



Gymnasium an der Willmsstraße

Schulinternes Curriculum für die Qualifikationsphase

Fach: Sport

Version Oktober 2018

Inhaltsverzeichnis

Inhalt	Seite
1 Erläuternde Hinweise	3
2 Kursangebote und Kompetenzen	4
3 Bewertungstabellen	6
4 Beispiele von Kursbeschreibungen	8

1 Erläuternde Hinweise

- Der Unterricht in der Qualifikationsphase findet in Kursen statt, die halbjährlich gewechselt und von den Schülerinnen und Schülern gewählt werden können. Dabei muss jeder Schüler/in je zwei Sportarten aus der Bewegungsfeldgruppe A und Bewegungsfeldgruppe B belegen.
- Die Kursangebote können je nach schulinternen Rahmenbedingungen von Schuljahr zu Schuljahr wechseln.
- Inhalte, Kriterien zur Leistungsbewertung und zu vermittelnde Kompetenzen können die Schüler/innen den jeweiligen Kursbeschreibungen entnehmen.
- In allen Kursen gilt, dass die Grundlage der Leistungsfeststellung, der Leistungsbewertung und Benotung die in den Bewegungsfeldern ausgeschriebenen inhalts- und prozessbezogenen Kompetenzen sind (s. Kerncurriculum).

2 Kursangebote und Kompetenzen

Bewegungsfeld	Bewegungsfeldgruppe A (Kurse)	Bewegungsfeldgruppe B (Kurse)
Turnen und Bewegungskünste	<i>Gerätturnen, Akrobatik</i>	
Laufen, Werfen, Springen	<i>Leichtathletik</i>	
Gymnastisches und tänzerisches Bewegen	<i>Tanzen, Gymnastik</i>	
Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten	<i>Ski</i>	
Kämpfen	<i>Kämpfen</i>	
Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen	<i>Schwimmen</i>	
Übergreifend	<i>Fitness</i>	
Spielen (Zielschussspiele)		<i>Handball, Basketball, Fußball, (Uni-)hockey</i>
Spielen (Rückschlagspiele)		<i>Badminton, Volleyball, Tischtennis, Tennis</i>
Spielen (Endzonenspiele)		<i>Endzonenspiele</i>
Prozessbezogene Kompetenzen Alle prozessbezogenen Kompetenzen (vgl. KC 2018, S.16) müssen in jedem Kurs gleichermaßen geschult werden. Die Kompetenzen sind folgendermaßen den Bewegungsfeldgruppen zuzuordnen.		

Methodenkompetenz	- beherrschen Verfahren zur Lösung bewegungsbezogener Aufgabenstellungen: Problemanalyse (Analyse von Bewegungsabläufen und Spielhandlungen), Analyse von Materialien und Informationen, Erarbeitung von Lösungsstrategien, Auseinandersetzungen mit der Problemstellung durch Erproben und Experimentieren, Ergebnisanalyse und Ergebnissicherung - planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen methodischen und didaktischen Zielsetzungen, - wenden Lehr- und Lern- sowie Feedbackmethoden situationsadäquat an, geben gezielte Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen und reflektieren diese	
Sozialkompetenz	- übernehmen Verantwortung für sich und andere (z.B. helfen und sichern selbstständig) im Lern- und Übungsprozess	- verhalten sich fair in Bezug auf die Anerkennung von unterschiedlichen Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen, wenden Strategien zur Lösung von Konflikten an und erkennen Stärkere an sowie unterstützen und integrieren Schwächere
	- wenden ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit in Bezug auf Arbeits- und Kooperationstechniken bzw. in der Unterstützung bei Lern- und Trainingsprozessen an	
Selbstkompetenz	- verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild), den eigenen Körper (Körperbild, Körperhaltung, Körpersprache) und die eigenen sowie fremden Handlungs- und Bewegungsmöglichkeiten - setzen sich angemessene Ziele in Bezug auf körperliche Reaktionen auf Bewegungen sowie Risiken beim Sport und zeigen adäquate Verhaltensweisen	
	- steuern ihr Bewegungshandeln und die eigene sportliche und körperliche Entwicklung zielgerichtet	

