



**Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs:
Bewegungsfeld Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten –
Alpiner Skilauf
(Bewegungsfeldgruppe A)**

Leitidee:

Erarbeitung theoretischer Aspekte von Skisport und Skitourismus sowie Erlernen und Verbessern von Techniken des alpinen Skilaufs

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- wenden Grundtechniken und Fachsprache im Umgang mit dem Sportgerät Ski an und bewältigen Strecken situativ angemessen
- wenden grundlegende sportmotorische Fähigkeiten an und reflektieren diese erfahrungsbasiert
- setzen sich angemessene und aufgabenbezogene Ziele in Bezug auf individuelle körperliche Belastbarkeit und Bewegungsfertigkeit beim Skilauf und zeigen adäquate Verhaltensweisen
- setzen Strategien zur sicheren und aufgabengerechten Problemlösung ein.
- wenden Lehr-/Lernmethoden und Sicherheitsregeln situationsadäquat an und geben gezielt Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen
- verfügen über Kenntnisse hinsichtlich des Skitourismus im Allgemeinen, der speziellen Gefahren beim Skisport und deren Prävention, eines umweltgerechten Verhaltens und eines gesunden und sinnhaften Freizeitverhaltens
- handeln für sich und andere präventiv: Gefahren antizipierend, Regeln beachtend und respektvoll gegenüber der Natur (verantwortungsbewusstes, rücksichtsvolles und hilfsbereites Handeln im Skigebiet).

Inhalte:

- Theoretische Vorbereitung (Stundengestaltung zu unterschiedlichen Themen des Skisports und Skitourismus)
- Sportpraktische Vorbereitung (z.B. Skigymnastik, Inlinerfahren)
- Erlernen klassischer Schwungtechniken und des Carvens
- Sicherheitsbewusstes und verantwortungsvolles Skifahren



Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Gestaltung einer Stunde in der Vorbereitungsphase zu einem theoretischen Thema
- praktische Überprüfung von Grundtechniken des Skilaufens
- geländeangepasstes Fahren / Variabilität beim Skilaufen
- sportartspezifische Fitness

Prozessbezogene Kompetenzen

- Unterstützung und Übernahme von Verantwortung für sich und Mitschülerinnen und Mitschüler im und außerhalb des Unterrichts (z.B. verantwortungsbewusstes Fahren in einer Kleingruppe, Beachtung von Verhaltensregeln u.ä.)
- Mitarbeit im Unterricht und vor Ort (Engagement, Übernahme von Aufgaben im und außerhalb des Unterrichts)

Material:

- Skibekleidung
- Skiausrüstung inkl. Helm (Ausleihe möglich, s.u.)

Bemerkungen:

- Der Kurs besteht aus zwei Blöcken: Vorbereitungsblock (zweistündiger Unterricht alle 14 Tage) und Kompaktphase (8-tägige Kursfahrt).
- Die Kursfahrt ist kostenpflichtig und kostet um die 440 € inkl. Materialausleihe. Bevor auf dem Wahlzettel der Kurs „Alpiner Skilauf“ angekreuzt wird, ist mit den Erziehungsberechtigten zu klären, dass die Finanzierung gesichert ist.



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeldübergreifendes Unterrichtsvorhaben – Fitness (Bewegungsfeldgruppe A)

Leitidee:

Die Schülerinnen und Schüler trainieren sportmotorische Fähigkeiten (z.B. Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit oder Koordination). Sie wenden Formen und Übungen der Fitness- und Funktionsgymnastik an und lernen grundlegende Prinzipien der Trainingsgestaltung kennen.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- verfügen über motorische Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) zur Bewältigung der gestellten Bewegungsaufgaben und Handlungssituationen.
- bewältigen und bewerten Bewegungs- und Handlungsverläufe sowohl im Hinblick auf praktisch-handelnde als auch theoretisch-reflexive Kriterien.
- wenden Erklärungsmodelle und Testverfahren aus verschiedenen sportwissenschaftlichen Disziplinen an und überprüfen ihre Eignung für die Lösung der jeweiligen Bewegungsprobleme oder –aufgaben.
- verfügen über Kenntnisse, Einstellungen und Werthaltungen im Zusammenhang mit über die Fachgrenzen hinaus bedeutsamen sportbezogenen Themen der Gegenwart wie dem Beitrag von Bewegung, Sport und Spiel zur gesunden Lebensführung und sinnvollen Freizeitgestaltung.
- beurteilen Trainingsmethoden und Methoden zur Trainingssteuerung hinsichtlich ihrer Eignung für die geplanten Änderungs- bzw. Adaptionsprozesse und wenden diese zweckmäßig an.
- planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements und Übungssequenzen unter verschiedenen Betrachtungsdimensionen.
- reflektieren unterschiedliche Voraussetzungen in Bezug auf Leistung und Interesse, erkennen Stärkere an und unterstützen bzw. integrieren Schwächere.
- verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild), den eigenen Körper (Körperbild, Körperhaltung, Körpersprache) und die eigenen Handlungs-/Bewegungsmöglichkeiten.
- steuern bewusst die eigene sportliche und körperliche Entwicklung.

