen erhalten Gelegenheit zu selbstständiger Arbeit und werden dabei unterstützt.
- 10.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Partner- bzw. Gruppenarbeit.
- 11.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Arbeit im Plenum.
- 12.) Die Lernumgebung ist vorbereitet; der Ordnungsrahmen wird eingehalten.
- 13.) Die Lehr- und Lernzeit wird intensiv für Unterrichtszwecke genutzt.
- 14.) Es herrscht ein positives pädagogisches Klima im Unterricht.

#### Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht am Mercator-Gymnasium folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt.

Im Sinne der **Kompetenzorientierung** geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können.

Dazu werden von den Fachkolleginnen und Kollegen **individualisierte Lernarrangements** geschaffen, die auf der **Diagnose der Lernausgangslage** basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind. Offene Aufgabenformate wie z.B. Lernaufgaben finden verstärkt Berücksichtigung. Somit werden im Sportunterricht in allen Kursen und in allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen Lernprodukte erstellt und diskutiert.

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis** auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach- Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann.

In der Regel wird im Sportunterricht eine **Praxis-Theorie-Verknüpfung** angestrebt.

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte. Sie gehören im Leistungskurs zum festen Bestandteil des Unterrichts. Im Grundkurs werden sie nur dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.



## 2 Einführungsphase (EF)

### Profilierung

Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens **drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder** mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden.

#### Anmerkung:

In diesem Beispielpprofil sind die Bewegungsfelder 1, 7 und 8 als Profil bildend ausgewählt. Zusätzlich werden ausgewählte Kompetenzerwartungen des Bewegungsfelds 3 in den Blick genommen (vgl. das UV VI), da dieses Bewegungsfeld an unserer Schule häufig in der Qualifikationsphase Profil bildend ist. Die Fachkonferenz entscheidet zudem, dass die Bewegungsfeld übergreifenden Kompetenzerwartungen des Inhaltsfeldes d: Leistung über ein weiteres UV zur Leichtathletik abgedeckt werden, da diese Inhalte Voraussetzungen für den Sportleistungskurs sind.

### 2.1

#### Unterrichtsvorhaben I:

**Thema:** „Fit wie Turnschuh“ - Erarbeitung einfacher Gestaltungskriterien eines Fitnessprogramms hin zur gemeinsamen Ausführung und Bewertung (z.B. Rope Skipping, Fitnesszirkel, Aerobic...)

#### BF/SB:

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

#### Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik

#### Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.

#### Inhaltsfelder: Inhaltlicher Schwerpunkt: Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)
- Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)
- Die Schülerinnen und Schüler können Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. (SK)
- Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (MK)
- Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.(UK)

**Zeitbedarf:** ca. 10-12 Std.



## Unterrichtsvorhaben II:

**Thema:** „Wir bewegen uns ausdauernd“ – Unterschiedliche Ausdauerformen und –schulungen mit ihren zugehörigen Vor- und Nachbereitungen

### BF/SB:

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen **Inhaltlicher Kern:**

Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

### Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

### Inhaltsfelder: Inhaltliche Schwerpunkte: Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)
- Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)
- (d): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Ausdauertrainings erläutern. (SK)
- (d): Die Schülerinnen und Schüler können einen individuellen Trainingsplan erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch). (MK)
- (f): Die Schülerinnen und Schüler können sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (MK)
- (f): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (UK)
- (d): Die Schülerinnen und Schüler können ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

**Zeitbedarf:** ca. 10-12 Std.

## Unterrichtsvorhaben III:

**Thema:** „Laufen und Springen über Hindernisse“ – Kennenlernen und Erproben von technisch anspruchsvollen „Randdisziplinen“ der Leichtathletik (z.B. Dreisprung, Hürdenlauf, etc.)

### BF/SB:

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltliche Kerne:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).
- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
- Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)
- Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

### Inhaltsfelder: Inhaltliche Schwerpunkte: Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (SK)
- (a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (MK)
- (c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (UK)

**Zeitbedarf:** ca. 10-12 Std.



### Unterrichtsvorhaben IV:

**Thema:** „Gemeinsam sind wir stark“ – Leistung erfahren und einschätzen lernen anhand eines selbst organisierten leichtathletischen Mehrkampfes

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

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

#### Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.
- Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

**Inhaltsfelder: Inhaltlicher Schwerpunkt:**

#### Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (e): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- (c): Die Schülerinnen und Schüler können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. (MK)
- (c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (UK)

**Zeitbedarf:** ca. 10-12 Std.

### Unterrichtsvorhaben V:

**Thema:** „Fairplay in Partnerspielen“ – Veränderung von Regeln und Rahmenbedingungen durch Anpassung an den Partner und die Spielsituationen (Einzel und Doppel)

- **BF/SB:** Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele **Inhaltlicher Kern:** Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

#### Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlicher Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

**Inhaltsfeld: Inhaltlicher Schwerpunkt:**

#### Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)
- Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)
- (f): Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK)
- (b): Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Laufwege strukturiert schematisch darstellen. (MK)

**Zeitbedarf:** ca. 10-12 Std.

### Unterrichtsvorhaben VI:

**Thema:** „Wir spielen zusammen“ – Gemeinsame Erarbeitung und Erprobung mannschaftstaktischer offensiver und defensiver Spielsituationen

**BF/SB:** Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele **Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)



**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

**Inhaltsfeld: Inhaltlicher Schwerpunkt: Bewegungsfeldübergreifende**

**Kompetenzerwartungen:**

- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)
- (e): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- (e): Die Schülerinnen und Schüler können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).(MK)
- (e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.(UK)

