**Sportkurse in der Qualifikationsphase**

***Kursvariante***

**Profilbildende pädagogischen Perspektiven:**

* *Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)*
* *Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)*

**Profilbildende Bewegungsfelder und Sportbereiche:**

* *Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Inhaltsbereich 7)*

kontinuierlich: **Basketball**

Weiterer (verbindlicher) Inhaltsbereich wahlweise aus: \_ Fußball, Handball, Volleyball, Badminton, Hockey, Tennis, Tischtennis,Street-Variationen, Futsal, Beach-Varianten, Flag-Football**,** Rugby, Baseball/Softball, Frisbee, usw.

* *Laufen, Springen, Werfen –* ***Leichtathletik*** *(Inhaltsbereich 3)*

Verbindlich:

* + - ausgewählte leichtathletische Disziplinen,
		- Ausdauerlaufen (z.B. Jogging, Powerwalking, Fahrtenspiele),
		- leichtathletische Mehrkämpfe unter Berücksichtigung von Sprint, Mittel-/Langstrecke, Sprung, Wurf/Stoß,
		- Laufen, Springen, Werfen mit veränderten und selbst gewählten unterschiedlichen Sinnrichtungen sowie Ziel- und Aufgabenstellungen - auch als Spielform oder Mannschaftswettbewerb

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pädagogische Perspektiven:**- **zwei sind profilbildend und**  **somit in jedem Kurshalbjahr**  **zu berücksichtigen****- alle weiteren sind in der**  **Qualifikationsphase zu**  **berücksichtigen**  | **Grundlegende und profilbildende Bewegungsfelder:****- mindestens 2 sind obligatorisch****- beide sind in jedem Kurshalbjahr**  **zu berücksichtigen.** | **Mögliche Unterrichtsvorhaben:****- 3 in QI.1 und 3 in QI.2 sind verbindlich****- ca. 12-15 Std. je Unterrichtsvorhaben** |
| **Qualifikationsphase I.1** |
| **Das Leisten erfahren,** **verstehen und einschätzen (D)** | Thematisierung der zentralen Spielidee des Basketballspiels „Körbe erzielen – Körbe verhindern“,kriteriengeleitete Spielbeobachtung und Auswertung, gegenseitige Einschätzung der individuellen Spielfähigkeit,Veränderung der Spiel- und Regelstrukturen zur Verbesserung der Spielfähigkeit(Inhaltsbereich 7). | *“Das Basketballspiel erproben, reflektieren und variieren“*  |
| **Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen** **(E)** | Entwicklung und Erprobung konkurrenz- und kooperationsorientierter Spiele und Spielvarianten unter Berücksichtigung der zentralen Spielidee des Basketballs (Inhaltsbereich 7). | *“Spiele erproben, reflektieren und variieren“*  |
| **Gesundheit fördern,** **Gesundheitsbewusstsein entwickeln** **(F)** | Laufen nach unterschiedlichen Sinnrichtungen sowie Ziel- und Aufgabenstellungen erfahren und erproben (entspannt, erlebnisbezogen, auf ein gesundheitsbezogenes Trainingsziel ausgerichtet, pulsfrequenzorientiertes Ausdauertraining);Prinzipien und Methoden des (Ausdauer-)Trainings kennen lernen und durchführen.(Inhaltsbereich 3) | *“Ausdauer verbessern – Laufen unter verschiedenen Sinnrichtungen erfahren“* |
| **Qualifikationsphase I.2** |
| **Das Leisten erfahren,** **verstehen und einschätzen (D)** | Planung, Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfes* Sprint
* Sprung
* Ausdauerleistung

 (Inhaltsbereich 3) | *Individuelle Leistungsverbesserung – Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes.* |
| **Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen** **(E)** | Erlernen und Festigen technischer Grundfertigkeiten des Basketballspiels sowie erster Individualtaktiken in Angriff und Abwehr(Inhaltsbereich 7) | *“Planung und Durchführung von Übungsfolgen zur Verbesserung des individuellen Verhaltens in Angriffs- und Abwehrsituationen“*  |
| **Die Wahrnehmungsfähigkeit verbessern,** **Bewegungserfahrungen erweitern (A)** | Kraft und Beweglichkeit als Voraussetzung für die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert verstehen und einschätzen lernen sowie Grundsätze des Kraft- und Ausdauertrainings kennen und anwenden(Inhaltsbereich 7) | *“Vielfältige Spiel- und Übungsformen zur allgemeinen Verbesserung von Kraft und Beweglichkeit.“* |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pädagogische Perspektiven:**- **zwei sind profilbildend und**  **somit in jedem Kurshalbjahr**  **zu berücksichtigen****- alle weiteren sind in der**  **Qualifikationsphase zu**  **berücksichtigen**  | **Grundlegende und profilbildende Bewegungsfelder:****- mindestens 2 sind obligatorisch****- beide sind in jedem Kurshalbjahr**  **zu berücksichtigen.** | **Mögliche Unterrichtsvorhaben:****- 3 in QII.1 und 2 in QII.2 sind verbindlich****- ca. 12-15 Std. je Unterrichtsvorhaben** |
|  **Qualifikationsphase II.1** |
| **Das Leisten erfahren,** **verstehen und einschätzen (D)** | Vorbereitung eines leichtathletischen Fünfkampfes unter Hinzunahme weiterer Disziplinen* Wurf / Stoß (z.B. Speer, Diskus, Kugel)
* Hindernislauf

 (Inhaltsbereich 3) | *Individuelle Leistungsverbesserung – gezielte Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes* |
| **Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen** **(E)** | Erlernen und Festigen technischer Grundfertigkeiten des Basketballspiels sowie erster Individualtaktiken in Angriff und Abwehr(Inhaltsbereich 7) | *“Planung und Durchführung von Übungsfolgen zur Verbesserung des individuellen Verhaltens in Angriffs- und Abwehrsituationen“*  |
| **Die Wahrnehmungsfähigkeit verbessern,** **Bewegungserfahrungen erweitern (A)** | Kraft und Beweglichkeit als Voraussetzung für die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert verstehen und einschätzen lernen sowie Grundsätze des Kraft- und Ausdauertrainings kennen und anwenden(Inhaltsbereich 7) | *“Vielfältige Spiel- und Übungsformen zur allgemeinen Verbesserung von Kraft und Beweglichkeit.“* |
| **Qualifikationsphase II.2** |
| **Das Leisten erfahren,** **verstehen und einschätzen (D)** | Vorbereitung eines leichtathletischen Fünfkampfes unter Hinzunahme weiterer Disziplinen* Wurf / Stoß (z.B. Speer, Diskus, Kugel)
* Hindernislauf

 (Inhaltsbereich 3) | *Individuelle Leistungsverbesserung – gezielte Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes.* |
| **Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen** **(E)** | Basketball: Allgemeine Taktiken in Angriff und Abwehr kennen lernen und festigen, über das Trainieren und Erlernen von Spielzügen von der Gruppen- zur situationsgerechten Mannschaftstaktik finden;Spielen nach dem internationalen Regelwerk.(Inhaltsbereich 7) | *“Angriff contra Abwehr – eigene und gegnerische Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen“*  |