Inhalte:

- Ausbau (ggf. Aufbau) der sportmotorischen Fähigkeiten über unterschiedliche Bewegungsfelder (z.B. Rope Skipping, Laufen, Kraftübungen o. ä.)
- Aneignung und ggf. Präsentation fachspezifischen Theoriewissens



Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Überprüfung sportmotorischer Fähigkeiten (z.B. Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit oder auch Koordination)

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht
- ggf. Überprüfung des fachspezifischen Theoriewissens (z.B. in einem schriftlichen Test)
- ggf. Referat / Übernahme von Unterrichtsteilen, z. B. Erstellen eines Kraftparcours o. ä.



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeld Gymnastisches und tänzerisches Bewegen (Bewegungsfeldgruppe A)

Leitidee:

Erarbeitung und Demonstration verschiedener Gruppenchoreographien mit und ohne Handgerät/Material

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- trainieren Basis- und Kombinationstechniken wesentlicher Technikgruppen aus Tanz oder Gymnastik, mit oder ohne Handgerät/Material.
- verfeinern ihre Wahrnehmung in Bezug auf die eigene Person, den eigenen Körper und die eigenen Bewegungsmöglichkeiten, z. B. durch Erproben unterschiedlicher Rhythmen, Tanzstile (z. B. Hip-Hop, Modern Dance, Ballett) und Ausdrucksmöglichkeiten sowie verschiedener Raumlagen.
- setzen elementare gymnastische und künstlerisch-kompositorische Fertigkeiten in unterschiedlichen Tempi und Rhythmen um.
- reflektieren Vorgaben (Musik, Thema, Material) im Hinblick auf ihre gestalterischen Möglichkeiten.
- nennen Kriterien aus dem Bereich der Bewegungsgestaltung (z. B. Dynamik, Raum(wege)) und wenden diese in der Beobachtung und Bewertung gymnastischer/tänzerischer Bewegungen an.
- gestalten und präsentieren tänzerische oder gymnastische Choreografien nach Vorgabe (z. B. Thema, Musik) in Partner- oder Gruppenarbeit mit oder ohne Handgerät/Material.
- reflektieren und akzeptieren unterschiedliche Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen bzw. -niveaus und wenden Strategien zur Lösung von Konflikten oder Gestaltungsprozessen situations- und gruppenadäquat an.
- analysieren und bewerten gymnastische bzw. tänzerische Bewegungen nach vorgegebenen Kriterien und nehmen gezielte Bewegungskorrekturen vor.

Inhalte:

- Erlernen verschiedener Tanzschritte / gymnastischer und tänzerischer Bewegungen
- Entwicklung und Präsentation von Partner- oder Gruppenchoreographien
- sportartspezifische Fitness (Kräftigung und Beweglichkeit geforderter Muskelgruppen)



Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Gestaltung und Präsentation von Partner- oder Gruppenchoreographien (Kriterien: Umsetzung tänzerischer Gestaltungsvorgaben, Originalität, Synchronität, Ausführung der gymnastischen/tänzerischen Bewegungen, ggf. Schwierigkeitsgrad)
- sportartspezifische Fitness

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht
- gruppenadäquates Anwenden von Gestaltungsprozessen
- Unterstützung und Übernahme von Verantwortung für sich sowie Mitschülerinnen und Mitschüler im Lernprozess
- ggf. Übernahme von Unterrichtsteilen, z. B. Erwärmung o. ä.