**Zeitbedarf:** ca. 18 Std.

**Summe Einführungsphase: 90 Stunden davon 60-72 obligatorisch und 18-30 fakultativ**



### 3 Qualifikationsphase Q1 / Q2 (GK/LK)

#### Profilbildung in der Qualifikationsphase

Ausgehend von den in der Stufe EF erfahrenen pädagogischen Perspektiven und Inhaltsbereichen ergibt sich für den **Leistungskurs** in der Qualifikationsphase der Stufen Q1 und Q2 am Mercator-Gymnasium folgendes

#### KURSPROFIL in der Praxis:

| Profilbildende<br>Pädagogische Perspektiven                                                                                                                                                | Profilbildende Bewegungsfelder/Sportbereiche                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</b></li> <li>• <b>Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)</b></li> </ul> | <p><b>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte leichtathletische Disziplinen (z.B. Speer, Kugelstoß; Hoch-/Weitsprung; Laufvarianten)</li> <li>• Ausdauerlaufen (z.B. Fahrtspiel, Jogging, Geländelauf)</li> <li>• LA-Mehrkämpfe</li> <li>• Laufen, Springen, Werfen nach unterschiedlichen Sinngebungen</li> </ul> <p><b>Spiele in und mit Regelstrukturen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiel <b>Volleyball</b></li> <li>• Variationen („Kleine Spiele“, Beach-Volleyball)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>oder</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückschlagspiel <b>Badminton</b></li> <li>• Variationen</li> </ul> |

Dieses Kursprofil bildet schwerpunktmäßig die Grundlage für die Unterrichtsvorhaben in der Qualifikationsphase. Zusätzlich werden zwei weitere Unterrichtsvorhaben aus den Bewegungsfeldern und Sportbereichen 1 und 2 durchgeführt:

#### Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1) – Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen (2)

→ verbindliche Gegenstandsbereiche:

- Entspannungsmethoden
- Funktionsgymnastik
- Fitnesstraining
- Funktionsgerechtes Bewegen im Alltag
- Spielvarianten (s.o.)
- Bewegungsspiele anderer Kulturen
- Alternative Bewegungsspiele/Modetrends (Tanzformen, Kämpfen)
- Spiel-/Sportangebote im Umfeld der Schule (Klettern, Drachenboot, Spinning)

#### Zielsetzungen in der Qualifikationsphase

Aus den o. a. Festlegungen ergeben sich folgende Zielsetzungen<sup>1</sup> für den Leistungskurs:

- Verbesserung der Spielfähigkeit im regelgeleiteten VB-Spiel;  
TZ (Teilziel): wettkampforientiertes Spiel 6:6; variable Angriffe; taktische Verteidigung; fakultative Spielformen „3 mit 3“ und „4 gegen 4“
- Entwicklung der sozial-kommunikativen Kompetenz;  
TZ: Funktion von Regeln; selbstständige Spielentwicklung; Spielvarianten
- Erfahrung und Anwendung verschiedener Wirkungsmechanismen und Prinzipien von Training;  
TZ: LA-Disziplinen; Vorbereitung LA-Mehrkampf
- Erkennen der Struktur und Funktion von Bewegungsabläufen

<sup>1</sup> Die Zielsetzungen variieren gemäß den jährlichen Prüfungsvorgaben (siehe Seite 22)



- Abwägen von gesundheitsfördernden und gesundheitsgefährdenden Wirkungen des Sports
- Selbstständiges Bearbeiten von Aufgabenstellungen

### 3.1 Qualifikationsphase im Grundkurs (Q1/Q2)

Am Mercator-Gymnasium gibt es in der Oberstufe neben dem Leistungskurs noch weitere Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

*„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 (Fettdruck) mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)*

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergibt sich z.B. folgendes Kursprofil:

| Kurs | Kursprofil                                   |                                                     |              |                                  |
|------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|----------------------------------|
|      | BF/SB                                        | BF/SB                                               | Inhaltsfeld  | Inhaltsfeld                      |
| 1    | Laufen, Springen, Werfen<br>- Leichtathletik | Spiele in und mit<br>Regelstrukturen<br>Sportspiele | d - Leistung | e- Kooperation und<br>Konkurrenz |

### Beispielhaft ausgearbeitetes Kursprofil zur Orientierung:

#### Übersicht über die Unterrichtsvorhaben:

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **„Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **„Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiele und Rückschlagspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Badminton, **Volleyball**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, **Beach-Volleyball**, Flag-Football, Ballmixspiele und -turniere)

| Quartale     | Laufendes UV | Thema und Zeitbedarf                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <u>Q 1.1</u> | UV 1         | <b>Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen</b> – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten<br>(ca. 14-16 Stunden)                                                                                                           |
|              | UV 2         | <b>Vom Baggern zum Hechtbagger und vom Schmetterschlag zur Finte - voller Einsatz in Abwehr und Angriff</b> – Wdh. der Grundtechniken und Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken<br>(ca. 16 Stunden)         |
|              | UV 3         | <b>BallKoRobics – Volleyball mal anders</b> - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung festgelegter Gestaltungskriterien sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit |



|                     |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |                 | Arm-Ball-Bewegungen<br>(ca.14-16 Stunden)                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                     | <b>Freiraum</b> | ca. 12 Stunden                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b><u>Q 1.2</u></b> | <b>UV 4</b>     | <b>Erfolgreich in der Abwehr</b> – Spielgemäße Entwicklung von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten<br>(ca.16 Stunden)                                                                                                                                                             |
|                     | <b>UV 5</b>     | <b>Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig</b> – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans und Planung und Durchführung von verschiedenen Laufeinheiten unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung<br>(ca.14-16 Stunden) |
|                     | <b>UV 6</b>     | <b>Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand</b> – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen<br>(ca. 8-10 Stunden)                                                                      |
|                     | <b>Freiraum</b> | ca. 20 Stunden                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b><u>Q 2.1</u></b> | <b>UV 7</b>     | <b>Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung</b> – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern<br>(ca.14 Stunden)                                                                                       |
|                     | <b>UV 8</b>     | <b>Als Mannschaft zum Erfolg</b> – Kooperative Vermittlung eines Läuferystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit<br>(ca.16 Stunden)                                                                                                                                                                            |
|                     | <b>UV 9</b>     | <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 können<br>(ca.14 Stunden)                                                     |
|                     | <b>Freiraum</b> | ca. 10 Stunden                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b><u>Q 2.2</u></b> | <b>UV 10</b>    | <b>Sportspiele in Variationen</b> – Verschiedene Turniersysteme und Sportspielkombinationen mit individueller Mannschaftstaktik<br>(ca.12 Stunden)                                                                                                                                                                                    |
|                     | <b>UV 11</b>    | <b>Wir (wett-)kämpfen zusammen!</b> – Planung und Durchführung eines Hallenwettkampfes unter Berücksichtigung individueller Stärken<br>(ca.14 Stunden)                                                                                                                                                                                |
|                     | <b>Freiraum</b> | ca. 10 Stunden                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

### Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

#### Qualifikationsphase (Q1-GK) 1. Halbjahr

##### Unterrichtsvorhaben I:

**Thema:** Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten

**BF/SB:** Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

**Inhaltlicher Kern:** Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß

##### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren.



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Inhaltsfeld:</b> d - Leistung</p> <p><b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b> Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</p> <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.</li> </ul> <p><b>Zeitbedarf:</b> ca. 14-16 Std.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p><b><u>Unterrichtsvorhaben II:</u></b></p> <p><b>Thema:</b> Vom Baggern zum Hechtbagger und vom Schmetterschlag zur Finte - voller Einsatz in Abwehr und Angriff – Wdh. der Grundtechniken und Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Feldabwehr und die Angriffsvarianten zu verbessern</p> <p><b>BF/SB:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p> <p><b>Inhaltlicher Kern:</b> Volleyball</p> <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.</li> </ul> <p><b>Inhaltsfelder:</b> c – Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Wettkampf</p> <p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)<br/>Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)</p> <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.</li> <li>individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.</li> </ul> <p><b>Zeitbedarf:</b> ca. 16 Std.</p>                                               |
| <p><b><u>Unterrichtsvorhaben III:</u></b></p> <p><b>Thema:</b> BallKoRobics – Volleyball mal anders - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung festgelegter Gestaltungskriterien sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen.</p> <p><b>BF/SB:</b> Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p> <p><b>Inhaltlicher Kern:</b> Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Gymnastik</p> <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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.<sup>2</sup></li> </ul> <p><b>Inhaltsfeld:</b> b - Bewegungsgestaltung</p> <p><b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b> Gestaltungskriterien</p> <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.</li> <li>Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.</li> </ul> <p><b>Zeitbedarf:</b> ca. 14-16 Std.</p> |
| <p style="text-align: center;"><b>Qualifikationsphase (Q1-GK) 2. Halbjahr</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p><b><u>Unterrichtsvorhaben IV :</u></b></p> <p><b>Thema:</b> Erfolgreich in der Abwehr – Spielgemäße Entwicklung von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

<sup>2</sup> Diese Kompetenzerwartung stammt aus dem Bewegungsfeld 6 und gehört dementsprechend nicht zur Obligatorik.



**BF/SB:** Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:** Volleyball

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- 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 von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Wettkampf

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

**Zeitbedarf:** ca. 16 Std.

### **Unterrichtsvorhaben V:**

**Thema:** **Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig** – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

**BF/SB:** Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

**Inhaltlicher Kern:** Formen ausdauernden Laufens

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten).

**Inhaltsfeld:** d - Leistung

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Trainingsplanung und -organisation

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen und erläutern. (übergreifend)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (übergreifend)
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).

**Zeitbedarf:** ca. 14-16 Std.

### **Unterrichtsvorhaben VI:**

**Thema:** **Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand** – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

**BF/SB:** Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:** Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Beach-Volleyball

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

**Inhaltsfeld:** f - Gesundheit

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**



- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

**Zeitbedarf:** ca. 8-10 Std.

**Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 20 Stunden)**

## Qualifikationsphase (Q2-GK) – 1. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben VII:

**Thema:** **Wie werde ich besser? - Auf dem Weg zur optimalen Leistung** – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

**BF/SB:** Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

**Inhaltlicher Kern:** Leichtathletische Disziplinen (auch als Mehrkampf) unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren.

**Inhaltsfeld:** d - Leistung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

**Zeitbedarf:** ca. 14 Std.

### Unterrichtsvorhaben VIII:

**Thema:** **Als Mannschaft zum Erfolg** – Kooperative Vermittlung eines Läuferystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

**BF/SB:** Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:** Volleyball

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- 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 von taktisch angemessenem Wettkampfvverhalten bewältigen.

