

Lernen auf Distanz

Realschule Neue Friedrichstrasse

Fach: Sport

1.	Einleitung	2
2.	Allgemeines	2
2.1	Absprachen	2
2.2	Aufgabenformate	2
2.3	Kommunikation	2
2.4	Transparenz	3
2.5	Leistungsbewertung für den Distanzunterricht	4
2.6	Verknüpfung von Präsenz- und Distanzunterricht	5
2.7	Beratung und Feedback	5
2.8	Sonderpädagogische Förderung	5
3.	Lerninhalte	6
3.1	Bewegungsfelder	6
3.2	optionale Bewegungsangebote	7
3.3	Jahrgangsstufe 5	8
3.4	Jahrgangsstufe 6	10
3.5	Jahrgangsstufe 7	12
3.6	Jahrgangsstufe 8	14
3.7	Jahrgangsstufe 9	16
3.8	Jahrgangsstufe 10	18

1. Einleitung

„Die Schülerinnen und Schüler sind zur Teilnahme am Distanzunterricht im gleichen Maße wie im Präsenzunterricht verpflichtet. Der Unterricht findet auf Grundlage und in Übereinstimmung mit den geltenden Kernlehrplänen statt. Die darin beschriebenen Kompetenzerwartungen und verbindlichen Anforderungen bleiben auch für den Unterricht in Distanz verbindlich.“¹

Erfolgreicher Distanzunterricht setzt: Transparenz, Verbindlichkeit, Regelmäßige Kommunikation voraus. Das folgende Konzept soll die Rahmenbedingungen für das Lernen auf Distanz für die Fachschaft Sport festlegen.

2. Allgemeines

2.1 Absprachen

Die Lerninhalte werden von jedem Fachkollegen situationsabhängig an die Lerngruppe angepasst. Eine Leistungsbeurteilung für die Bearbeitung der Aufgaben ist für alle verbindlich und der Umfang der Leistungsanforderungen soll den zeitlichen Rahmen der regulären Präsenzzeit nicht übertreffen.

2.2 Aufgabenformate

Die zentrale Leitidee des Schulsports besteht in der Entwicklungsförderung durch Bewegung. Durch eine Erziehung zum Sport soll den Schülern Bewegung als Lebensprinzip bewusst gemacht und eine Motivation zu lebenslangem Sporttreiben geschaffen werden. Dazu werden grundlegende Fähigkeiten und motorische Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen vermittelt. Hinzu kommt eine altersgemäße Förderung von Gesundheitsbewusstsein und Fitness. Der Distanzunterricht kann leider nicht alle Zielformulierungen abdecken und konzentriert sich somit in erster Linie auf theoretische Lerninhalte. Praktische Bewegungsaufgaben können zwar optional erteilt werden, eine Leistungskontrolle der sportmotorischen Fähigkeiten erweist sich im Distanzunterricht jedoch als nicht realisierbar.

2.3 Kommunikation

Als Kommunikationsmittel dient primär die Plattform I-Serv. Alle Schülerinnen und Schüler wurden vorab im Umgang mit dieser Lernplattform geschult und haben die praktische Anwendung erprobt. Als alternative Kommunikationskanäle dienen der E-Mail-Kontakt und das persönliche Telefongespräch. Es obliegt der jeweiligen Lehrkraft, ob sie ihre private Telefonnummer als Kommunikationskanal anbietet, oder ob diese nur einen Rückruf (nach Anfrage in einer E-Mail) durchführt. Ein weiteres Kommunikationsmittel stellt die Videokonferenz dar, welche ebenfalls mit I-Serv durchgeführt werden kann.


Folgende Inhalte und Anlässe hält die Sportfachschaft für didaktisch angemessen:

- informeller Austausch und Beziehungsarbeit (u.a. fest terminierte Sprechzeiten)
- Wertschätzung der erbrachten Leistungen
- mündlicher Austausch
- Reflexion des Lernens in zeitl. versetzten Phasen
- Hilfen zur Selbstregulation
- Vereinbarungen und Absprachen treffen







¹ Broschüre nrw. Handreichung zur lernförderlichen Verknüpfung von Präsenz- und Distanzunterricht S. 5f.

