

Jahresplanung für die Qualifikationsphase - Profil 1: Schwimmen + Badminton

Bewegungsfelder/ Sportbereiche (BF/SB) und inhaltliche Kerne (IK)	Inhaltsfelder (IF) und inhaltliche Schwerpunkte	Themen der Unterrichtsvorhaben (UV)	Bezug zu den bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen (BWK)	Bezug zu den bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen (SK/MK/UK)
<p>Bewegen im Wasser- Schwimmen (BF/SB 4)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sportschwimmen: Brustschwimmen, Start- und Wende- Technik • Bewegungskunst- stücke und Bewegungsgestal- tung im Wasser 	<p>a.Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (IFa) <p>b.Bewegungsgestaltung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien (IFb) 	<p>UV 1: Brustschwimmen unter Beachtung methodischer Prinzipien und physikalischer Besonderheiten</p> <p>UV 2: Vom Kunststück zum Wasserballett</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Brustschwimmen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen • Physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungs- situationen nutzen, um Bewe- gungstechniken zieleffizient auszuführen bzw. um Bewe- gungen kreativ zu gestalten 	<ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK1) • Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK1) • Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK1) • Präsentationen kriterien- geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK1)
<p>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerspiele: Badminton-Einzel 	<p>e.Kooperation und Konkurrenz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (IFe) 	<p>UV 3: Erfolgreich im Badminton-Einzelspiel: Technische und taktische Handlungsgrundlagen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Im Badminton-Einzelspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch- koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> • Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK1) • Individualtaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK2)

Jahresplanung Qualifikationsphase

Bewegungsfelder/ Sportbereiche (BF/SB) und inhaltliche Kerne (IK)	Inhaltsfelder (IF) und inhaltliche Schwerpunkte	Themen der Unterrichtsvorhaben (UV)	Bezug zu den bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen (BWK)	Bezug zu den bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen (SK/MK/UK)
<p>Bewegen im Wasser - Schwimmen (BF/SB4)</p> <ul style="list-style-type: none"> Sportschwimmen: Kraulschwimmen, Start- und Wende-techniken Wasserball 	<p>d. Leistung</p> <ul style="list-style-type: none"> Trainingsplanung und -organisation (IFd) <p>e. Kooperation und Konkurrenz</p> <ul style="list-style-type: none"> Fairness und Aggression im Sport (IFe) 	<p>UV 4: Leistungssteigerung im Kraulschwimmen</p> <p>UV 5: Fairness im Wasserballspiel</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kraulschwimmen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen Beim Ballspielen im Wasser Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten fair und kooperativ anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> Die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch) (MK1) Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK2) Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK2) Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK1)
<p>Spielen in und mit Regelstrukturen-Sportspiele (BF/SB 7)</p> <ul style="list-style-type: none"> Partnerspiele: Badminton-Doppel 	<p>e. Kooperation und Konkurrenz</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (IFe) <p>a. Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</p> <ul style="list-style-type: none"> Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (IFa) 	<p>UV 6: Technik und Taktik im Badminton-Doppel</p>	<ul style="list-style-type: none"> Badminton-Doppelspiel: grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-kooperativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> Gruppentaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK2) Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK2)

Jahresplanung Qualifikationsphase

Bewegungsfelder/ Sportbereiche (BF/SB) und inhaltliche Kerne (IK)	Inhaltsfelder (IF) und inhaltliche Schwerpunkte	Themen der Unterrichtsvorhaben (UV)	Bezug zu den bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen (BWK)	Bezug zu den bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen (SK/MK/UK)
<p>Bewegen im Wasser - Schwimmen (BF/SB4)</p> <ul style="list-style-type: none"> Sportschwimmen: Delphin ausdauerndes Schwimmen 	<p>a. Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <ul style="list-style-type: none"> Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (IFa) <p>f. Gesundheit</p> <ul style="list-style-type: none"> Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit Gesundheitliche Nutzen und Risiken des Sporttreibens (IFf) 	<p>UV 7: Delphinschwimmen – die Koordination führt zum Ziel</p> <p>UV 8: Ausdauer trainieren</p>	<ul style="list-style-type: none"> Delphinschwimmen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen Sportartenspezifische Ausdauer (LZA 30 Min.) in einer Schwimmarart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren 	<ul style="list-style-type: none"> Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK1) Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK2) Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK1) Gesundheitsfördernde und –schädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK1) positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen Körperbildern, beurteilen (UK1)
<p>Spielen in und mit Regelstrukturen (BF/SB 67)</p> <ul style="list-style-type: none"> Mannschaftsspiel: Kurswahl 	<p>e. Kooperation und Konkurrenz</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (IFe) <p>c. Wagnis und Verantwortung</p> <ul style="list-style-type: none"> Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (IFc) 	<p>UV 9: Als Team siegen im gewählten Mannschaftsspiel</p>	<ul style="list-style-type: none"> In dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK2) Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK1)

Jahresplanung Qualifikationsphase

Bewegungsfelder/ Sportbereiche (BF/SB) und inhaltliche Kerne (IK)	Inhaltsfelder (IF) und inhaltliche Schwerpunkte	Themen der Unterrichtsvorhaben (UV)	Bezug zu den bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen (BWK)	Bezug zu den bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen (SK/MK/UK)
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4) <ul style="list-style-type: none"> • Sportschwimmen: Rückenschwimmen, Lagenschwimmen, Start- und Wendetechniken 	d. Leistung <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungs- erscheinungen (IFd) 	UV 10: Mit dem Rückenkrauln ist das Lagenschwimmen komplett	<ul style="list-style-type: none"> • Rückenschwimmen unter Berücksichtigung der Atem- technik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen • Lagenschwimmen wettkampfgerecht ausführen 	<ul style="list-style-type: none"> • Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläu- tern (SK1) • Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungs- begrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten) beurteilen (UK1)
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) <ul style="list-style-type: none"> • Partnerspiele: Badminton 	e. Kooperation und Konkurrenz <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (IFe) 	UV 11: Erfolgreich im Badmintonturnier	<ul style="list-style-type: none"> • Im Badminton grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden(MK1)