**Inhaltsfeld:** e - Kooperation und Wettkampf

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

**Zeitbedarf:** ca. 16 Std.



### Unterrichtsvorhaben IX:

**Thema:** **Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste** – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

**BF/SB:** Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

**Inhaltlicher Kern:** alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

**Inhaltsfelder:** e – Kooperation und Wettkampf, f - Gesundheit

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Fairness und Aggression im Spiel (e)  
Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (e)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (f)

**Zeitbedarf:** ca. 14 Std.

## Qualifikationsphase (Q2-GK) – 2. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben X:

**Thema:** **Sportspiele in Variationen** – Verschiedene Turniersysteme und Sportspielkombinationen mit individueller Mannschaftstaktik

**BF/SB:** Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:** Volleyball

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in gewählten Mannschafts- oder Partnerspielen (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 von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Wettkampf

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

**Zeitbedarf:** 12 Std.

### Unterrichtsvorhaben XI:

**Thema:** **Wir (wett-)kämpfen zusammen!** – Planung und Durchführung eines Hallenwettkampfes unter Berücksichtigung individueller Stärken

**BF/SB:** Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

**Inhaltliche Kerne:** leichtathletische Disziplinen  
Formen ausdauernden Laufens

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- einen leichtathletischen Hallen-Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen, Wurf/Stoß- und



Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

**Inhaltsfelder:** a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen,  
e - Kooperation und Wettkampf

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)  
Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

**Zeitbedarf:** ca. 14 Std.

**Summe Qualifikationsphase II: ca. 70 Stunden (Freiraum ca. 20 Stunden)**



### 3.2 Qualifikationsphase im Leistungskurs (Q1/Q2)

Am Mercator-Gymnasium gibt es den Sport Leistungskurs in Kooperation mit den Gesamtschulen Meiderich und Duisburg Mitte sowie dem Max-Planck-Gymnasium, so dass in zwei parallel stattfindenden Kursen unterrichtet wird.

Die Inhalte werden in jeweils drei Stunden Praxis- und zwei Stunden Theorieunterricht pro Woche vermittelt (Inhalte und Kompetenzerwartungen, s. Anhang I „Prüfungsvorgaben Zentralabitur NRW 2017“). Die Fachschaftskonferenz des Mercator Gymnasiums hat im LK-Bereich eine Profilbildung für die Praxis festgelegt. Dabei werden folgende Strukturmerkmale berücksichtigt:

#### Profilbildung

„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in zwei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller inhaltlichen Schwerpunkte aus allen Inhaltsfeldern entwickelt werden.“ (s. KLP, S. 43ff.)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergibt sich folgendes **Kursprofil im Sportleistungskurs am Mercator-Gymnasium**:

| Kursprofil |                                                                 |                                                                          |                        |
|------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Kurs       | <b>BF /SB 3</b><br>Laufen, Springen,<br>Werfen – Leichtathletik | <b>BF/SB 7</b><br>Spielen in und mit<br>Regelstrukturen –<br>Sportspiele | Inhalts-<br>felder a-f |

Im **BF/SB 3** legen wir im leichtathletischen Dreikampf den Schwerpunkt auf die Vermittlung der folgenden Disziplinen:

- **Kugel/Speer**
- **Lauf** Kurzstrecke (100m, 200m, 400m), Mittelstrecke (800m oder 1500m), Hürdenlauf (100m/110m)
- **Sprung** Hochsprung und Weitsprung, Dreisprung.

#### Inhaltliche Kerne

- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf Sprung und Wurf/Stoß (Schwerpunktsetzung siehe oben)
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Folgende **Kompetenzen** sollen die Schülerinnen und Schüler am Ende der Qualifikationsphase im Bereich der **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz** erreichen. Die Schülerinnen und Schüler können

- Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren,
- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000m), Wurf/Stoß- und einer Sprungdisziplin) unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen,
- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten) (vgl. KLP, S. 49).

#### Sportpraktische Abiturprüfung im Leistungskurs Sport

Für die **fakultative Techniküberprüfung** in der sportpraktischen Abiturprüfung legen wir folgende **Disziplinen** fest:

- Hürdenlauf
- Hochsprung
- Dreisprung
- Speer
- Kugel



In der sportpraktischen Abiturprüfung gilt für die wettkampfbezogene Leistungsüberprüfung im Dreikampf die aktualisierte Wertungstabelle (gültig ab Abitur 2017, s. Anhang II) als Bewertungsgrundlage.

Im **BF 7** beschränken wir uns in der Jahrgangsstufe Q1 auf den Schwerpunkt Volleyball als Mannschaftsspiel und Badminton als Partnerspiel. Zu Beginn der Q2 wählen die Schülerinnen und Schüler entweder Volleyball oder Badminton als Schwerpunktsportart, die für die sportpraktische Abiturprüfung für den gesamten Kurs prüfungsrelevant ist.

#### **Inhaltliche Kerne**

- Mannschaftsspiele (Volleyball)
- Partnerspiel (Badminton)
- Alternative Spiele und Sportspielvarianten (z.B. Beach-Volleyball)

Folgende **Kompetenzen** sollen die Schülerinnen und Schüler am Ende der Qualifikationsphase im Bereich der **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz** erreichen. Die Schülerinnen und Schüler können

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel/Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel/Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen,
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen (vgl. KLP, S. 53).

#### **Bewegungsfeldübergreifender Ausdauerbereich**

Für die Überprüfung der Ausdauerleistung in der sportpraktischen Abiturprüfung legen wir den 5000m Lauf fest. Alternativ dazu kann diese Ausdauerleistung durch eine bewegungsfeldübergreifende Überprüfung im Bereich Schwimmen (800m) ersetzt werden.