Regeln für die Videokonferenz:

Die nachfolgenden Regeln für eine Videokonferenz werden im Vorfeld mit den Schülerinnen und Schülern besprochen. Dies ist zwingend erforderlich, damit die Kommunikation in einer größeren Personengruppe auch zielgerichtet durchgeführt werden kann.



REGELN FÜR DIE VIDEOKONFERENZ

VORHER	DABEI	NACHHER
 <p>RUHE! Sucht euch einen ruhigen Ort, an dem ihr nicht gestört werdet</p>  <p>KONTROLLE! Prüft euer WLAN-Empfang</p>  <p>PRIVAT! Kontrolliert was im Hintergrund zu sehen ist</p>	 <p>BEREIT! Legt euer Arbeitsmaterial zurecht</p>  <p>AKTIVIEREN! Schalte die Kamera und das Mikrofon an <i>(nach dem Test - Mikrofon ausschalten!)</i></p>  <p>MELDEN! Melde dich, wenn du etwas sagen möchtest <i>(erst wenn du darfst – Mikrofon an!)</i></p>	 <p>BEENDEN! Schließt die App korrekt</p>  <p>KONTROLLE! Schalte die Kamera und das Mikrofon ab und kontrolliere, ob diese wirklich aus sind</p>  <p>ÜBERTRAGEN! Kontrolliert eure Notizen und übertragt diese in eure Hefte/ Ordner</p>
<div style="display: flex; justify-content: space-between;">!BILD- ODER TONAUFNAHMEN VON DER VIDEOKONFERENZ SIND VERBOTEN!!</div>		

Sollten die technischen Voraussetzungen bei einzelnen SuS nicht gegeben sein (z.B. keine digitalen Endgeräte und/oder Internetzugang), werden die Aufgaben notfalls per Post an die SuS verschickt. Ebenso können die betroffenen Schülerinnen und Schüler ihre Ergebnisse an die Schule schicken, oder die Aufgaben in den Briefkasten der Schule einwerfen. Die Kommunikation mit betroffenen Schülerinnen und Schülern erfolgt in diesen Fällen dann über Telefonate.

2.4 Transparenz

Die Schülerinnen und Schüler sind über die Leistungsbewertung im Sportunterricht zum jeweiligen Schuljahresbeginn informiert worden. Ebenso wurden die Schüler/-innen über die Neuerung der Bewertung des Distanzlernens, ab dem Schuljahr 2020/21, informiert. Die Erziehungsberechtigten werden auf der Klassenpflegschaftssitzung ebenfalls über die Elemente des Distanzunterrichts informiert (Ablauf, Leistungsbewertung).

2.5 Leistungsbewertung für den Distanzunterricht

Die Leistungen können während des Distanzunterrichtes auf unterschiedliche Art und Weise bewertet werden. Bei allen Leistungsüberprüfung sind jedoch auch die digitalen Rahmenbedingungen der SuS zu berücksichtigen. Die Leistungsanforderungen müssen somit immer an die individuellen Möglichkeiten der Schülerinnen und Schüler angepasst werden. Die erbrachten Leistungen aus dem Distanzunterricht können dann im Präsenzunterricht, anhand der definierten Kompetenzerwartungen in dem schulinternen Lehrplan, überprüft und erweitert werden. Die Bearbeitung der Aufgaben ist für die Schüler/-innen verbindlich.

Welche Bereiche im Distanzunterricht können Bewertet werden?

Beteiligung am Distanzunterricht

- Teilnahme an verbindlichen Videokonferenzen
- Erreichbarkeit zu vereinbarten Terminen
- zeitnahe Antwort auf Nachrichten per E-Mail oder Messengerdienst

Arbeitsergebnisse

- Abgabezeitpunkt (z.B. Einhaltung von Abgabefristen)
- Qualität (z.B. in Anlehnung an die Anforderungsbereiche)
- Quantität (z.B. im gewünschten Ausmaß/Ausführlichkeit)
- Selbstständigkeit (z.B. eigenständige Recherche zum Thema)

Welche Kompetenzerwartungen gelten im Distanzunterricht?