Materialhinweise:

- ggf. eigene Musik



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeld Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (Bewegungsfeldgruppe A)

Leitidee:

Die SuS analysieren, erproben und üben funktionale Ausführungen leichtathletischer Lauf-, Wurf- und Sprungdisziplinen.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- bewältigen eine Sprintstrecke in maximalem Tempo, d.h. unter Beachtung eines optimalen Verhältnisses von Schrittfrequenz und Schrittlänge. Dies kann sowohl im Flach- als auch im Hürdensprint erreicht werden.
- erproben und vergleichen leichtathletische Weit- oder Hochsprungformen im Hinblick auf Funktionalität.
- erproben und vergleichen leichtathletische Wurf- oder Stoßformen im Hinblick auf Funktionalität.
- trainieren motorische Fähigkeiten (z.B. Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit oder Koordination) zur Steigerung ihrer leichtathletischen Leistung.
- analysieren Bewegungsabläufe.
- wenden Trainingsmethoden und Methoden zur Trainingssteuerung hinsichtlich ihrer Eignung für die geplanten Änderungs- bzw. Adaptionprozesse zweckmäßig an.
- wenden Lehr-/Lernmethoden an und geben gezielte Bewegungshilfen und Korrekturen.
- verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild), den eigenen Körper (Körperbild, Körperhaltung, Körpersprache) und die eigenen sowie fremde Handlungs-/Bewegungsmöglichkeiten.

Inhalte:

Aus den aufgeführten Disziplinen wird im Kurs „Leichtathletik“ eine Auswahl thematisiert und zur abschließenden Prüfung vorbereitet:

- Springen: Hochsprung / Weitsprung / Dreisprung
- Laufen: Sprint / Hürdensprint / Mittelstrecke
- Werfen / Stoßen: Kugelstoß / Speerwurf / Schleuderballwurf / Diskuswurf

Leistungsbewertung:

Für die quantitative Leistungsbewertung werden schulinterne Bewertungslisten herangezogen.

- Leistungsbewertung einer Sprungdisziplin
- Leistungsbewertung zweier Laufdisziplinen (Sprint- und Ausdauerbereich)
- Leistungsbewertung einer Wurf- oder Stoßdisziplin
- Bewertung der technischen Ausführung einer beliebigen (vierten) Disziplin
- Mitarbeit im Unterricht, ggf. Übernahme von Unterrichtsteilen und Einbringen von Referaten



**Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs:
Bewegungsfeld Gymnastisches und tänzerisches Bewegen –
Schwerpunkt Rock'n'Roll
(Bewegungsfeldgruppe A)**

Leitidee:

Erarbeitung und Demonstration einer Gruppenchoreographie (Synchronfolge) unter Verwendung tänzerischer und halbakrobatischer Elemente des Rock'n'Roll

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- trainieren Basis- und Kombinationstechniken wesentlicher Technikgruppen (Fußtechnik / Halbakrobatik) aus dem Rock'n'Roll.
- verfeinern ihre Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf den eigenen Körper und die eigenen tänzerischen und akrobatischen Bewegungsmöglichkeiten
- setzen elementare tänzerische Fertigkeiten in unterschiedlichen Tempi um.
- analysieren und bewerten Rock'n'Roll-typische Bewegungen nach vorgegebenen Kriterien und nehmen gezielte Bewegungskorrekturen vor.
- gestalten und präsentieren eine Rock'n'Roll-Choreografie nach Vorgabe (z. B. Thema, Musik, Techniken) in Partner- oder Gruppenarbeit
- reflektieren und akzeptieren unterschiedliche Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen bzw. -niveaus und wenden Strategien zur Lösung von Konflikten oder Gestaltungsprozessen situations- und gruppenadäquat an.

Inhalte:

- Erlernen verschiedener Tanzschritte (d.h. nichtakrobatischer Tanzfiguren) im Rock'n'Roll
- Erlernen verschiedener halbakrobatischer Elemente im Rock'n'Roll
- Entwicklung und Präsentation von Partner- oder Gruppenchoreographien (Synchronfolgen)



Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Gestaltung und Präsentation einer Partner- oder Gruppenchoreographie (Kriterien: technische Qualität der Ausführung, Originalität, Synchronität, Schwierigkeitsgrad)
- Beherrschung Rock'n'Roll-spezifischer Fertigkeiten im Paartanz
- Beherrschung der Fachsprache im Rock'n'Roll (Begriffe, Namen von Elementen und Figuren u.ä.)
- sportartspezifische Fitness

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht
- Gruppenadäquates Anwenden von Gestaltungsprozessen
- Unterstützung und Übernahme von Verantwortung für sich und Mitschülerinnen und Mitschüler im Lernprozess (z.B. bei Hilfe- und Sicherheitsstellungen).
- ggf. Übernahme von Unterrichtsteilen, z. B. Erwärmung o. ä.