3 Bewertungstabellen

Leichtathletik

BEWERTUNGSTABELLE LEICHTATHLETIK – MÄDCHEN

MSS-Punkte	100 m	200 m	400 m	800 m	2000 m	3000 m	80 m Hürden	100 m Hürden	Weit-sprung	Hoch-sprung	Drei-sprung	Kugel 3 kg	Kugel 4 kg	Diskus 1 kg	Speer 600 g	MSS-Punkte
18	13,3	28,9	1:04,1	2:45	8:36	13:29	13,7	18,0	4,64	1,46	9,26	9,63	8,70	25,36	26,48	18
17	13,4	29,2	1:04,8	2:49	8:44	13:44	13,8	18,1	4,56	1,44	9,14	9,51	8,57	24,77	26,02	17
16	13,5	29,5	1:05,6	2:53	8:52	13:59	14,0	18,3	4,48	1,42	9,02	9,38	8,44	24,15	25,53	16
15	13,7	29,8	1:06,4	2:58	9:00	14:15	14,2	18,5	4,40	1,40	8,90	9,25	8,30	23,50	25,00	15
14	13,9	30,1	1:07,3	3:03	9:09	14:32	14,4	18,8	4,31	1,38	8,77	9,11	8,15	22,82	24,44	14
13	14,1	30,5	1:08,3	3:08	9:19	14:50	14,6	19,1	4,22	1,36	8,64	8,96	7,99	22,11	23,83	13
12	14,3	30,9	1:09,4	3:13	9:29	15:08	14,8	19,4	4,13	1,34	8,50	8,79	7,82	21,37	23,18	12
11	14,5	31,3	1:10,6	3:19	9:40	15:28	15,1	19,8	4,03	1,32	8,36	8,62	7,64	20,59	22,48	11
10	14,7	31,8	1:12,0	3:25	9:53	15:49	15,4	20,2	3,92	1,30	8,21	8,43	7,44	19,77	21,72	10
9	14,9	32,3	1:13,6	3:32	10:06	16:11	15,7	20,6	3,81	1,28	8,06	8,22	7,23	18,91	20,90	9
8	15,2	32,8	1:15,3	3:39	10:20	16:35	16,0	21,0	3,70	1,26	7,90	8,00	7,00	18,00	20,00	8
7	15,5	33,4	1:17,2	3:47	10:36	17:00	16,4	21,5	3,58	1,24	7,74	7,76	6,75	17,04	19,02	7
6	15,8	34,0	1:19,3	3:55	10:53	17:27	16,8	22,0	3,45	1,21	7,57	7,49	6,48	16,03	17,95	6
5	16,1	34,7	1:21,6	4:04	11:11	17:56	17,2	22,6	3,32	1,18	7,39	7,21	6,19	14,97	16,76	5
4	16,5	35,4	1:24,1	4:14	11:32	18:27	17,7	23,2	3,18	1,15	7,20	6,89	5,87	13,83	15,45	4
3	17,0	36,3	1:27,1	4:25	11:55	19:00	18,2	23,9	3,03	1,12	7,01	6,53	5,52	12,63	13,99	3
2	17,5	37,2	1:30,7	4:37	12:21	19:36	18,8	24,7	2,87	1,09	6,81	6,14	5,13	11,36	12,35	2
1	18,0	38,2	1:35,1	4:50	12:50	20:15	19,5	25,6	2,70	1,06	6,60	5,70	4,70	10,00	10,50	1
0	> 18,0	> 38,2	> 1:35,1	> 4:50	> 12:50	> 20:15	> 19,5	< 25,6	< 2,70	< 1,06	< 6,60	< 5,70	< 4,70	< 10,00	< 10,50	0