Methodische Kompetenzen

- Lernstrategien und Arbeitstechniken anwenden
- den eigenen Lern- und Arbeitsprozess planen und organisieren
- Informationen beschaffen und auswerten
- Hilfsmittel sachgerecht anwenden
- Ergebnisse präsentieren

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- sportartspezifische Bewegungsbeschreibungen anfertigen
- Trainingswissenschaftliche Erkenntnisse verstehen und wiedergeben
- Trainingsmethoden reflektieren und beurteilen
- Bewegungserfahrungen evaluieren
- altersgemäße Formulierung sportlicher Sachverhalte

Soziale Kompetenzen

- kollaborative Lernformen zielgerichtet anwenden
- Austausch und Kooperation in unterschiedlichen Lerngruppen
- in Teilbereichen als Experte fungieren
- Kommunikationsregeln und den Umgang miteinander kennen und beachten

Personale Kompetenzen

- Lernprozesse kritisch reflektieren
- Selbstwahrnehmung von Körper und Empfinden bei sportlichem Handeln
- Gesundheitsbewusstsein entwickeln
- Kritikfähigkeit aufbauen und erweitern
- Förderung der Kreativität
- Leistungsbereitschaft bei sportlichem Handeln
- eigenes sportliches Handeln reflektieren und realistisch einschätzen

Welchen Stellenwert haben Leistungen im Distanzunterricht?

Ab dem Schuljahr 2020/21 sind die erbrachten Leistungen mit denen aus dem Präsenzunterricht gleichzusetzen. Demnach werden diese auch regulär benotet. Die Gewichtung der Leistungsbewertung orientiert sich somit an dem Umfang der Unterrichtseinheiten, welche nicht im Präsenzunterricht stattfinden konnten. Somit muss die Leistungsanforderung von der Lehrkraft auch so konzipiert werden, dass sie mit dem wöchentlichen Stundenumfang des Präsenzunterrichts gleichzusetzen ist.

2.6 Verknüpfung von Präsenz- und Distanzunterricht

Inhalte aus dem Distanzunterricht werden im Präsenzunterricht eingebettet, indem die zumeist theoretischen Inhalte praktisch erprobt und reflektiert werden. Weiterführend können die Erkenntnisse aus dem Distanzunterricht im Präsenzunterricht angewendet werden, indem ein Theorie-Praxis-Bezug hergestellt wird.

Ergebnisse aus arbeitsteiligen Lernprozessen können ebenfalls im Präsenzunterricht zusammengeführt und präsentiert werden. Alle Lerninhalte aus dem Distanzunterricht werden als Voraussetzung für das weitere Unterrichtsvorhaben angesehen und müssen somit verbindlich von den Schülerinnen und Schülern bearbeitet werden.

2.7 Beratung und Feedback

Ein Feedback soll im Distanzunterricht mindestens nach jeder **Leistungserbringung**, über die genannten Kommunikationskanäle, erfolgen. Im Zuge der Transparenz müssen die Schülerinnen und Schüler somit jederzeit eine Rückmeldung über ihre erbrachten Leistungen erhalten. Ein zuvor angefertigter **Erwartungshorizont** kann ebenfalls als Instrument einer Rückmeldung genutzt werden.

Weiterführend soll eine **Prozessbegleitende Beratungsmöglichkeit** angeboten werden, welche von allen Schülerinnen und Schülern genutzt werden kann. Diese ist für die Lerngruppe jedoch nicht verpflichtend und kann nach Bedarf wahrgenommen werden. Hierzu bedarf es von jeder Lehrkraft klarer Vorgaben über mögliche **Kontaktzeiten**. Falls es hierzu keine gesonderten Absprachen gab, sind es die Unterrichtszeiten in denen der eigentliche Präsenzunterricht der Klasse stattgefunden hätte. Durch die Vorbildfunktion der Lehrkräfte wird auch bei der Beratung und dem Feedback für die Schülerinnen und Schüler eine **zeitnahe Rückantwort** seitens der Lehrkraft erwartet und vollzogen.

Eine weitere Möglichkeit der Beratung und eines gezielten Feedbacks kann die Lernplattform I-Serv bieten. Demnach können **Forenbeiträge** von allen beteiligten erstellt werden, welche ebenfalls für eine Rückmeldung geeignet sind. Der Vorteil besteht darin, dass auch die Mitschüler/-innen hier eine gegenseitige Beratung vollziehen können. Die Lehrkraft sollte dies jedoch stetig überwachen und bei falschen Rückmeldungen eingreifen.