Materialhinweise:

- ggf. eigene Musik

Bemerkungen:

- Rock'n'Roll ist in erster Linie ein Paartanz, die Kursteilnahme setzt deshalb die unbedingte Bereitschaft voraus, mit dem Tanzpartner auch in Körperkontakt zu treten (insbesondere bei halbakrobatischen Elementen)



**Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs:
Bewegungsfeld Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten –
Schwerpunkt Rudern
(Bewegungsfeldgruppe A)**

Leitidee:

Erarbeitung und Verbesserung der Technik des Skullruderns im Mannschaftsboot unter Berücksichtigung des Ausdaueraspektes

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- erlernen, üben und demonstrieren Rudertechniken im Mannschaftsboot und ggf. im Einer
- beschaffen sich systematisch ruderrelevante Informationen, z.B. Ruderkommandos, Bootsklassen, Schifffahrtsregeln usw.
- analysieren Bewegungsabläufe beim Rudern bezüglich ihrer Effizienz zur Erreichung eines maximalen Vortriebs
- helfen selbstständig und verantwortungsbewusst beim Materialtransport und beim „Stegdienst“
- schätzen Risiken realistisch ein, indem sie sich bezüglich äußerer Bedingungen (Wetter, Strömung) angemessene Ziele setzen und verantwortungsbewusst auf dem Wasser agieren
- nehmen das Ruderrevier als schützenswerten Naturraum wahr und verhalten sich entsprechend

Inhalte:

- Erlernen der Rudertechnik und der Manöver im Skullboot
- Verantwortungsvolles Ausführen von Steuermannaufgaben
- Bootspflege und Materialtransport
- Ausdauerndes Rudern im Mannschaftsboot

Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Zeitfahren im Mannschaftsboot
- Technikprüfung im Mannschaftsboot
- sportartspezifische Fitness
- Theorietest

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht
- Präventives Handeln (Gefahren antizipieren, Regeln beachten, verantwortungsbewusst mit der Natur umgehen)

Materialhinweise:

- alte und witterungsangepasste Sportbekleidung, ggf. (Fahrrad-)Handschuhe



Bemerkungen:

- dreistündiger Unterricht (deshalb nur in 2/3 des Halbjahres), der Unterricht findet bei jedem Wetter statt.
- Jugendschwimmabzeichen Bronze muss vorgelegt werden.
- bei minderjährigen Schüler/-innen muss eine Teilnahme-Einverständniserklärung der Eltern vorgelegt werden.



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeld Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen (Bewegungsfeldgruppe A)

Leitidee

Üben und Demonstrieren der Grundtechniken in drei Stilarten, davon mindestens in einer wettkampfnahen Situation. Alternativ zu einer Grundtechnik können auch drei unterschiedliche Sprünge vom 1m- bzw. 3m Brett gezeigt werden.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- üben und demonstrieren die Grundtechniken des Schwimmens (Brust/Rücken/Kraul/Delfin)
- üben und demonstrieren Starts und Wenden
- erlernen und üben unterschiedliche Sprünge vom 1m bzw. 3m- Brett
- trainieren ihre konditionell-koordinativen Fähigkeiten, um eine mindestens 600m lange Schwimmstrecke in einem Schwimmstil maximal schnell zu schwimmen
- wenden Methoden aus dem Bereich des Bewegungslernens und Trainierens als Grundlage für selbständiges Arbeiten an
- organisieren Trainings- Übungs- und Wettkampfsituationen
- analysieren schwimmspezifische Bewegungen nach vorgegebenen Kriterien und nehmen gezielte Bewegungskorrekturen vor
- schätzen körperliche Reaktionen auf Belastung richtig ein
- verfeinern ihre Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf den eigenen Körper und die eigenen Bewegungsmöglichkeiten, z.B. durch die Auseinandersetzung mit vielfältigen Bewegungsaufgaben im Medium Wasser
- erläutern Grundtechniken des Strecken- und Tieftauchens (z.B. vertiefte Atmung, Abtauchen, Druckausgleich, Armzug) und wenden diese situationsadäquat an
- demonstrieren Maßnahmen zur Selbst- und Fremdrerettung
- beachten die Baderegeln
- erläutern den Gesundheitswert des Schwimmens und dessen Wert als Freizeitsport.