## Beispielhafte Übersicht über die einzelnen Unterrichtsvorhaben in den Jahrgangsstufen Q1 und Q2 [LK]

### Übersicht I

| Inhaltsfelder | BF/SB | Themen der einzelnen UV und Inhalte (Stichpunkte)                                          |
|---------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| a/f           | BF3   | Wir machen uns fit – Formen des Ausdauertrainings                                          |
| d/e           | BF3   | Beschreiben und Erfahren von Bewegungsmerkmalen in der LA am Beispiel des Kugelstoßens     |
| a/e           | BF2   | Kleine Spiele neu entdecken I                                                              |
| b/d/f         | BF3   | Auf- und Abwärmen im Sport                                                                 |
| a/f           | BF1   | Fitness und Krafttraining – Zirkeltraining                                                 |
| a/f           | BF3   | Trainingsprinzipien in der praktischen Anwendung                                           |
| a/d           | BF7   | Vertiefung der badmintonspezifischen Grundfertigkeiten - Erkennen von Bewegungsmerkmalen   |
| Inhaltsfelder | BF/SB | Themen der einzelnen UV und Inhalte (Stichpunkte)                                          |
| a/d/f         | BF3   | Erarbeitung und Erprobung der Hürdenlauftechnik – Laufen einmal anders!                    |
| a/d/f         | BF3   | Laufen, Springen, Werfen – Einführung in das Speerwerfen: Wir sehen und korrigieren Fehler |
| a/d/e         | BF7   | Erprobung und Wiederholung grundlegender Volleyballtechniken                               |
| a/e           | BF7   | Planung und Ausrichtung eines Volleyballturniers                                           |
| Inhaltsfelder | BF/SB | Themen der einzelnen UV und Inhalte (Stichpunkte)                                          |
| a/d/c         | BF3   | Weitspringen – Vom Standsprung zum Weitsprung                                              |



|                      |              |                                                                                                       |
|----------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| a/d/e                | BF3          | Laufen, Springen, Werfen – Vertiefung der LA-Disziplin Kugelstoß                                      |
| a/f                  | BF3          | An seine Grenzen gehen – 5km-Lauf                                                                     |
| a/c/d                | BF3          | Laufen, Springen, Werfen – Erlernen und Erproben der leichtathletischen Disziplin Hochsprung          |
| a/d/e                | BF7          | Badminton- Vom Einzel- zum Doppelspiel                                                                |
| <b>Inhaltsfelder</b> | <b>BF/SB</b> | <b>Themen der einzelnen UV und Inhalte (Stichpunkte)</b>                                              |
| a/d/f                | BF3          | Wir starten durch – Erproben und Verbessern des Tiefstarts am Beispiel unterschiedlicher Laufstrecken |
| a/d/f                | BF3/4        | Festigung der Ausdauerleistungsfähigkeit – an Land und im Wasser                                      |
| a/d/f                | BF7          | Badminton- Vor- und Nachteile der Aufstellung beim Doppel                                             |
| a/d/e                | BF3          | Hoch und weit – Wir trainieren unsere Sprungtechniken                                                 |
| a/d/e                | BF3          | Laufen, Springen, Werfen – Wiederholung der Wurfdisziplinen (Speer und Kugel)                         |

## Übersicht II

| <b>Inhaltsfelder</b> | <b>BF/SB</b> | <b>Themen der einzelnen UV und Inhalte</b>                                               |
|----------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| a/f                  | BF3          | Wir machen uns fit - Formen des Ausdauertrainings (Vom Powerwalken zum Fahrtspiel)       |
| a/d                  | BF3          | Erprobung und Einführung der LA Disziplin Hochsprung                                     |
| d/e                  | BF3          | Beschreiben und Erfahren von Bewegungsmerkmalen in der LA – am Beispiel des Kugelstoßens |
| a/e                  | BF2          | Kleine Spiele neu entdecken – Wir spielen volley!                                        |
| b/d/f                | BF3          | Auf- und Abwärmen im Sport                                                               |
| a/b/f                | BF1          | Fitness und Krafttraining – Zirkeltraining                                               |



|                      |              |                                                                                          |
|----------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| a/f                  | BF3          | Trainingsprinzipien in der praktischen Anwendung                                         |
| a/d                  | BF7          | Vertiefung der badmintonspezifischen Grundfertigkeiten – Erkennen von Bewegungsmerkmalen |
| <b>Inhaltsfelder</b> | <b>BF/SB</b> | <b>Themen der einzelnen UV und Inhalte</b>                                               |
| a/d/c                | BF3          | Erarbeitung und Erprobung der Hürdenlauftechnik – Wir sehen und korrigieren Fehler       |
| a/d/e                | BF3          | Schnelligkeitstraining mit verschiedenen Starttechniken                                  |
| a/d/e                | BF3          | Laufen, Springen, Werfen – Einführung in das Speerwerfen                                 |
| a/d/e                | BF7          | Wiederholung und Vertiefung grundlegender Volleyballtechniken                            |
| a/e                  | BF7          | Wir spielen Badminton – Planung und Ausrichtung eines Badmintonturniers                  |
| d/e                  | BF7          | Volleyball unter anderen Bedingungen - Beachvolleyball                                   |
| <b>Inhaltsfelder</b> | <b>BF/SB</b> | <b>Themen der einzelnen UV und Inhalte</b>                                               |
| a/d/c                | BF3          | Weitspringen – von Standsprung zum Weitsprung                                            |
| a/d/e                | BF3          | Laufen, Springen, Werfen – Vertiefung der LA-Wurfdisziplinen (Kugel und Speer)           |
| a/f                  | BF3          | Laufen mit allen Sinnen: an seine Grenzen gehen (5km- und mehr?)                         |
| a/d/e                | BF3          | Wir starten durch! – Übungsformen zum Tiefstart                                          |
| a/c/d                | BF3          | Erlernen und Erproben der leichtathletischen Disziplin Hochsprung                        |
| a/d/e                | BF7          | Volleyball – individuelle und gruppenspezifische Taktiken                                |
| <b>Inhaltsfelder</b> | <b>BF/SB</b> | <b>Themen der einzelnen UV und Inhalte</b>                                               |
| a/d/f                | BF3/4        | Festigung der Ausdauerleistungsfähigkeit – an Land und im Wasser                         |



|       |     |                                                                                                                                                         |
|-------|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| a/d/f | BF7 | Planung und Durchführung eines Volleyballturniers unter besonderer Berücksichtigung von Läufer-Systemen                                                 |
| a/d/e | BF3 | Alternative Wettkampf-Formen: Hoch und weit einmal anders – Wir trainieren unsere Sprung-Techniken                                                      |
| a/d/e | BF3 | Laufen, Springen, Werfen – Organisation und Durchführung eines Zweikampfes in den Disziplinen (Speer oder Kugel) und einer selbst gewählten Laufstrecke |

Die Unterrichtsvorhaben werden in Abhängigkeit von den Hallen- und Platzvergaben sowie des Wetters flexibel angepasst.