2.8 Sonderpädagogische Förderung

Schülerinnen und Schüler mit sonderpädagogischem Schwerpunkt bekommen angepasste Materialien. Hierzu berücksichtigt die Sportlehrkraft den individuellen Förderschwerpunkt des Lernenden und ergreift gezielte Fördermaßnahmen, welche zudem mit den Sonderpädagogen der Schule abgesprochen werden können.

2.9 Differenzierung

Auch im Lernen auf Distanz muss eine Differenzierung im Sportunterricht stattfinden. Die Differenzierung erfolgt in erster Linie durch das eingesetzte Material sowie unterschiedlichen Bewegungsaufgaben. Zudem empfiehlt die Sportfachschaft Lerntandems, welche nach Bedarf auch von der Lehrkraft organisiert bzw. eingeteilt werden. Weiterführend können weitere Hilfestellungen angeboten werden, welche beispielsweise durch zusätzliche "Sprechstunden" in den oben genannten Kommunikationskanälen umgesetzt werden.

3. Lerninhalte

Die nachfolgenden Lerninhalte orientieren sich an dem schulinternen Lehrplan der RNF. Die nachfolgenden Lerninhalte berücksichtigen die Gegebenheiten des Distanzlernens und zielen auf die Eigenverantwortlichkeit der Schüler/-innen ab. Ein wichtiger Kern des Sportunterrichts, die Erweiterung sportmotorischer Fähigkeiten und sportartspezifischer Fertigkeiten, kann im Distanzunterricht leider nur eine geringfügige Rolle einnehmen, da sich eine Leistungsbeurteilung aus der Ferne nicht adäquat realisieren lässt.

Die Reihenfolge der Lerninhalte ist innerhalb einer Jahrgangsstufe frei wählbar und dient lediglich als Orientierungsrahmen.

3.1 Bewegungsfelder

Die obligatorischen sechs Inhaltsfelder, die den pädagogischen Perspektiven folgen, markieren bewegungsfeld- und sportbereichsübergreifende inhaltliche Schwerpunkte. Sie dienen ebenfalls als Orientierung für die Unterrichtsvorhaben im Distanzunterricht

	Inhaltsfelder (= IF)	Inhaltliche Schwerpunkte
IF (a)	Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung	<ul style="list-style-type: none">• Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)• Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)
IF (b)	Bewegungsgestaltung	<ul style="list-style-type: none">• Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)(1)• Variationen von Bewegung (u. a. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)• Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte (3)
IF (c)	Wagnis und Verantwortung	<ul style="list-style-type: none">• Spannung und Risiko (1)• Emotionen (u. a. Freude, Frustration, Angst) (2)• Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)
IF (d)	Leistung	<ul style="list-style-type: none">• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)• Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)• Differenziertes Leistungsverständnis (z. B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

IF (e)	Kooperation und Konkurrenz	<ul style="list-style-type: none"> • Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1) • soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2) • (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten(u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (3) • Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)
IF (f)	Gesundheit	<ul style="list-style-type: none"> • Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1) • Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2) • Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

3.2 optionale Bewegungsangebote

Neben den regulären Arbeitsaufträgen, welche an konkrete Kompetenzerwartungen und anschließender Leistungsbeurteilung geknüpft sind, hat sich die Sportfachschaft auch zu optionale Bewegungsangeboten entschieden. Diese sollen den Schülerinnen und Schülern Möglichkeiten des Sporttreibens, außerhalb des Sportunterrichtes im Präsenzunterricht, aufzeigen. Dieses Angebot basiert in erster Linie auf die Freiwilligkeit und eigenständige Auseinandersetzung mit den Inhalten. Indem die Schülerinnen und Schüler Handreichungen als Strukturhilfen erhalten, versucht die Fachschaft Sport die Kinder zusätzlich zum lebenslangen (eigenständigen) Sporttreiben zu motivieren. Die nachfolgend aufgelisteten Internetseiten dienen zugleich als Quellenangaben für Internetrecherchen und die Bearbeitung der Aufgaben im Distanzunterricht.