Inhalte:

- Erlernen, Üben und Verfeinern der 4 Stilarten
- Grundlagen des Wasserspringens
- Tauchen
- Üben und Verfeinern von Startsprung und Wende
- ggf. Rettungsschwimmen
- Grundlagen des Bewegungslernens und Trainierens
- ggf. Spiele, Wasserball, Wassergymnastik



Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- eine Stilart auf Zeit (50m)
- eine zweite Stilart auf Zeit (600m)
- eine dritte Stilart auf Technik (Startsprung, Wende, 25 m), die Bewertung erfolgt nach Ausführungskriterien
- alternativ zur dritten Stilart können auch drei unterschiedliche Sprünge gezeigt werden

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht; z.B. Bewegungs- und Spielanalyse inkl. Formulierung von Bewegungskorrekturen
- Fair Play
- ggf. Übernahme von Unterrichtsteilen; z.B. Aufwärmen o.ä.

Unterrichtsmaterial:

- Badebekleidung, Schwimmbrille, ggfs. Schwimmkappe



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeld Turnen und Bewegungskünste (Bewegungsfeldgruppe A)

Leitidee:

Erarbeitung und Präsentation einer eigenen Turnkür an einem Gerät. Dabei können normierte als auch normfreie Elemente (Parkour, Akrobatik, circensische Bewegungsformen) einfließen.

Außerdem Üben und Demonstrieren eines Sprunges mittels Reutherbrett oder Minitrampolin.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- erarbeiten, erweitern und demonstrieren ihre turnerspezifischen motorischen Fertigkeiten.
- wählen für sich angemessene Übungsteile aus, verbessern die Ausführung und gestalten diese unter Berücksichtigung ästhetischer und funktionaler Aspekte.
- analysieren turnerische Bewegungen nach vorgegebenen Kriterien und nehmen gezielte Bewegungskorrekturen vor.
- verfeinern ihre Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf den eigenen Körper durch die Erprobung vielfältiger turnerspezifischer Bewegungsaufgaben sowie durch die Einnahme verschiedener Raumlagen.
- erarbeiten und demonstrieren turnerische Bewegungselemente im Rahmen einer Gestaltungsidee mit einem Partner/einer Partnerin oder in der Gruppe.
- akzeptieren unterschiedliche Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen und wenden Strategien zur Lösung von Konflikten situationsadäquat an.
- reflektieren den verantwortungsbewussten Umgang mit Wagnissituationen und der eigenen Leistungsfähigkeit.
- erkennen die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen, nehmen Unterstützung an und übernehmen Verantwortung für sich und ihre Mitschülerinnen und Mitschüler.
- bauen Geräte und Gerätesicherungen sachgerecht auf.
- wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen selbstständig sachgerecht an und beherrschen die entsprechende Fachsprache.

Inhalte:

- Erproben, Erlernen und Optimieren von turnerischen Fertigkeiten wie Stützen, Abspringen, Rollen, Überschlagen, Gleichgewicht und Spannung halten.
- Entwickeln, Gestalten und Präsentieren einer Turnkür mit mind. vier Elementen unter Berücksichtigung ästhetischer und funktionaler Kriterien. Diese kann alleine, mit Partner/in oder in der Gruppe präsentiert werden.
- Üben und Demonstrieren von Sprüngen mit Reutherbrett oder Minitrampolin.
- Helfen und Sichern
- Beobachten und Korrigieren



Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Entwickeln, Gestalten und Präsentieren einer Turnkür mit mind. vier Elementen unter Berücksichtigung ästhetischer und funktionaler Kriterien. Diese kann alleine, mit Partner/in oder in der Gruppe präsentiert werden.
- Üben und Präsentieren eines Sprunges mittels Reutherbrett oder Minitramp.
- Die Bewertung erfolgt nach Schwierigkeitsstufen und Ausführungskriterien.

Prozessbezogene Kompetenzen

- Analysieren von turnerischen Bewegungen nach vorgegebenen Kriterien und Vornehmen gezielter Bewegungskorrekturen.
- Situations- und gruppenadäquates Anwenden von Lösungsstrategien oder Gestaltungsprozessen.
- Übernehmen von Verantwortung für sich und Mitschülerinnen und Mitschüler im Lernprozess, bei Hilfe- und Sicherheitsstellungen sowie bei Geräteaufbauten.