## Prüfungsvorgaben Zentralabitur NRW 2020 – Leistungskurs Sport

| Inhaltsfeld a:<br>Bewegungsstruktur<br>Bewegungslernen                                                                                                                                                                                                | Inhaltsfeld b:<br>Bewegungs-<br>gestaltung                                                                                                                                                                        | Inhaltsfeld c:<br>Wagnis<br>Verantwortung                                                                                                                                                                                                                                      | Inhaltsfeld d:<br>Leistung                                                                                                                                                                                       | Inhaltsfeld e:<br>Kooperation und Konkurrenz                                                                                                                          | Inhaltsfeld f:<br>Gesundheit                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens<br><br>- <i>Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Teillern-methode, Ganzheitsmethode, methodische Übungsreihen und methodische Prinzipien)</i><br>- <i>Lernstufen nach Meinel/Schnabel</i> | Gestaltungskriterien<br><br>- <i>Variationen von Bewegungen unter Akzentuierung unterschiedlicher Informations-/ Gleichgewichtsanforderungen und Druckbedingungen (Anknüpfung KAR-Modell)</i>                     | Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen:<br><br>- <i>Druckbedingungen und deren Einfluss auf sportliche Handlungsfähigkeit (Anknüpfung an KAR-Modell)</i><br><br>- <i>Angst und Stress im Sport</i><br><br>- <i>Flow Konzept (nach Csikszentmihalyi)</i> | Trainingsplanung und -organisation<br><br>- <i>Trainingsprinzipien, -methoden und -formen im Ausdauer- und Kraftbereich</i><br><br>- <i>Konditionelle Fähigkeiten</i><br><br>- <i>KAR-Modell (nach Neumeier)</i> | Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten<br><br>- <i>Regeln im Sport (Systematik nach Digel)</i><br><br>- <i>Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen</i> | Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens<br><br>- <i>Zielgerichtetes Training der sportartspezifischen aeroben/anaeroben Ausdauer</i>   |
| Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen<br><br>- <i>Analysatoren/ Informationskanäle</i>                                                                                                                                    | Improvisation und Variation von Bewegung<br><br>- <i>Variationen von Bewegungen unter Akzentuierung unterschiedlicher Informations-/ Gleichgewichtsanforderungen und Druckbedingungen (Anknüpfung KAR-Modell)</i> | Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns                                                                                                                                                                                                                       | Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung<br><br>- <i>Ausdauer- und Kraftbereich (Aufbau und Funktionsweise des HKS und der Muskeln des Bewegungsapparates, Energiebereitstellung)</i> | Fairness und Aggression im Sport<br><br>- <i>Frustrations- Aggressions-Theorie, Lerntheoretischer Ansatz (nach Heitmeyer)</i>                                         | Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit<br><br>- <i>Zielgerichtetes Training der sportartspezifischen aeroben/anaeroben Ausdauer</i> |
| Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen<br><br>- <i>Funktionelle Bewegungsanalyse (nach Göhner)</i>                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen<br><br>- <i>Reaktionen und Anpassungserscheinungen der Muskulatur</i>                                                                 | Spielsportvermittlungsmodelle<br>– <i>Taktik-Spiel-Modell</i><br><br>– <i>spielgemäßes Konzept</i>                                                                    | Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns                                                                                        |



|                                                                                                                                       |  |  |                                                                |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| - <i>biomechanische Prinzipien (nach Hochmuth)</i>                                                                                    |  |  |                                                                |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                          |
| Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit<br><br>- <i>koordinative Fähigkeiten (nach Neumeier)</i> |  |  | Verfahren zur Leistungs- diagnostik<br><br>- <i>Krafttests</i> | Formen der Steuerung und Manipulation im Sport<br><br>- <i>Gründe des Dopings (sportstrukturelle und individuelle)</i><br><br>- <i>Anti-Doping-Initiativen im Sport</i> | Wirkung und Risiken unphysiologischer Maßnahmen zur Leistungssteigerung im Leistungs- und Freizeitsport<br><br>- <i>Dopingmaßnahmen in Ausdauer- und Kraftsportarten</i> |



Wertungstabelle Schülerinnen

| NP <sup>1</sup> | Laufen<br>5.000 m | Schwimmen<br>800 m |
|-----------------|-------------------|--------------------|
| 15              | 25:15             | 13:50              |
| 14              | 25:45             | 14:10              |
| 13              | 26:15             | 14:30              |
| 12              | 26:45             | 14:50              |
| 11              | 27:30             | 15:30              |
| 10              | 28:15             | 16:10              |
| 9               | 29:00             | 16:50              |
| 8               | 30:00             | 17:30              |
| 7               | 31:00             | 18:10              |
| 6               | 32:00             | 19:00              |
| 5               | 33:00             | 19:50              |
| 4               | 34:00             | 20:40              |
| 3               | 35:15             | 21:30              |
| 2               | 36:30             | 22:20              |
| 1               | 37:45             | 23:10              |