Exemplarisch ausgewählte Bewegungsangebote:

Beschreibung	Inhalt	Quelle
Trainingstagebuch	<ul style="list-style-type: none"> • Vorgefertigte Exceldatei • Trainings können erfasst, protokolliert und ausgewertet werden • Mehrere Sportarten möglich 	Sportunterricht.ch (kostenloser Download möglich)
Tägliche Sportstunde	<ul style="list-style-type: none"> • Breites Bewegungsangebot (Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft) • Unterteilung nach Altersklassen • Differenzierte Anforderungsbereiche 	ALBA BERLIN (Youtube-Kanal)
Fitness zu Hause	<ul style="list-style-type: none"> • Große Auswahl an Fitnessübungen für zu Hause • Differenzierung nach Schwierigkeit und Körperregion • Technikbeschreibungen (Bild/Video) • Trainingspläne anwenden/erstellen 	FITNESSÜBUNGEN (Homepage)

3.3 Jahrgangsstufe 5

JgSt. 5
Regelunterricht: 4 Wochenstunden

1. Unterrichtsvorhaben

Thema: Leichtathletik (10 UE)

Lerninhalte	Kompetenzerwartungen
<p><u>Leichtathletische Disziplinen</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Geschichte der Olympischen Spiele• Bewegungsbeschreibung zum Weitsprung anhand ausgewählter Bilderreihen• Technikbeschreibung zum Sprint anhand ausgewählter Bilderreihen	<ul style="list-style-type: none">- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen- Die SuS fertigen eine sportartspezifische Bewegungsbeschreibung anhand zuvor definierter Kriterien an- Die SuS erlangen ein grundlegendes Verständnis von leichtathletischen Disziplinen

Lernformen:

- Videoanalyse
- Bildbeschreibung
- Präsentation
- Internetrecherche
- Textanalyse
- Lerntagebuch

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

2. Unterrichtsvorhaben

Thema: Turnen (10-12 UE)

Lerninhalte	Kompetenzerwartungen
<p><u>Balance, Gleichgewicht</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Gleichgewichtsübungen durchführen• Körperspannung trainieren• Sicherheitsaspekte beim Turnen• Bewertungskriterien erarbeiten	<ul style="list-style-type: none">- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen- Die SuS können grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität wahrnehmen- Die SuS können grundlegende Bewegungsgestaltungen in Ansätzen anwenden- Die SuS können einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf Basis vorgegebener Kriterien bewerten- Die SuS können sich selbstständig allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen durchführen

Lernformen:

- Videoanalyse
- Bildbeschreibung
- Präsentation
- Internetrecherche
- Textanalyse
- Lerntagebuch

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

3.4 Jahrgangsstufe 6

JgSt. 6

Regelunterricht: 4 Wochenstunden

1. Unterrichtsvorhaben

Thema: Badminton (10-12 UE)

Lerninhalte

Sportspiel Badminton

- **Geschichte** der Sportart
- **Regelkunde** der Sportart
- **Bewegungsbeschreibung** zum Aufschlag anhand ausgewählter Bilderreihen
- **Bewegungsbeschreibung** zum Drop anhand ausgewählter Bilderreihen
- **Taktische Elemente** der Sportart

Kompetenzerwartungen

- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen
- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen
- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen
- Die SuS fertigen eine sportartspezifische Bewegungsbeschreibung anhand zuvor definierter Kriterien an
- Die SuS erlangen ein grundlegendes Verständnis für taktische Elemente im Badminton
- Die SuS können taktisches Verhalten in unterschiedlichen Spielsituationen situationsgemäß verändern und erläutern

Lernformen:

- Videoanalyse
- Bildbeschreibung
- Präsentation
- Internetrecherche
- Textanalyse
- Lerntagebuch

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

2. Unterrichtsvorhaben

Thema: individuelle Leistungsfähigkeit (8-10UE)

Lerninhalte	Kompetenzerwartungen
<p><u>Leistungsfähigkeit</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Konzentrationsfähigkeit fördern• Koordinationsübungen erstellen• Testverfahren kennenlernen	<ul style="list-style-type: none">- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen- Die SuS können ihre individuelle Leistungsfähigkeit anhand ausgewählter Kriterien beurteilen- Die SuS kennen geeignete Testverfahren zur Beurteilung der individuellen Fitness und können diese unter Anleitung auch durchführen- Die SuS können sich selbstständig allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen durchführen
<p><u>Lernformen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Videoanalyse- Bildbeschreibung- Präsentation- Internetrecherche- Textanalyse- Lerntagebuch	