Bemerkungen:

- 80 m Hürden: Hürdenhöhe mindestens 76 cm; Anlauf zur 1. Hürde: 12 m; Abstände zwischen den 8 Hürden: 8 m; Auslauf: 12 m
- 100 m Hürden: Hürdenhöhe mindestens 84 cm; Anlauf zur 1. Hürde: 13 m; Abstände zwischen den 10 Hürden: 8,50 m; Auslauf: 10,50 m
- Geringe Gewichte der Stoß- und Wurfgeräte, um technisch saubere Stöße bzw. Würfe zu erleichtern
- Überpunkteregelung (nur im Mehrkampf), um konstitutionelle Unterschiede ausgleichen zu können
- **Im Leichtathletik-Mehrkampf können maximal 15 MSS-Punkte als Gesamtergebnis erreicht werden.**

BEWERTUNGSTABELLE LEICHTATHLETIK – JUNGEN

MSS-Punkte	100 m	200 m	400 m	800 m	1000 m	3000 m	80 m Hürden	110 m Hürden	Weit-sprung	Hoch-sprung	Drei-sprung	Kugel 6,25 kg	Kugel 5,00 kg	Diskus 1,75 kg	Diskus 1,50 kg	Speer 800 g	Speer 600 g	MSS-Punkte
18	12,0	25,1	0:55,7	2:15	2:54	10:43	11,5	16,6	5,86	1,71	11,95	10,19	11,19	29,56	30,56	38,70	41,70	18
17	12,1	25,4	0:56,4	2:17	2:57	10:55	11,7	16,9	5,78	1,69	11,80	10,00	11,00	29,07	30,07	37,85	40,85	17
16	12,2	25,7	0:57,2	2:19	3:00	11:07	11,9	17,2	5,69	1,67	11,60	9,81	10,81	28,55	29,55	36,95	39,95	16
15	12,3	26,0	0:58,0	2:21	3:03	11:20	12,1	17,5	5,60	1,65	11,40	9,60	10,60	28,00	29,00	36,00	39,00	15
14	12,4	26,3	0:58,9	2:24	3:06	11:34	12,3	17,8	5,50	1,63	11,20	9,38	10,38	27,41	28,41	35,00	38,00	14
13	12,5	26,7	0:59,8	2:27	3:10	11:48	12,5	18,1	5,40	1,61	11,00	9,15	10,15	26,77	27,77	33,93	36,93	13
12	12,7	27,1	1:00,9	2:30	3:14	12:03	12,8	18,5	5,29	1,58	10,80	8,91	9,91	26,09	27,09	32,80	35,80	12
11	12,9	27,5	1:02,0	2:33	3:18	12:20	13,1	18,9	5,17	1,55	10,55	8,66	9,66	25,35	26,35	31,60	34,60	11
10	13,1	27,9	1:03,2	2:36	3:22	12:37	13,4	19,3	5,04	1,52	10,30	8,39	9,39	24,56	25,56	30,32	33,32	10
9	13,3	28,3	1:04,5	2:40	3:26	12:55	13,8	19,8	4,90	1,49	10,05	8,10	9,10	23,69	24,69	28,96	31,96	9
8	13,5	28,8	1:06,0	2:44	3:31	13:15	14,2	20,4	4,75	1,46	9,80	7,80	8,80	22,75	23,75	27,50	30,50	8
7	13,7	29,3	1:07,6	2:48	3:36	13:36	14,6	21,0	4,59	1,43	9,55	7,48	8,48	21,72	22,72	25,93	28,93	7
6	14,0	29,8	1:09,4	2:52	3:41	13:58	15,0	21,6	4,41	1,39	9,30	7,13	8,13	20,59	21,59	24,25	27,25	6
5	14,3	30,4	1:11,3	2:56	3:47	14:23	15,4	22,2	4,21	1,35	9,00	6,76	7,76	19,34	20,34	22,44	25,44	5
4	14,6	31,0	1:13,5	3:01	3:53	14:59	15,8	22,8	4,00	1,31	8,70	6,37	7,37	17,96	18,96	20,47	23,47	4
3	15,0	31,6	1:16,0	3:06	4:00	15:17	16,2	23,4	3,76	1,26	8,40	5,95	6,95	16,42	17,42	18,35	21,35	3
2	15,4	32,3	1:18,8	3:12	4:07	15:47	16,6	24,0	3,50	1,21	8,05	5,49	6,49	14,70	15,70	16,03	19,03	2
1	15,8	33,0	1:22,0	3:18	4:15	16:20	17,0	24,6	3,20	1,16	7,70	5,00	6,00	12,75	13,75	13,50	16,50	1
0	> 15,8	> 33,0	>1:22,0	< 3:18	> 4:15	> 16:20	> 17,0	> 24,6	< 3,20	< 1,16	< 7,70	< 5,50	< 6,00	< 12,75	< 15,00	< 13,50	< 23,00	0

