

Sportkurs A1: Mehrkämpfe planen, üben und durchführen

(Nr.) Thema des Kurses:	(1) Mehrkämpfe planen, üben und durchführen
Erfahrungs- und Lernfeldgruppe:	Individualsport (A)
Erfahrungs- und Lernfeld:	Laufen, Springen, Werfen & Orientieren
Schwerpunktsportart/en:	Leichtathletik oder Gerätturnen

Schwerpunkte des Kurses (Aufbau, Inhalte)

- Planung und Durchführung von Leistungsvergleichen in mehreren normierten und nicht normierten (alternativen) leichtathletischen Disziplinen
- Überblick über die Bandbreite leichtathletischer Disziplinen und Bewegungsformen und Finden von nicht normierten Alternativen
- Erproben der alternativen Disziplinen und Bewegungsformen und Erarbeiten von Bewertungsmöglichkeiten
- Ausarbeiten von zwei Mehrkampfkonzepten: a) zu Alternativen und b) zu Wettkampfdisziplinen aus der Leichtathletik
- Üben und Durchführen beider Konzepte
- Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit
- Ggf. Teilnahme an einem Wettbewerb

Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen

- Sie zeigen individuelle motorische Leistungsbereitschaft zur Leistungsentwicklung und motor. Leistungssteigerung, bringen eigene Ideen ein, erproben sie und setzen sie konzeptionell um.
- Sie erarbeiten planungs- und trainingstheoretische Grundlagen und wenden sie an.
- Sie weisen eine Sportmappe vor.

Hinweise zur Bewertung (Anteile an der Gesamtnote)

- Sachkompetenz im Bereich Bewegungshandeln (Koordination, Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit) (ca. 50%)
- Sozial- und Selbstkompetenz zur Realisierung des sportlichen Handelns (ca. 30%)
- Sach-, Sozial- und Selbstkompetenz in der theoretischen Reflektion (ca. 20%)

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien usw.)

- „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe,“ insbesondere bzgl. Kosten und Sportbekleidung, beachten.

Sportkurs A2: Fitness unter besonderer Berücksichtigung von Koordination und Beweglichkeit (Fit 3)

(Nr.) Thema des Kurses:	(2) Erhalten und Verbessern von Koordination und Beweglichkeit (Fit 3)
Erfahrungs- und Lernfeldgruppe:	Individualsport (A)
Erfahrungs- und Lernfeld:	Gymnastische, rhythmische u. tänz. Bewegungsgestaltung
Schwerpunktsportart/en:	Gymnastik

Schwerpunkte des Kurses (Aufbau, Inhalte)

- Erhalten und Verbessern aller gesundheitsorientierten Fitness-Komponenten: aerobe Ausdauer, Kraftausdauer, optimale Beweglichkeit sowie allgemeine Koordinations- und Regenerations-fähigkeit; mit besonderem Schwerpunkt auf Förderung aller sieben koordinativer Fähigkeiten (insofern ist dieser Kurs besonders vielfältig) sowie auf Flexibilitätstraining
- Erproben und systematisches Trainieren koordinativer Herausforderungen vor allem im funktionellen Bereich, auch mit spielerischen und gestalterischen Elementen (mit Materialien aller Art) sowie der Beweglichkeit (Flexibilitätstraining, Yoga)
- Erwerb, Reflexion und Einsatz sportbiologischer Kenntnisse für individuelle Trainingsprozesse
- Planung, Durchführung und Auswertung eines Koordinationstests
- Ggf. Teilnahme an einem Wettbewerb

Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen

- Sie haben für einen eigenverantwortlichen Umgang mit Ihren individuellen Körperbedürfnissen und Bewegungsmöglichkeiten persönliche Trainingserfahrungen und sportbiologisches Wissen gesammelt und reflektiert
- Sie haben auf dieser Grundlage Ihren allgemeinen Fitness-Status sowie Ihre koordinativen Leistungen und Ihre Beweglichkeit durch Training gezielt verbessert
- Sie können Entwicklungsziele und Trainingspläne mit gesundheitsbezogenen Kriterien und trainingsbiologischem Wissen entwerfen und bewerten
- Sie haben Handlungs- und kritische Urteilsfähigkeit bzgl. aktueller Fitnessangebote und -trends entwickelt (Freizeitrelevanz; lebenslanges Sporttreiben).