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

3.5 Jahrgangsstufe 7

JgSt. 7
Regelunterricht: 3 Wochenstunden

1. Unterrichtsvorhaben

Thema: Basketball (10-12 UE)

Lerninhalte	Kompetenzerwartungen
<p><u>Sportspiel Basketball</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Geschichte der Ballsportart• Regelkunde der Ballsportart• Bewegungsbeschreibung zum Dribbling anhand ausgewählter Bilderreihen• Bewegungsbeschreibung zum Korbleger anhand ausgewählter Bilderreihen• Taktische Elemente der Sportart	<ul style="list-style-type: none">- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen- Die SuS fertigen eine sportartspezifische Bewegungsbeschreibung anhand zuvor definierter Kriterien an- Die SuS erlangen ein grundlegendes Verständnis für taktische Elemente im Basketball- Die SuS können taktisches Verhalten in unterschiedlichen Spielsituationen situationsgemäß verändern und erläutern
<p><u>Lernformen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Videoanalyse- Bildbeschreibung- Präsentation- Internetrecherche- Textanalyse- Lerntagebuch	

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

2. Unterrichtsvorhaben

Thema: Ropeskipping (10 UE)

Lerninhalte	Kompetenzerwartungen
<p><u>Ropeskipping</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Grundelemente des Ropeskippings<ul style="list-style-type: none">○ Rhythmus○ Synchronität○ Ausdruck• Technik erlernen• Kriterien für einer Choreografie erarbeiten	<ul style="list-style-type: none">- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen- Die SuS können die grundlegenden Technikelemente des Ropeskippings benennen und in ihrer Ausführung anwenden- Die SuS können ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität in Bewegungsgestaltung anwenden und variieren- Die SuS können Bewegungs- und Gestaltungskriterien bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen
<p><u>Lernformen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Videoanalyse- Bildbeschreibung- Präsentation- Internetrecherche- Textanalyse- Lerntagebuch	

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

3.6 Jahrgangsstufe 8

JgSt. 8
Regelunterricht: 3 Wochenstunden

1. Unterrichtsvorhaben

Thema: Volleyball (10-12 UE)

Lerninhalte	Kompetenzerwartungen
<u>Volleyball</u> <ul style="list-style-type: none">• Geschichte der Ballsportart• Regelkunde der Ballsportart• Bewegungsbeschreibung zum Pritschen anhand ausgewählter Bilderreihen• Bewegungsbeschreibung zum Baggern anhand ausgewählter Bilderreihen• Taktische Elemente der Sportart	<ul style="list-style-type: none">- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen- Die SuS fertigen eine sportartspezifische Bewegungsbeschreibung anhand zuvor definierter Kriterien an- Die SuS erlangen ein grundlegendes Verständnis für taktische Elemente im Volleyball- Die SuS können taktisches Verhalten in unterschiedlichen Spielsituationen situationsgemäß verändern und erläutern
Lernformen: <ul style="list-style-type: none">- Videoanalyse- Bildbeschreibung- Präsentation- Internetrecherche- Textanalyse- Lerntagebuch	

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

2. Unterrichtsvorhaben

Thema: Gymnastik/Tanz (8-10 UE)

Lerninhalte	Kompetenzerwartungen
<p><u>Gymnastik/Tanz</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Tänze aus anderen Ländern erkunden<ul style="list-style-type: none">○ Capoeira○ Halay○ Sqaredance• Technik der Tanzschritte erarbeiten• Kriterien für eine Choreografie erarbeiten	<ul style="list-style-type: none">- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen- Die SuS können Bewegungsgestaltung in rhythmischen Strukturen zur Musik umsetzen und präsentieren- Die SuS können ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität in Bewegungsgestaltung anwenden und variieren- Die SuS können Bewegungs- und Gestaltungskriterien bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen
<p><u>Lernformen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Videoanalyse- Bildbeschreibung- Präsentation- Internetrecherche- Textanalyse- Lerntagebuch	

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

3.7 Jahrgangsstufe 9

JgSt. 9 Regelunterricht: 2 Wochenstunden

1. Unterrichtsvorhaben

Thema: Handball (10 UE)

Lerninhalte	Kompetenzerwartungen
<p><u>Sportspiel Handball</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Geschichte der Ballsportart• Regelkunde der Ballsportart• Bewegungsbeschreibung zum Schlagwurf anhand ausgewählter Bilderreihen• Bewegungsbeschreibung zum Sprungwurf anhand ausgewählter Bilderreihen• Taktische Elemente der Sportart	<ul style="list-style-type: none">- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen- Die SuS fertigen eine sportartspezifische Bewegungsbeschreibung anhand zuvor definierter Kriterien an- Die SuS erlangen ein grundlegendes Verständnis für taktische Elemente im Handball- Die SuS können taktisches Verhalten in unterschiedlichen Spielsituationen situationsgemäß verändern und erläutern
<p><u>Lernformen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Videoanalyse- Bildbeschreibung- Präsentation- Internetrecherche- Textanalyse- Lerntagebuch	

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

2. Unterrichtsvorhaben

Thema: Aufwärmphasen (10 UE)

Lerninhalte	Kompetenzerwartungen
<p><u>Aufwärmphasen</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Anatomie<ul style="list-style-type: none">○ Arbeitsweise der Muskulatur • Erwärmung<ul style="list-style-type: none">○ Sportartspezifische Erwärmung○ Notwendigkeit○ physiologische Grundlagen○ funktional/ allgemein • Dehnen<ul style="list-style-type: none">○ Statisch / dynamisch○ Gesundheitsprophylaxe	<ul style="list-style-type: none">- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen - Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen - Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen - Die SuS können Aufwärmprozesse nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet planen - Die SuS können grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen - Die SuS können sich selbstständig funktional (allgemein und sportartspezifisch) aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen - Die SuS können ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen differenziert beurteilen - Die SuS können gesundheitlich vertretbare bzw. fragwürdige Verhaltensweisen und Körperideale beurteilen
<p><u>Lernformen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Präsentation- Internetrecherche- Textanalyse- Lernvideos- Lerntagebuch	

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

3.8 Jahrgangsstufe 10

JgSt. 10

Regelunterricht: 2 Wochenstunden

1. Unterrichtsvorhaben

Thema: kl. Sportspiele (12 UE)

Lerninhalte

Sportspiele

- **Sportspiele** aus anderen Kulturen erkunden
- **Merkmale** guter Sportspiele erarbeiten
- **Eigenes Sportspiel** entwickeln
 - Spielidee
 - Spielregeln
 - Material

Kompetenzerwartungen

- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen
- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen
- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen
- Die SuS können Kriterien für ein gelungenes Sportspiel benennen
- Die SuS können ein Spiel selbstständig erstellen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen
- Die SuS können Spiele aus unterschiedlichen Kulturen hinsichtlich ihrer inhaltlichen Schwerpunkte und Ziele differenziert beurteilen
- Die SuS können Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen

Lernformen:

- Videoanalyse
- Präsentation
- Internetrecherche
- Textanalyse
- Lernvideos
- Lerntagebuch

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))

2. Unterrichtsvorhaben

Thema: Ausdauer (12-14 UE)

Lerninhalte	Kompetenzerwartungen
<p><u>Ausdauer</u></p> <ul style="list-style-type: none">• physiologische Grundlagen benennen<ul style="list-style-type: none">○ Arbeitsweise der Muskulatur• Gesundheitsaspekt erfahren<ul style="list-style-type: none">○ Herz-Kreislauf-System• Arten der Ausdauer erarbeiten<ul style="list-style-type: none">○ Grundlagenausdauer○ Aerobe/ Anaerobe Ausdauer• Möglichkeiten der Trainingssteuerung<ul style="list-style-type: none">○ Belastungsintensität○ Pulsarten	<ul style="list-style-type: none">- Die SuS können sich Informationen eigenständig beschaffen- Die SuS können aus einer Vielzahl von Quellen wichtige Informationen selektieren und diese in geeigneter Form zusammenfassen- Die SuS können ihrer Ergebnisse mit geeigneten Präsentationsformen darstellen- Die SuS können grundlegende Aspekte der Trainingswissenschaften benennen- Die SuS können ihre psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung- beurteilen- Die SuS können Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben
<p><u>Lernformen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Videoanalyse- Präsentation- Internetrecherche- Textanalyse- Lernvideos- Lerntagebuch	

(UE=Unterrichtseinheiten (45 Min.))