Wertungstabelle Schüler

| NP | Laufen<br>5.000 m | Schwimmen<br>800 m |
|----|-------------------|--------------------|
| 15 | 21:15             | 12:50              |
| 14 | 21:45             | 13:10              |
| 13 | 22:15             | 13:30              |
| 12 | 22:45             | 13:50              |
| 11 | 23:30             | 14:30              |
| 10 | 24:15             | 15:10              |
| 9  | 25:00             | 15:50              |
| 8  | 26:00             | 16:30              |
| 7  | 27:00             | 17:10              |
| 6  | 28:00             | 18:00              |
| 5  | 29:00             | 18:50              |
| 4  | 30:00             | 19:40              |
| 3  | 31:15             | 20:30              |
| 2  | 32:30             | 21:20              |
| 1  | 33:45             | 22:10              |

Wertungstabelle Schülerinnen

| NP | Laufdisziplinen [min:sec] |        |        |      |         |                      | Sprungdisziplinen [m] |               |               | Wurf-/Stoßdisziplinen [m] |               |              |
|----|---------------------------|--------|--------|------|---------|----------------------|-----------------------|---------------|---------------|---------------------------|---------------|--------------|
|    | 100m                      | 200m   | 400m   | 800m | 1.500 m | 100m-Hürden (76,2cm) | Weit-sprung g         | Hoch-sprung g | Drei-sprung g | Kugel (4kg)               | Dis-kus (1kg) | Speer (600g) |
| 15 | 0:13,7                    | 0:28,4 | 1:06,6 | 2:58 | 5:52    | 0:18,5               | 4,45                  | 1,40          | 9,20          | 8,35                      | 23,60         | 25,80        |
| 14 | 0:13,9                    | 0:28,8 | 1:07,4 | 3:03 | 6:00    | 0:18,8               | 4,35                  | 1,38          | 9,00          | 8,20                      | 22,90         | 25,00        |
| 13 | 0:14,1                    | 0:29,2 | 1:08,2 | 3:08 | 6:08    | 0:19,1               | 4,25                  | 1,36          | 8,80          | 8,05                      | 22,20         | 24,20        |
| 12 | 0:14,3                    | 0:29,7 | 1:09,0 | 3:13 | 6:16    | 0:19,4               | 4,14                  | 1,34          | 8,60          | 7,85                      | 21,40         | 23,40        |
| 11 | 0:14,5                    | 0:30,2 | 1:10,0 | 3:19 | 6:24    | 0:19,8               | 4,03                  | 1,32          | 8,30          | 7,65                      | 20,60         | 22,60        |
| 10 | 0:14,7                    | 0:30,7 | 1:11,0 | 3:25 | 6:32    | 0:20,2               | 3,92                  | 1,30          | 8,00          | 7,45                      | 19,80         | 21,60        |
| 9  | 0:14,9                    | 0:31,2 | 1:13,0 | 3:32 | 6:42    | 0:20,6               | 3,80                  | 1,28          | 7,70          | 7,20                      | 19,00         | 20,70        |
| 8  | 0:15,2                    | 0:31,8 | 1:15,0 | 3:40 | 6:52    | 0:21,1               | 3,68                  | 1,26          | 7,40          | 6,95                      | 18,00         | 19,80        |
| 7  | 0:15,5                    | 0:32,4 | 1:17,0 | 3:48 | 7:02    | 0:21,6               | 3,56                  | 1,24          | 7,15          | 6,70                      | 17,00         | 18,80        |
| 6  | 0:15,8                    | 0:33,0 | 1:19,0 | 3:56 | 7:12    | 0:22,1               | 3,44                  | 1,21          | 6,80          | 6,45                      | 16,00         | 17,80        |
| 5  | 0:16,1                    | 0:33,6 | 1:21,0 | 4:04 | 7:22    | 0:22,6               | 3,32                  | 1,18          | 6,45          | 6,20                      | 15,00         | 16,80        |
| 4  | 0:16,4                    | 0:34,2 | 1:23,0 | 4:12 | 7:32    | 0:23,1               | 3,20                  | 1,15          | 6,10          | 5,95                      | 14,03         | 15,80        |
| 3  | 0:16,7                    | 0:35,0 | 1:25,3 | 4:20 | 7:44    | 0:23,8               | 3,07                  | 1,11          | 5,80          | 5,70                      | 13,00         | 14,60        |
| 2  | 0:17,0                    | 0:35,8 | 1:27,6 | 4:28 | 7:56    | 0:24,5               | 2,94                  | 1,07          | 5,40          | 5,35                      | 12,00         | 13,40        |
| 1  | 0:17,3                    | 0:36,6 | 1:29,9 | 4:36 | 8:08    | 0:25,2               | 2,81                  | 1,03          | 5,00          | 5,00                      | 11,00         | 12,20        |