Bemerkungen:

- 80 m Hürden: Hürdenhöhe mindestens 84 cm; Anlauf zur 1. Hürde: 12 m; Abstände zwischen den 8 Hürden: 8 m; Auslauf: 12 m
- 110 m Hürden: Hürdenhöhe mindestens 91 cm; Anlauf zur 1. Hürde: 13,70 m; Abstände zwischen den 10 Hürden: 8,90 m; Auslauf: 16,20 m
- Geringe Gewichte der Stoß- und Wurfgeräte, um technisch saubere Stöße bzw. Würfe zu erleichtern
- Überpunkteregelung (nur im Mehrkampf), um konstitutionelle Unterschiede ausgleichen zu können
- **Im Leichtathletik-Mehrkampf können maximal 15 MSS-Punkte als Gesamtergebnis erreicht werden.**

Beispiele von Kursbeschreibungen

Fach: Erfahrungs- und Lernfeld: Wochenstundenzahl: Lernfeldbereich: Kursart: Kursnummer: Kursthema: Kurslehrer/in:	Sport B 2 Doppelstunden Mannschaftsspiele / Basketball Q1 / Q2 - Ergänzungsfach Entwicklung individual-, gruppen-, und mannschaftstaktischer Handlungsmöglichkeiten für Angriff und Abwehr
<u>Leitidee:</u> Die Schüler und Schülerinnen üben spezifische Fähigkeiten und Fertigkeiten in festgelegten und offenen Handlungsmöglichkeiten. Sie entwickeln und erproben aufgrund einer vorgegebenen Problemsituation individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Maßnahmen im Angriffs- und Abwehrverhalten und setzen diese in Spielsituationen um. Sie setzen Strategien ein, um ergebnisoffene Spielsituationen zu realisieren und binden dabei Schülerinnen und Schüler mit unterschiedlichem Leistungsniveau ein. Des Weiteren analysieren Sie Lösungen für komplexe Spielsituationen im Hinblick auf Effektivität und Funktionalität und bewerten Handlungsalternativen.	
<u>Kompetenzerwerb:</u> Die Schülerinnen und Schüler ... • trainieren sportmotorische Fähigkeiten im Hinblick auf das Anforderungsprofil des gewählten Sportspiels. • erarbeiten, erproben und demonstrieren sportspielspezifische Grundfertigkeiten im gewählten Sportspiel. • setzen bewegungstheoretische Kenntnisse ein, um Lern- und Übungssituationen zur Aneignung sportspielspezifischer Fertigkeiten selbstständig zu planen und zu gestalten. • planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen methodischen und didaktischen Zielsetzungen. erarbeiten, • verhalten sich fair in Bezug auf die Anerkennung von unterschiedlichen Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen, • wenden Strategien zur Lösung von Konflikten an und erkennen Stärkere an sowie unterstützen bzw. integrieren Schwächere	

