

Allgemeine Informationen zum schulinternen Lehrplan in der Qualifikationsphase im Grundkurs

Die Fachschaft Sport bietet im Grundkursbereich in der Qualifikationsphase unterschiedliche Sportprofilkurse an, in die sich alle Schülerinnen und Schüler einwählen. Durch dieses Verfahren haben die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, einen Grundkurs zu wählen, der ihren Interessen entspricht. Um auf der anderen Seite die Vergleichbarkeit der unterschiedlichen Sportgrundkurse zu gewährleisten, hat sich die Fachschaft Sport auf einige allgemeingültige Vorgaben geeinigt. Jeder Profilkurs beinhaltet das Bewegungsfeld 1 „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“. Konkret bedeutet dies, dass alle Grundkurse Unterrichtsvorhaben zum Thema Ausdauer/Fitness beinhalten müssen und in allen Kursen eine Ausdauerleistung in der Q1 und eine Ausdauerleistung in der Q2 zu absolvieren ist (jeweils 5km-Lauf oder 800m-Schwimmen). Außerdem muss jedes Sportprofil eine Spilsportart und eine Individualsportart enthalten.

Die konkrete Ausgestaltung wird im Folgenden anhand des Profilkurses „Basketball/Mountainbiken“ exemplarisch veranschaulicht:

BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen BF 7 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen - Basketball BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen	IF d Leistung IF f Gesundheit
--	--------------------------------------

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ¹		
	BWK	SK/ MK/ UK		Praxis		Theorie
				w	f	
Q 1.1.1 BF 1			Ausdauer trainieren – Grundlegendes Verständnis zur Ausdauerleistungsfähigkeit, der Trainingsprinzipien und Trainingsmethoden	5000m-Lauf oder 800m Schwimmen		T.prinzipien T.methoden T.steuerung T.plan/tagebuch
Q 1.1.2 BF 8			Biken im Flow(konzept) – Fahrtechnik als Voraussetzung für sicheres, kontrolliertes Biken mit Spaßfaktor Exkursion: Flow-Trail Siegen Sa 27.09. 9.30 – 13.00 Uhr		Technik-überprüfung	Flowkonzept
Q 1.1.3 BF 7			Erfolgreich im Angriff – Entwicklung von grundlegenden Angriffskonzepten unter Berücksichtigung des tactical games approach zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit beim Streetball		BB 3:3	Taktik-Spiel-Modell
Q 1.2.1 BF 8			Kanu aber sicher – Analysieren der besonderen Sicherheitsaspekte bei Outdoorsport am Beispiel Kanufahren			Wagnis/Risiko, Naturgefahren

¹ W = wettkampfbezogen

f = fakultativ

Q 1.2.2 BF 7			Mann- und Zonenverteidigung – voller Einsatz in der Abwehr – Einführung von unterschiedlichen Abwehrsystemen zur Verbesserung der basketballspezifischen Spielfähigkeit		BB 5:5	
Q 1.2.3 BF 1, 8			Du Maschine – deine Ausdauerleistungsfähigkeit in unterschiedlichen Sportarten (Biken, Rennrad, Laufen, Schwimmen, Basketball) und Fitnesstests einordnen, vergleichen und bewerten Mögliche Exkursion: Rennrad	Fitnessstest		Pulsarten, Fitnessbegriff Konditionelle und koordinative Fähigkeiten
Q 2.1.1 BF 1			Spiel 5:5 – Positionsgetreu spielen		BB 5:5	
Q 2.1.2 BF 8			Smarte Tourenplanung – Orientierung bei langen Ausfahrten auch digital erwerben und Fahrten planen, durchführen und analysieren	Orientierungsfahrt	Gruppenanleitung	
Q 2.1.3 BF 7 BF 1			Past meets future – Fast vergessene Spiele und “New games” kennen lernen und analysieren		Neue Spielsituationen erfassen	Motive und Motivation des Sporttreibens
Q 2.2.1 BF 1			„Chill mal! - HIT“ – Entspannungstechniken sinnvoll anwenden HIT-Training gesundheitsorientiert betreiben	5000m-Lauf oder 800m schwimmen	Gruppenanleitung	Gesundheitsmodelle
Q 2.2.2 BF 7			We are the Harlem Globetrotters – Basketball mal anders – Präsentation eines Showauftritts mit dem Schwerpunkt Basketball, um das Spiel auch unter einer anderen Perspektive kennen zu lernen.		Präsentation	Gestaltungselemente