Wertungstabelle Schüler

| NP | Laufdisziplinen [min:sec] |        |        |      |         |                      | Sprungdisziplinen [m] |               |               | Wurf-/Stoßdisziplinen [m] |                  |              |
|----|---------------------------|--------|--------|------|---------|----------------------|-----------------------|---------------|---------------|---------------------------|------------------|--------------|
|    | 100m                      | 200m   | 400m   | 800m | 1.500 m | 110m-Hürden (91,4cm) | Weit-sprung g         | Hoch-sprung g | Drei-sprung g | Kugel (6kg)               | Dis-kus (1,75kg) | Speer (800g) |
| 15 | 0:12,1                    | 0:25,0 | 0:58,4 | 2:25 | 4:57    | 0:17,9               | 5,70                  | 1,64          | 12,00         | 9,75                      | 28,25            | 32,80        |
| 14 | 0:12,3                    | 0:25,4 | 0:59,2 | 2:27 | 5:03    | 0:18,1               | 5,58                  | 1,62          | 11,80         | 9,50                      | 28,55            | 32,00        |
| 13 | 0:12,5                    | 0:25,8 | 1:00,0 | 2:29 | 5:09    | 0:18,3               | 5,44                  | 1,60          | 11,60         | 9,25                      | 27,85            | 31,20        |
| 12 | 0:12,7                    | 0:26,2 | 1:01,0 | 2:31 | 5:15    | 0:18,5               | 5,32                  | 1,58          | 11,35         | 9,00                      | 26,15            | 30,40        |
| 11 | 0:12,9                    | 0:26,7 | 1:02,0 | 2:34 | 5:21    | 0:18,9               | 5,17                  | 1,55          | 11,10         | 8,70                      | 25,35            | 29,50        |
| 10 | 0:13,1                    | 0:27,2 | 1:03,5 | 2:37 | 5:27    | 0:19,4               | 5,02                  | 1,52          | 10,85         | 8,40                      | 24,55            | 28,60        |
| 9  | 0:13,3                    | 0:27,7 | 1:05,0 | 2:40 | 5:35    | 0:19,9               | 4,86                  | 1,49          | 10,55         | 8,10                      | 23,75            | 27,70        |
| 8  | 0:13,5                    | 0:28,4 | 1:06,5 | 2:44 | 5:43    | 0:20,4               | 4,70                  | 1,46          | 10,25         | 7,80                      | 22,65            | 26,80        |
| 7  | 0:13,7                    | 0:28,9 | 1:08,0 | 2:48 | 5:51    | 0:21,0               | 4,54                  | 1,43          | 9,90          | 7,50                      | 21,55            | 25,90        |
| 6  | 0:14,0                    | 0:29,4 | 1:09,5 | 2:52 | 6:59    | 0:21,6               | 4,38                  | 1,39          | 9,60          | 7,15                      | 20,45            | 25,00        |
| 5  | 0:14,3                    | 0:29,9 | 1:11,0 | 2:56 | 6:17    | 0:22,2               | 4,21                  | 1,35          | 9,30          | 6,80                      | 19,35            | 24,00        |
| 4  | 0:14,6                    | 0:30,4 | 1:13,0 | 3:00 | 6:25    | 0:22,8               | 4,04                  | 1,31          | 9,00          | 6,45                      | 18,25            | 23,00        |
| 3  | 0:14,9                    | 0:31,0 | 1:15,0 | 3:06 | 6:35    | 0:23,5               | 3,85                  | 1,26          | 8,70          | 6,10                      | 17,00            | 21,75        |
| 2  | 0:15,2                    | 0:31,6 | 1:17,0 | 3:42 | 6:45    | 0:24,2               | 3,66                  | 1,21          | 8,35          | 5,70                      | 15,75            | 20,50        |
| 1  | 0:15,5                    | 0:32,2 | 1:19,0 | 3:50 | 7:55    | 0:24,9               | 3,47                  | 1,16          | 8,00          | 5,30                      | 14,50            | 19,25        |



## 4 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST sowie Kapitel 3 des Kernlehrplans Sport hat die Fachkonferenz im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen. Die nachfolgenden Absprachen stellen die Minimalanforderungen an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

### Verbindliche Absprachen:

Über die von der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung in der Sekundarstufe I hinaus trifft die Fachkonferenz für die S II folgende Entscheidungen.

Die Fachkonferenz Sport erarbeitet ein Konzept für die unterschiedlichen Sportkurse, das sowohl die leistungsmäßigen als auch die gesundheitlichen Aspekte bzgl. der entsprechenden Kompetenzerwartungen berücksichtigt.

Weiterhin strebt die Fachkonferenz unabhängig von den Kursprofilen eine Vergleichbarkeit der Leistungen an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

### 4.1 Formen der Leistungsüberprüfung im Sport Leistungskurs

Zum Quartalsende hin werden sowohl in der Theorie als auch in der Praxis regelmäßige Leistungsüberprüfungen vollzogen. Diese erfolgen in der Theorie über das Schreiben einer Klausur. In der Praxis werden entweder wettkampfbezogene und/oder technische Lernerfolgskontrollen in Abhängigkeit von den Unterrichtsinhalten durchgeführt.

### 4.2 Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung

#### **A. Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können: Bewertet wird, wie der Schüler**

1. sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
2. sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
4. Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
6. motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
7. sportliches Können weiterentwickeln kann und
8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann

#### **B. Verbindliche und mögliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“:**

1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
2. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.
3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.



**C. Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen.**

**Mögliche Absprachen zur Leistungsbewertung zwischen unterschiedlich strukturierten Kursen bezogen auf**

**Bewegungs- und profilbildende Inhaltsfelder innerhalb der Qualifikationsphase**

**D. Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“**

| sehr gut                                                                                                                                                                                          | gut                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Die Schülerin/der Schüler</b><br>arbeitet mit anderen sehr kooperativ und verantwortungsbewusst zusammen, ist aufgeschlossen gegenüber anderen, ist meinungsbildend und gleichzeitig tolerant. | <b>Die Schülerin/der Schüler</b><br>arbeitet mit anderen erfolgreich zusammen, ist zuverlässig, initiativ und hilfsbereit.                                                            |
| befriedigend                                                                                                                                                                                      | ausreichend                                                                                                                                                                           |
| <b>Die Schülerin/der Schüler</b><br>verhält sich in der Gruppe kooperativ, kommunikationsfreudig und mitteilungsbereit.                                                                           | <b>Die Schülerin/der Schüler</b><br>ist nicht immer bereit mit anderen zusammenzuarbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.                                                             |
| mangelhaft                                                                                                                                                                                        | ungenügend                                                                                                                                                                            |
| <b>Die Schülerin/der Schüler</b><br>hat Mühe mit anderen zusammenzuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.            | <b>Die Schülerin/der Schüler</b><br>zeigt sich wiederholt unwillig mit anderen zusammenzuarbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ. |