Durchgehende Inhalte, die den Kompetenzerwerb unterstützen

- Eigenständige Erwärmungsgestaltung durch die SuS
- SuS - Referate über die wichtigsten Regeln, deren Umsetzung im Einsatz von Schiedsrichtertätigkeiten angewandt wird
- Schwerpunktmäßige Sozialformen: PA und GA
- Selbstständige Organisation von Turnieren
- Selbstständige Entwicklung, Gestaltung und Analyse von Spielsystemen in Angriff und Abwehr
- Stets Reflexion von bewegungstheoretischen und taktischen Kenntnissen
- Einsatz von vielfältigen Medien, die selbstständige Arbeit unterstützen: Laptop, Simi-Vidback, Schaubilder, Arbeitsblätter, Videoaufzeichnungen, Spielpläne, Taktikpläne, Reflexionsbögen sowie Korrekturbögen und Schaubilder.

Inhalte:

- **individualtechnische Handlungsfertigkeiten:** Sprungwurf, Korbleger, Ballhandling, Sternschritt; Erlernen des Kreuzens, Schneidens und Freilaufens im Angriff; beherrschen der legalen Verteidigungsstellung und Sidesteps;
- **gruppen- und mannschaftstaktische Verhalten im Angriff:** Give and Go; der Fastbreak; direkte und indirekte Blöcke; Pick and Roll
- **gruppen- und mannschaftstaktische Verhalten in der Abwehr:** Mann-Mann-Verteidigung; Zonenverteidigung, help-side, Reboundverhalten
- selbstständige Entwicklung und Analyse von gruppen- und mannschaftstaktischen Spielsystemen
- Spielbeobachtung und Feedback (evtl. Besuch eines Bundesligaspiels)

Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Entwickeln und Demonstrieren von angemessenen Lösungen für taktische und technische Bewegungsprobleme.

Prozessbezogene Kompetenzen

- Analysen von Spielsituationen
- Selbstständiges Planen und Arrangieren von Lern- und Übungssituationen
- Fair Play

Unterrichtsmaterial:

- empfehlenswert sind Basketballschuhe (oder Schuhe mit breiter Sohle und „high cut“)

Besondere Bemerkungen:

- evtl. Besuch eines Bundesligaspiels

Fach: Erfahrungs- und Lernfeld: Wochenstundenzahl: Lernfeldbereich: Kursart: Kursnummer: Kursthema: Kurslehrer/in:	Sport A 2 Wochenstunden Bewegungskünste Q1 / Q2 - Ergänzungsfach Gerätturnen (Q1, Q2), Normfreies Turnen (Q1)
Leitidee: Erarbeitung und Präsentation einer eigenen Turnkür an zwei unterschiedlichen Geräten bzw. Gerätebahnen. Dabei können normierte (Q1, Q2) als auch normfreie Elemente (Straßenturnen, Freerunning, Parkour,...) einfließen. Sie wählen für sich angemessene Übungsteile bzw. Übungsverbindungen aus, verbessern die Ausführung kontinuierlich und demonstrieren sie. Üben und Demonstrieren eines Sprunges am Reutherbrett (Q1, Q2) oder Minitramp (Q1).	
Kompetenzerwerb: - erarbeiten, erweitern und demonstrieren ihre spezifischen Fertigkeiten. - gestalten und präsentieren eine Kürübung bzw. Übungsverbindung mit mindestens fünf Elementen unter Berücksichtigung ästhetischer, funktionaler und gestalterischer Kriterien. - analysieren turnerische bzw. akrobatische Bewegungen nach vorgegebenen Kriterien und nehmen gezielte Bewegungskorrekturen vor. - verfeinern ihre Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf den eigenen Körper und die eigenen Bewegungsmöglichkeiten, zum Beispiel durch Erprobung vielfältiger turnspezifischer Bewegungsaufgaben und die Einnahme verschiedener Raumlagen. - erarbeiten und demonstrieren turnerische bzw. akrobatische Bewegungselemente im Rahmen einer Gestaltungsidee mit einem Partner/einer Partnerin oder in der Gruppe. - akzeptieren unterschiedliche Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen bzw. -niveaus und wenden Strategien zur Lösung von Konflikten oder Gestaltungsprozessen situations- und gruppenadäquat an. - reflektieren den verantwortungsbewussten Umgang mit Wagnissituationen und der eigenen Leistungsfähigkeit. - bauen Geräte und Gerätesicherungen sachgerecht auf. - wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen selbstständig sachgerecht an und beherrschen die entsprechende Fachsprache. - erkennen die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen, nehmen Unterstützung an und übernehmen Verantwortung für sich und Mitschülerinnen und Mitschüler.	