Hinweise zur Bewertung (Anteile an der Gesamtnote)

- Sachkompetenz im Bereich Bewegungshandeln (Fitness-Status, Koordinationstests) (ca. 40%)
- Sportbiologische Kenntnisse und Strategien für ihre Umsetzung in Trainingsprozessen (ca. 20%)
- Kompetenzen im Bereich Trainingsstrategien und deren Umsetzung, Selbstkompetenz (individuelle Verknüpfung von Erfahrungen, Theorie und praktischem Bewegungshandeln) (ca. 40%)

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien usw.)

- „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe,“ insbesondere bzgl. Kosten und Sportbekleidung, beachten.
- Leichte und feste Hallenschuhe

Sportkurs A3: Im Wasser

(Nr.) Thema des Kurses:	(3) Im Wasser
Erfahrungs- und Lernfeldgruppe:	Individualsport (A)
Erfahrungs- und Lernfeld:	Im Wasser
Schwerpunktsportart/en:	Schwimmen

Schwerpunkte des Kurses (Aufbau, Inhalte)

- Verbessern und Festigen des Brustschwimmens mit Start, Tauchzug und Kippwende
- Erlernen und festigen einer zweiten Technik (in der Regel Kraul) mit Start und Rollwende
- Erfahrungen sammeln im/mit dem Element Wasser: jemanden retten, mit Kleidung schwimmen, Wasser als Auftriebsmittel ohne und mit Geräten, Wasser als spielerisches Element (Bälle)
- Kennenlernen weiterer Schwimm-Techniken
- Ggf. Teilnahme an einem Wettbewerb

Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen

- Sie haben eine Technik in der Feinform und mindestens eine weitere in der Grobform jeweils mit passendem Start und der Kipp- und Rollwende erlernt und verfeinern den Stil mit dem Ziel der zeitlichen Ökonomisierung.
- Durch die gezielte Schulung in Bewegungsbeobachtung können Sie Ihren Mitschülerinnen und Mitschülern Korrekturhinweise geben.
- Sie erfahren theoretische Grundlagen, durch die Sie eigene Lernstrategien auf der Basis von Selbstwahrnehmung, Selbstverantwortung und Kommunikationsfähigkeit entwickeln können.
- Sie erfahren im methodisch differenzierten Umgang mit dem Element Wasser dessen Eigenschaften in Bezug auf Spielen, Retten, Kurz- und Langstrecken Schwimmen.

Hinweise zur Bewertung (Anteile an der Gesamtnote)

- Sachkompetenz im Bereich Bewegungshandeln (Koordination, Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit) (ca. 40%)
- damit verbunden: Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (ca. 30%)
- Kompetenzen im Bereich Lernstrategien sowie Selbst- und Sozialkompetenz (ca. 30%)

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien usw.)

- „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe,“ insbesondere bzgl. Kosten und Sportbekleidung, beachten.
- Schwimmhose/Schwimmanzug, d.h. am Körper anliegend
- Evtl. Schwimmbrille bei Chloempfindlichkeit
- Handtuch und Duschbad – vor dem Schwimmen duschen
- Unterrichtsort: Stadionbad Hannover

Sportkurs A5: **Gymnastisch-rhythmische Bewegungsgestaltung**

(Nr.) Thema des Kurses:	(5) Rhythmische und funktionelle Gymnastik
Erfahrungs- und Lernfeldgruppe:	Individualsport (A)
Erfahrungs- und Lernfeld:	Gymnastisch-rhythmische Bewegungsgestaltung
Schwerpunktsportart/en:	Gymnastik

Schwerpunkte des Kurses (Aufbau, Inhalte)

- Erlernen und Verbessern typischer rhythmischer Bewegungselemente der rhythmischen Gymnastik ohne und mit Handgerät.
- Erfahrungen sammeln im Umgang mit den Handgeräten der rhythmischen Sportgymnastik (z.B. Band, Seil, Reifen, Ball und Keule).
- Planen und Erarbeiten von Fitnessübungen.
- Kennenlernen relevanter Prinzipien aus dem Funktions- und Fitnessbereich, z.B. Aerobic, Step-Aerobic.
- Planen und Erarbeiten einer Gymnastikgestaltung in der Gruppe mit gestalterisch-rhythmischen Elementen und/oder funktionellen Elementen.
- Ggf. Teilnahme an einem Wettbewerb.

Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen

- Sie haben grundlegenden Bewegungselemente, die mit Handgeräten durchgeführt werden können, erlernt und setzen sie in einer Gruppengestaltung phantasievoll und variationsreich um.
- Ihr Bewegungshandeln zielt darauf ab, in der Gruppe erarbeitete Gestaltungen so umzusetzen, dass bei einer Präsentation das Gemeinschaftsprodukt deutlich wird.
- Sie haben dabei Lernstrategien entwickelt, bei denen Selbstwahrnehmung, Selbstverantwortlichkeit sowie Kommunikationsfähigkeit wesentliche Bestandteile sind.
- Sie erkennen die individuelle Bedeutung gymnastischer Angebote in Bezug auf Gesundheitssport und lebenslanges Sporttreiben für sich persönlich.

Hinweise zur Bewertung (Anteile an der Gesamtnote)

- Sachkompetenz im Bereich Bewegungshandeln (Technik, Gruppengestaltung) (ca. 50%)
- damit verbunden: Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (ca. 20%)
- Kompetenzen im Bereich Lernstrategien sowie Selbst- und Sozialkompetenz (ca. 30%)

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien usw.)

- „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe,“ insbesondere bzgl. Kosten und Sportbekleidung, beachten.
- Gymnastikschuhe.
- Ggf. außerschulische Lernorte, z.T. verbunden mit Kosten.

Sportkurs A6: Gleiten auf Schnee – Alpiner Skilauf und Snowboarding (nur Q1)

(Nr.) Thema des Kurses:	(6) Gleiten auf Schnee – Alpiner Skilauf und Snowboarding
Erfahrungs- und Lernfeldgruppe:	Individualsport (A)
Erfahrungs- und Lernfeld:	Auf Schnee und Eis
Schwerpunktsportart/en:	Ski alpin / Snowboarding

Schwerpunkte des Kurses (Aufbau, Inhalte)

Der Kurs gliedert sich in zwei Abschnitte

1. Unterricht am Schulort (2 Wochenstunden).
2. Kompaktskikurs im Skigebiet Kitzsteinhorn/Kaprun (Österreich).
Geplanter Termin: Ende Januar 2018, Kosten: ca. 530 € (Unterkunft in DZ/HP).

zu 1. Unterricht am Schulort

- Wintersport und Umwelt, Verhaltensregeln auf der Piste, alpine Gefahren.
- Skigymnastik, Ausdauerläufe, Zirkeltraining, Kleine Spiele.

zu 2. Kompaktkurs

- **Anfänger im Skilaufen:** Lehrwege zum parallelen Kurven mit Carvingski.
- **Anfänger im Snowboarding:** Schwungtechniken über die gedrifteten Basisschwünge.
- **Fortgeschrittene im Skilaufen:** Variables Üben und Verbessern einzelner Schwungphasen und Schwungformen in unterschiedlichem Schnee und Gelände, Übungen zur Carvingtechnik.
- **Fortgeschrittene im Snowboarding:** Techniken des Carvens mit Hoch- und Tiefentlastung. Sprungtechniken.

Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen:

- Sie haben sich auf den Wintersport konditionell im Kraft- und Ausdauerbereich vorbereitet.
- Die Anfänger im Skilaufen haben das parallele Kurven erlernt und setzen es schnee- und geländeangepasst ein.
- Die Anfänger im Snowboarden haben die gedrifteten Basisschwünge erlernt und setzen sie schnee- und geländeangepasst ein.
- Die fortgeschrittenen Skifahrer und Snowboarder kennen die grundlegenden Variationen der Schwünge und können sie zielgerichtet anwenden.
- Die fortgeschrittenen Skifahrer und Snowboarder haben sich in der Bewegungsbeobachtung geschult und können bzgl. der Technik ihren schwächeren Mitschülern Korrekturhinweise geben.
- Sie können die Freizeit- und Umweltrelevanz des Wintersports einschätzen und diese anhand ihrer eigenen Wintersporterfahrungen begründen.
- Sie haben Lernstrategien kennen gelernt, bei denen Selbstwahrnehmung, Selbstverantwortlichkeit und Kommunikationsfähigkeit wesentliche Bestandteile sind.

Hinweise zur Bewertung (Anteile an der Gesamtnote)

- Praktische Mitarbeit, Übungsverhalten und Lernfortschritt (40%)
- Motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten: Technikdemonstration, Slalom, freies Fahren, Synchron fahren (40%)
- Theoretische Fundierung: Die mündliche Mitarbeit liegt in der Auseinandersetzung mit Negativerscheinungen im Wintersport (Umweltbelastung durch Wintersport) sowie Kenntnisse über die gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Zusammenhänge von Wintersport und Tourismus in den Alpen. (20%)

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien usw.)

- „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe,“ insbesondere bzgl. Kosten und Sportbekleidung, beachten.
- Der Kurs kann sowohl von Anfängern als auch von Fortgeschrittenen belegt werden (auf Wahlbogen angeben!)
- Ski- und Snowboardausrüstung (inkl. Helm) kann günstig vor Ort (46 €/6 Tage) ausgeliehen werden.

Sportkurs B1: Schlagtechnik und Spieltaktik in Partner-Rückschlagspielen

(Nr.) Thema des Kurses:	(1) Schlagtechnik und Spieltaktik in Partner-Rückschlagspielen
Erfahrungs- und Lernfeldgruppe:	Sportsportart (B)
Erfahrungs- und Lernfeld:	Partner-Rückschlagspiele
Schwerpunktsportart/en:	Badminton

Schwerpunkte des Kurses (Aufbau, Inhalte)

- Erlernen und Variieren von technischen Fertigkeiten mit Ball und Schläger sowie taktischen Fähigkeiten bis hin zum regelgeleiteten Badmintonspiel.
- Erfahrungen sammeln mit unterschiedlichen Sinnorientierungen im Spiel mit und gegen Partnerin/Partner bzw. Gegnerin oder Gegner (als Vermittlungsmethode und als Ziel).
- Analysieren der charakteristischen Merkmale von Badminton- im Gegensatz zu Federball-Schlägen (Morphologie, Dynamik) und praktische Umsetzung.
- Ggf. Teilnahme an einem Wettbewerb.

Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen

- Sie haben alle grundlegenden Überkopf (VH)- und Unterhandschläge erlernt und setzen die erlernten Schläge situationsangemessen und zielgerichtet ein. Die grundlegenden Möglichkeiten taktischer Mittel sind Ihnen bekannt und Sie können sie ins Spielgeschehen einbringen.
- Ihr Spielhandeln weist den Adressatenbezug auf, der ein befriedigendes Spiel- und Lernerlebnis auch für spielschwächere Partner ermöglicht, oder Sie können einem spielstärkeren Partner mit Hinweisen auf einen solchen Adressatenbezug helfen.
- Sie haben sich in der Bewegungsbeobachtung geschult und können bzgl. Technik und Taktik Ihren Mitschülerinnen bzw. Mitschülern Korrekturhinweise geben.
- Sie haben dabei Lernstrategien entwickelt, bei denen Selbstwahrnehmung, Selbstverantwortlichkeit sowie Kommunikationsfähigkeit wesentliche Bestandteile sind.
- Sie können die Freizeitrelevanz dieses Partnerrückschlagspiels einschätzen und Ihre Einschätzung anhand Ihrer eigenen Spielerfahrungen begründen.

Hinweise zur Bewertung (Anteile an der Gesamtnote)

- Sachkompetenz im Bereich Bewegungshandeln (Technik/Taktik/Spiel) (ca. 50%)
- damit verbunden: Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (ca. 20%)
- Kompetenzen im Bereich Lernstrategien sowie Selbst- und Sozialkompetenz (ca. 30%)

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien usw.)

- „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe,“ insbesondere bzgl. Kosten und Sportbekleidung, beachten.
- Rutschfeste Hallenschuhe.
- Badmintonschläger.
- Ggf. außerschulische Lernorte, z.T. verbunden mit Kosten.

Sportkurs B2: Spiele mit Auf- und Abprallhilfe

(Nr.) Thema des Kurses:	(2) Spiele mit Auf- und Abprallhilfe
Erfahrungs- und Lernfeldgruppe:	Spisportart (B)
Erfahrungs- und Lernfeld:	Partner-Rückschlagspiele
Schwerpunktsportart/en:	Tennis, Squash

Schwerpunkte des Kurses (Aufbau, Inhalte)

- Erlernen und Variieren von technischen Fertigkeiten mit Ball, Schläger oder Hand sowie taktischen Fähigkeiten bis hin zum regelgeleiteten Tennis oder regelveränderten Rückschlagspielen.
- Erfahrungen sammeln mit unterschiedlichen Sinnorientierungen in Spielen mit und gegen Partnerin/ Partner bzw. Gegnerin/Gegner (als Vermittlungsmethode und als Ziel).
- Analysieren der charakteristischen Merkmale ausgewählter Schläge in Rückschlagspielen und speziell Tennis sowie praktische Umsetzung.
- Ggf. Teilnahme an einem Wettbewerb.

Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen

- Sie haben alle grundlegenden Vor- und Rückhandschläge, das Spiel am Netz sowie einen Aufschlag erlernt und setzen diese situationsangemessen und zielgerichtet ein. Grundlegende technische Mittel sind Ihnen bekannt und Sie können diese ins Spielgeschehen einbringen.
- Ihr Spielhandeln weist den Adressatenbezug auf, der ein befriedigendes Spiel- und Lernerlebnis auch für spielchwächere Partner ermöglicht, oder Sie können einem spielstärkeren Partner bei der Entwicklung seines Adressatenbezugs helfen.
- Sie haben sich in der Bewegungsbeobachtung geschult und können bzgl. Technik und Taktik Ihren Mitschülerinnen bzw. Mitschülern Korrekturhinweise geben.
- Sie haben dabei Lernstrategien entwickelt, bei denen Selbstwahrnehmung, Selbstverantwortlichkeit sowie Kommunikationsfähigkeit wesentliche Bestandteile sind.
- Sie können die Freizeitrelevanz dieser Partnerrückschlagspiele einschätzen und Ihre Einschätzung anhand Ihrer eigenen Spielerfahrungen begründen.

Hinweise zur Bewertung (Anteile an der Gesamtnote)

- Sachkompetenz im Bereich Bewegungshandeln (Technik/Taktik/Spiel) (ca. 50%)
- damit verbunden: Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (ca. 20%)
- Kompetenzen im Bereich Lernstrategien sowie Selbst- und Sozialkompetenz (ca. 30%)

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien usw.)

- „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe,“ insbesondere bzgl. Kosten und Sportbekleidung, beachten.
- Rutschfeste Hallenschuhe, Schuhe für Sand- und Grasplatz, Tennisschläger (wird bei Bedarf gestellt).
- Ggf. außerschulische Lernorte, z.T. verbunden mit Kosten.

Sportkurs B3: Entwickeln einer Sportart: Faustball spielen, Volley spielen

(Nr.) Thema des Kurses:	(3) Entwickeln einer Sportart: Faustball spielen, Volley spielen
Erfahrungs- und Lernfeldgruppe:	Spielsportart (B)
Erfahrungs- und Lernfeld:	Team-Rückschlagsspiele
Schwerpunktsportart/en:	Faustball, Volleyball

Schwerpunkte des Kurses (Aufbau, Inhalte)

- Erlernen und Variieren von technischen Fertigkeiten sowie taktische Fähigkeiten bis hin zum regelgeleiteten Volleyball- und Faustballspiel.
- Erfahrungen sammeln mit unterschiedlichen Sinnorientierungen im partnerschaftlichen- bzw. wettkampforientierten Spiel.
- Analysieren der charakteristischen Merkmale des Spiels mit dem „volley“ gespielten Ball; Unterschiede und/oder Ähnlichkeiten mit ähnlichen Spielideen (Faustball).
- Ggf. Teilnahme an einem Wettbewerb.

Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen

- Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen:
- Sie haben alle grundlegenden Zuspieltechniken (unteres und oberes Zuspiel, Aufschlagstechniken) erlernt und setzen die erlernten Schläge situationsangemessen und zielgerichtet ein. Die grundlegenden taktischen Mittel sind Ihnen bekannt und Sie können sie ins Spielgeschehen einbringen.
- Ihr Spielhandeln lässt erkennen, dass Sie auch spielschwächeren oder spielstärkeren Mitspielern ein befriedigendes Spielgeschehen ermöglichen können.
- Es gelingt Ihnen, die unterschiedlichen technischen und taktischen Bedingungen für das Faustballspiel von denen des Volleyballspiels zu benennen und erkennbar umzusetzen.
- Sie haben sich in der Bewegungsbeobachtung geschult und können bzgl. Technik und Taktik Ihren Mitschülerinnen bzw. Mitschülern Korrekturhinweise geben.
- Sie haben dabei Lernstrategien entwickelt, bei denen Selbstwahrnehmung, Selbstverantwortlichkeit sowie Kommunikationsfähigkeit wesentliche Bestandteile sind.
- Sie können die Freizeitrelevanz dieses Teamrückschlagspiels einschätzen und Ihre Einschätzung anhand Ihrer eigenen Spielerfahrungen begründen.

Hinweise zur Bewertung (Anteile an der Gesamtnote)

- Sachkompetenz im Bereich Bewegungshandeln (Technik/Taktik/Spiel) (ca. 50%)
- damit verbunden: Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (ca. 20%)
- Kompetenzen im Bereich Lernstrategien sowie Selbst- und Sozialkompetenz (ca. 30%)

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien usw.)

- „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe,“ insbesondere bzgl. Kosten und Sportbekleidung, beachten.
- Ggf. außerschulische Lernorte, z.T. verbunden mit Kosten.

Sportkurs B4: Entwicklung von Spielideen bei Korbspielen

(Nr.) Thema des Kurses:	(4) Entwicklung von Spielideen bei Korbspielen
Erfahrungs- und Lernfeldgruppe:	Sportsportart (B)
Erfahrungs- und Lernfeld:	Zielschuss-Spiele
Schwerpunktsportart/en:	Basketball, Korbball

Schwerpunkte des Kurses (Aufbau, Inhalte)

- Festigen der Grundfertigkeiten (Passen, Fangen, Dribbeln, Korbwurfvarianten).
- Umsetzen der Grundfertigkeiten in verschiedenen Spielsituationen.
- verschiedene Formen von Abwehr und Angriff innerhalb des regelgeleiteten Spiels Basketball und selbst erarbeiteter „Street“-Varianten.
- Erlernen und Anwenden des Regelwerks beim Basketball bzw. von Variationen dazu im „Street“-Bereich.
- Analyse der Verbreitung, soziokulturellen und gesellschaftlichen Bedeutung des Basketballspiels für unterschiedliche Länder, soziale Gruppen, Generationen und Kulturkreise.
- Ggf. Teilnahme an einem Wettbewerb.

Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen

- Sie sind vertraut mit den grundlegenden Techniken von Ballführung, Ballannahme- sowie abgabe und (mindestens vier) Varianten des Korbwurfs.
- Sie sind in der Lage, taktische Maßnahmen und Spielprozesse problemorientiert zu reflektieren, angemessen praktisch umzusetzen und ihren Mitschülern konstruktives Feedback zu geben.
- Sie nehmen Spielsituationen in Offensive und Defensive geübt wahr und setzen Ihre erlernten Fähigkeiten und technischen Fertigkeiten im Spielvollzug situationsgerecht ein.
- Sie kennen die Merkmale eines sowohl fairen und als auch den technischen Regeln entsprechenden Basketballspiels und wenden sie entsprechend an, sowohl im eigenen Spiel als auch in der Schiedsrichtertätigkeit.
- Dabei setzen Sie sich aktiv für eine diesen Grundsätzen entsprechende Spielgestaltung ein.
- Sie können sinnvolle Regeln für „Street“-Varianten erstellen, vermitteln und im Vollzug selbst umsetzen.
- Sie sind in der Lage, die gesellschaftliche Bedeutung, ggf. auch Problematik des Spielens auf den Korb in unterschiedlichen sozio-kulturellen Zusammenhängen zu beurteilen.

Hinweise zur Bewertung (Anteile an der Gesamtnote)

- Sachkompetenz im Bereich Bewegungshandeln (Technik, Taktik, Spiel) (ca. 50%)
- Sozial- und Selbstkompetenz zur Realisierung des sportlichen Handelns (ca. 30%)
- Theoretische Reflektion des Bewegungshandelns und gesellschaftlicher Bezüge (ca. 20%)

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien usw.)

- „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe,“ insbesondere bzgl. Kosten und Sportbekleidung, beachten.
- Hallenschuhe (Basketball-Stiefel mindern Verletzungsrisiko).
- Ggf. außerschulische Lernorte, z.T. verbunden mit Kosten.

Sportkurs B5: Entwicklung von Spielideen mit Zielschuss und Zielwurf - Schwerpunkt Handball

(Nr.) Thema des Kurses:	(5) Entwicklung von Spielideen mit Zielschuss und Zielwurf - Schwerpunkt Handball
Erfahrungs- und Lernfeldgruppe:	Spisportart (B)
Erfahrungs- und Lernfeld:	Zielschuss-Spiele
Schwerpunktsportart/en:	Handball, Fußball

Schwerpunkte des Kurses (Aufbau, Inhalte)

- Entwicklung von Spielen, die mit Fangen und Werfen von Bällen (oder anderen Wurfgeräten) einhergehen unter den Aspekten: Spielidee, Regelwerk, Taktik.
- Konditionelle Schulung, mit dem Schwerpunkt Koordination bzw. Erlernen von individualtechnischen und individualtaktischen Fertigkeiten.
- Entwicklung von Spielen, die mit Passen und Schießen von Bällen (oder anderen Wurfgeräten) einhergehen unter den Aspekten: Spielidee, Regelwerk, Taktik.
- Erarbeiten der historischen Entwicklung der Sportart Fußball.
- Individual- und Gruppentaktisches Verhalten sowie Regelwerk und Spielgedanke im Fußball.
- Konditionelle Schulung, mit dem Schwerpunkt Koordination bzw. Erlernen von individualtechnischen und individualtaktischen Fertigkeiten.
- Erfahren/reflektieren der ambivalenten Sinnggebung von Sportspielen: miteinander & gegeneinander spielen.
- Ggf. Teilnahme an einem Wettbewerb.

Von Ihnen zu erwerbende Kompetenzen

- Sie haben die folgenden individualtechnischen und -taktischen Fertigkeiten im Handball erlernt und setzen diese situationsangemessen und zielgerichtet ein: Prellen, Passen & Fangen, Stemmwurf, Sprungwurf, Positionswürfe, Körpertäuschung und Abwehrarbeit.
- Sie haben die folgenden individualtechnischen und -taktischen Fertigkeiten im Fußball erlernt und setzen diese situationsangemessen und zielgerichtet ein: Kurzpassspiel, lange Pässe, Kopfballspiel, Torabschluss, Finten, Körpertäuschung, Zweikampf sowie Spielsysteme und Positionswechsel.
- Sie haben grundlegende mannschaftstaktische Kenntnisse erworben und können diese theoretisch reflektieren und in der Praxis mit den entsprechenden positionsspezifischen Regelbewegungen umsetzen (Beispiele: Manndeckung, Varianten der Raumdeckung, Stoßbewegung im Angriffsspiel, Auflösen des Positionsspiels (z.B. „Einlaufen“, Pressing, Abseits).
- Sie haben erlernt, verantwortungsbewusst und fair sportliche Prozesse zu gestalten (dazu gehören auch Vorbereitung für und Nachbereitung von Unterrichtsstunden).
- Sie haben erlernt, Verantwortung für Gruppen zu übernehmen, indem Sie Übungsphasen koordinieren/anleiten sowie Spiele leiten.
- Sie können die Freizeitrelevanz von Teamsportspielen für sich und andere einschätzen und Ihre Einschätzung anhand Ihrer eigenen Spielerfahrung begründen.
- Sie haben sich in der Bewegungsbeobachtung in beiden Sportarten geschult und können bzgl. Technik und Taktik Ihren Mitschülerinnen bzw. Mitschülern Korrekturhinweise geben.
- Sie haben dabei Lernstrategien entwickelt, bei denen Selbstwahrnehmung, Selbstverantwortlichkeit sowie Kommunikationsfähigkeit wesentliche Bestandteile sind.

Hinweise zur Bewertung (Anteile an der Gesamtnote)

- Sachkompetenz im Bereich Bewegungshandeln (Technik, Taktik, Spiel) (ca. 40%)
- Sozial- und Selbstkompetenz zur Realisierung des sportlichen Handelns (ca. 40%)
- Sach-, Sozial- und Selbstkompetenz in der theoretischen Reflektion (ca. 20%)

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien usw.)

- „Regularien und Grundsätze für die Teilnahme am Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe,“ insbesondere bzgl. Kosten und Sportbekleidung, beachten.
- Hallenschuhe, Sportschuhe für Rasenballsport, angemessene Sportbekleidung für drinnen und draußen.
- Bereitschaft zu körperkontaktintensivem Sport; damit geht einher, dass Schmuck ohne Aufforderung abgelegt bzw. abgetapet wird.
- Ggf. außerschulische Lernorte, z.T. verbunden mit Kosten