Materialhinweise:

Notwendig sind rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe (normale Turnschuhe sind nicht ausreichend)



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeld Spielen – Schwerpunkt Badminton (Bewegungsfeldgruppe B)

Leitidee:

- Erarbeitung und Erprobung spezifischer Fähigkeiten und Fertigkeiten in festgelegten und variablen Spielsituationen.
- Entwicklung, Erprobung und Anwendung von individualtaktischen Maßnahmen im Angriffs- und Abwehrverhalten auf Basis von vorgegebenen Problemsituationen.
- Analyse und Bewertung von Lösungen für komplexe Spielsituationen im Hinblick auf Effektivität und Funktionalität.
- Verbesserung der Spielfähigkeit im Einzel- und Doppelspiel.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- trainieren badmintonspezifische motorische Fähigkeiten
- erproben und demonstrieren Grundfertigkeiten des Badmintonspiels
- erarbeiten, erproben und bewältigen einfache individual- und gruppentaktische Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen
- analysieren Spielsituationen nach vorgegebenen Kriterien
- beherrschen die Fachsprache und Regeln im Badminton
- organisieren Übungssituationen selbstständig
- korrigieren sich gegenseitig, unterstützen den Lernprozess ihrer Mitschüler und Mitschülerinnen und passen Übungssequenzen und Präsentationen weniger leistungsstarken Schülerinnen und Schüler an.

Inhalte:

- Erlernen und Trainieren verschiedener Techniken des Badmintonspiels, z.B. Aufschlag(varianten), Überkopf-Clear, Überkopf-Drop, Smash, Unterhandschläge (Vor- und Rückhand); zur Binnendifferenzierung möglich: Drive, Rückhand-Überkopf-Clear
- Entwickeln der badmintonspezifischen Spielfähigkeit, d. h. des individuellen Angriffs- und Verteidigungsverhaltens (z.B. Platzierung, Tempo, Flugkurve, sowie Stellungsspiel und Schlagauswahl)
- Variable Anwendung im Einzel- und im Doppelspiel
- Bewegungs- und Spielanalyse, ggf. auch mediengestützt



Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Demonstrieren ausgewählter badmintonspezifischer Grundfertigkeiten
- Erarbeiten, Erproben und Bewältigen situationsangepasster taktischer Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen im Einzel und im Doppel
- sportartspezifische Fitness

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht; z.B. Bewegungs- und Spielanalyse inkl. Formulierung von Bewegungskorrekturen
- Fair Play
- ggf. Übernahme von Unterrichtsteilen; z.B. Aufwärmen, Stationstraining o.ä.

Unterrichtsmaterial:

- Hallensportschuhe mit heller, abriebfester Sohle
- Badmintonschläger
- Wegen hoher Verschleißkosten wird ein Unkostenbeitrag von 3€ pro Schülerin und Schüler für Badmintonbälle erhoben



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeld Spielen – Schwerpunkt Basketball (Bewegungsfeldgruppe B)

Leitidee:

Erarbeitung und Erprobung spezifischer Techniken und Taktiken zur Verbesserung der Spielfähigkeit im Basketball.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- trainieren basketballspezifische motorische Fertigkeiten.
- erproben und demonstrieren Grundfertigkeiten des Basketballspiels.
- erarbeiten, erproben und bewältigen einfache individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen.
- analysieren Spielsituationen nach vorgegebenen Kriterien und reflektieren Handlungsalternativen.
- beherrschen die Fachsprache und Regeln im Basketball.
- organisieren Übungssituationen selbstständig.
- korrigieren sich gegenseitig, unterstützen den Lernprozess ihrer Mitschüler/-innen und passen Übungssequenzen und Präsentationen weniger leistungsstarken Schüler/-innen an.

Inhalte:

- Erlernen und Trainieren verschiedener Techniken des Basketballspiels, z.B. Stand- und Sprungwurf, Korbleger (links wie rechts), Dribbling mit diversen Finten
- Entwickeln der basketballspezifischen Spielfähigkeit, d. h. des individuellen und gruppentaktischen Angriffs- und Verteidigungsverhaltens (z.B. Wurf- und Durchbruchfinte, *Give and Go*, Auffüllen der Positionen, Block stellen, Manndeckung, Spiel auf verschiedenen Positionen)
- Bewegungs- und Spielanalyse, ggf. auch mediengestützt

Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Demonstrieren ausgewählter basketballspezifischer Grundfertigkeiten
- Erarbeiten, Erproben und Bewältigen situationsangepasster taktischer Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen (Niveau der Spielfähigkeit in unterschiedlichen Mannschaftsgrößen)
- sportartspezifische Fitness

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht; z.B. Bewegungs- und Spielanalyse
- Fair Play
- ggf. Übernahme von Unterrichtsteilen; z.B. Aufwärmen, Stationstraining o.ä.



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeld Spielen – Schwerpunkt Fußball (Bewegungsfeldgruppe B)

Leitidee:

Erarbeitung und Erprobung spezifischer Techniken und Taktiken zur Verbesserung der Spielfähigkeit im Fußballspiel

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- trainieren fußballspezifischer motorischer Fähigkeiten
- erproben und demonstrieren Grundfertigkeiten des Fußballspiels
- erarbeiten, erproben und bewältigen einfache individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen
- analysieren Spielsituationen nach vorgegebenen Kriterien
- beherrschen die Fachsprache und Regeln im Fußball
- organisieren Übungssituationen selbstständig
- korrigieren sich gegenseitig, unterstützen den Lernprozess ihrer MitschülerInnen und passen Übungssequenzen und Präsentationen weniger leistungsstarken SchülerInnen an

Inhalte:

- Erlernen und Trainieren verschiedener Techniken des Fußballspiels, z.B. Varianten zum Passen und Stoppen, Dribbling mit diversen Finten, Varianten zum Torschuss
- Entwickeln der fußballspezifischen Spielfähigkeit, z.B. individuelles und gruppentaktisches Verteidigungs- und Angriffsverhalten, Spiel auf verschiedenen Positionen
- Bewegungs- und Spielanalyse, ggf. auch mediengestützt

Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Demonstrieren ausgewählter fußballspezifischer Grundfertigkeiten
- Erarbeiten, Erproben und Bewältigen situationsangepasster taktischer Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen (Niveau der Spielfähigkeit in unterschiedlichen Mannschaftsgrößen)
- sportartspezifische Fitness

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht; z.B. Bewegungs- und Spielanalyse
- Fair Play
- ggf. Übernahme von Unterrichtsteilen; z.B. Aufwärmen, Stationstraining o.ä.

Materialhinweise:

- ggf. Noppenschuhe (Stollenschuhe sind verboten!) und Schienbeinschoner



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeld: Spielen – Schwerpunkt Handball (Bewegungsfeldgruppe B)

Leitidee:

Erarbeitung und Erprobung spezifischer Techniken und Taktiken zur Verbesserung der Spielfähigkeit im Handball.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- trainieren handballspezifische motorische Fähigkeiten
- erproben und demonstrieren Grundfertigkeiten des Handballspiels
- erarbeiten, erproben und bewältigen einfache individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen
- analysieren Spielsituationen nach vorgegebenen Kriterien
- beherrschen die Fachsprache und Regeln im Handball
- organisieren Übungssituationen selbstständig
- korrigieren sich gegenseitig, unterstützen den Lernprozess ihrer MitschülerInnen und passen Übungssequenzen und Präsentationen weniger leistungsstarken SchülerInnen an

Inhalte:

- Erlernen und Trainieren verschiedener Techniken des Handballspiels, z.B. Passen/ Fangen, Stemm- und Sprungwurf, Prellen, Abwehrhaltung
- Entwickeln der handballspezifischen Spielfähigkeit, d. h. des individuellen und gruppentaktischen Angriffs- und Verteidigungsverhaltens (z.B. Wurf- und Durchbruchfinte, Tempospiel, Positionsspiel, Überzahlspiel, Zusammenhalt in der Abwehr)
- Bewegungs- und Spielanalyse, ggf. auch mediengestützt

Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Demonstrieren ausgewählter handballspezifischer Grundfertigkeiten
- Bewältigen situationsangepasster taktischer Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen
- sportartspezifische Fitness

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht; z.B. Bewegungs- und Spielanalyse
- Fair Play
- Einsatzbereitschaft
- Mannschaftsdienliches Verhalten
- ggf. Übernahme von Unterrichtsteilen; z.B. Aufwärmen, Stationstraining o.ä.



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeld Spielen – Schwerpunkt Tischtennis (Bewegungsfeldgruppe B)

Leitidee:

- Erarbeitung und Erprobung spezifischer Fähigkeiten und Fertigkeiten in festgelegten und variablen Spielsituationen.
- Entwicklung, Erprobung und Anwendung von individualtaktischen Maßnahmen im Angriffs- und Abwehrverhalten auf Basis von vorgegebenen Problemsituationen.
- Analyse und Bewertung von Lösungen für komplexe Spielsituationen im Hinblick auf Effektivität und Funktionalität.
- Verbesserung der Spielfähigkeit im Einzel- und Doppelspiel.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- trainieren tischtennisspezifische motorische Fähigkeiten
- erproben und demonstrieren Grundfertigkeiten des Tischtennispiels
- erarbeiten, erproben und bewältigen einfache individual- und gruppentaktische Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen
- analysieren Spielsituationen nach vorgegebenen Kriterien
- beherrschen die Fachsprache und Regeln im Tischtennis
- organisieren Übungssituationen selbstständig
- korrigieren sich gegenseitig, unterstützen den Lernprozess ihrer Mitschülerinnen und Mitschüler und passen Übungssequenzen und Präsentationen weniger leistungsstarken Schülerinnen und Schüler an

Inhalte:

- Erlernen und Trainieren verschiedener Techniken des Tischtennispiels, z.B. Aufschlag, Konterschläge (Vor- und Rückhand), Schupfschläge (Vor- und Rückhand), Topspin, Block, Ballonabwehr
- Entwickeln der tischtennisspezifischen Spielfähigkeit, d. h. des individuellen Angriffs- und Verteidigungsverhaltens (z.B. Platzierung, Tempo, Flugkurve und Rotation sowie Stellungsspiel und Schlagauswahl)
- Variable Anwendung im Einzel- und im Doppelspiel
- Bewegungs- und Spielanalyse, ggf. auch mediengestützt



Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Demonstrieren ausgewählter tischtennisspezifischer Grundfertigkeiten
- Erarbeiten, Erproben und Bewältigen situationsangepasster taktischer Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen im Einzel und im Doppel
- sportartspezifische Fitness

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht; z.B. Bewegungs- und Spielanalyse inkl. Formulierung von Bewegungskorrekturen
- Fair Play
- ggf. Übernahme von Unterrichtsteilen; z.B. Aufwärmen, Stationstraining o.ä.

Unterrichtsmaterial:

- Hallensportschuhe mit heller, abriebfester Sohle
- Tischtennisschläger
- Wegen hoher Verschleißkosten wird ein Unkostenbeitrag von 3€ pro Schülerin und Schüler für Tischtennisbälle erhoben



Kursausschreibung Sport-Ergänzungskurs: Bewegungsfeld Spielen – Schwerpunkt Volleyball (Bewegungsfeldgruppe B)

Leitidee:

Erarbeitung und Erprobung spezifischer Techniken und Taktiken zur Verbesserung der Spielfähigkeit im Volleyballspiel und Förderung der Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit innerhalb volleyballspezifischer Spielsituationen.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- trainieren volleyballspezifische motorische Fertigkeiten.
- erproben und demonstrieren Grundfertigkeiten des Volleyballspiels.
- erarbeiten, erproben und bewältigen einfache individual-, gruppen- und manschaftstaktische Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen.
- analysieren Spielsituationen nach vorgegebenen Kriterien und reflektieren Handlungsalternativen.
- beherrschen die Fachsprache und Regeln im Volleyball.
- organisieren Übungs- und Spielsituationen selbstständig unter verschiedenen methodischen und didaktischen Zielsetzungen.
- verhalten sich fair in Bezug auf die Anerkennung von unterschiedlichen Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen.
- korrigieren sich gegenseitig, unterstützen den Lernprozess ihrer MitschülerInnen und wenden Strategien zur Lösung von Konflikten an.

Inhalte:

- Erlernen und Trainieren individualtechnischer Handlungsfertigkeiten, z.B. oberes und unteres Zuspiel mit Varianten, Angaben von oben und unten, Angriff longline und diagonal, Einer- bzw. Zweierblock.
- Entwickeln manschaftstaktischen Verhaltens in Angriff und Abwehr, z.B. Blocksicherung, Abwehr- bzw. Angriffspositionen, Angriffsschläge und Finten.
- Bewegungs- und Spielanalyse, ggf. auch mediengestützt



Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Demonstrieren ausgewählter volleyballspezifischer Grundfertigkeiten
- Erarbeiten, Erproben und Bewältigen situationsangepasster taktischer Maßnahmen in Angriffs- und Abwehrsituationen (Niveau der Spielfähigkeit in unterschiedlichen Mannschaftsgrößen)
- sportartspezifische Fitness

Prozessbezogene Kompetenzen

- Mitarbeit im Unterricht; z.B. Bewegungs- und Spielanalyse
- Fair Play
- ggf. Übernahme von Unterrichtsteilen; z.B. Aufwärmen, Stationstraining, Arrangieren von Lern- und Übungssituationen.

Materialhinweise:

- Hallensportschuhe mit heller Sohle, ggf. Knieschützer.