Durchgehende Inhalte, die den Kompetenzerwerb unterstützen

- Eigenständige bzw. lernzieladäquate Erwärmungsgestaltung durch den Lehrer und die SuS.
- Ggf. SuS- Referate
- Schwerpunktmäßige Sozialformen: EA, PA, GA
- Stets Reflexion von bewegungstheoretischen Kenntnissen.
- Einsatz von vielfältigen Medien, die selbstständige Arbeit unterstützen: Laptop, Simi-Vidback, Schaubilder, Arbeitsblätter, Videoaufzeichnungen, Reflexionsbögen sowie Korrekturbögen und Schaubilder.

Inhalte:

- Die Schülerinnen und Schüler
- entwickeln und präsentieren Kürübungen mit jeweils mindestens 4 Elementen unter
- Berücksichtigung ästhetischer und funktionaler Kriterien, die Kür kann allein, mit Partner(in), in der Gruppe oder auch mit Musik demonstriert werden
- üben und demonstrieren Sprünge mit Reutherbrett oder Minitramp (über Kasten/ Pferd/frei
- (z.B. Grundsprünge / Salti / Überschlagbewegungen)
- trainieren ihre konditionell-koordinativen Fähigkeiten, um die eigenen Kürübungen zu bewältigen
- verfeinern ihre Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf den eigenen Körper und die eigenen Bewegungsmöglichkeiten z.B. durch Erprobung vielfältiger turnspezifischer und normfreier Bewegungsaufgaben und die Einnahme verschiedener Raumlagen
- wenden Methoden aus dem Bereich des Bewegungslernens und Trainierens als Grundlage für selbständiges Arbeiten an
- organisieren Übungssituationen und Präsentationen
- analysieren turnspezifische und normfreie Bewegungen nach vorgegebenen Kriterien und nehmen gezielte Bewegungskorrekturen vor
- werten Bild- und Filmmaterial aus, um eine Bewegungsvorstellung zu entwickeln
- wenden Helfergriffe zur Unterstützung und Sicherung von Turnenden an
- beherrschen die entsprechende Fachsprache in diesem Bereich

Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Entwickeln und Präsentieren einer fünfteiligen Kür an einem Gerät oder einer Gerätekombination mit mindestens einem Stütz- und einem Überschlagelement und einem Stützsprung an Pferd oder Sprungtisch; die Bewertung erfolgt nach schwierigkeitsstufen und Ausführungskriterien.

Prozessbezogene Kompetenzen

- Analysieren von Stütz- und Überschlagsbewegungen nach vorgegebenen Kriterien und Vornehmen gezielter Bewegungskorrekturen.
- Unterstützen und Übernehmen von Verantwortung für sich und Mitschüler/innen im Lernprozess.
- Situations- und gruppenadäquates Anwenden von Lösungsstrategien oder Gestaltungsprozessen.

Unterrichtsmaterial:

- Turngerechte Sportkleidung.
- Turnschlappchen bzw. Stoppersocken

Besondere Bemerkungen: