

Kursprofil

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik // Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball

Inhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

	UV	BF SB	BWK	LB	IF	SK	MK	UK	LB
1	Diagnose und Wiederholung der individualtechnischen Handlungsfähigkeiten	7 SP	im Basketballspiel mit Hilfe unterschiedlicher Konzepte des motorischen Lernens grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten reflektiert anwenden	Anwendung in spielgenäßen Übungssituationen sowie im Streetball und Ganzfeldspiel / Bewegungsbeschreibung technischer Merkmale	a	unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben	Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden	unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen	
2	Stomp -Basketball im Rhythmus	7 SP	Gestaltung Basketball: spezifische Dribbling- und Passbewegungen in der Gruppe auf Basis verschiedener Gestaltungskriterien	Präsentation der Bewegungs-gestaltung	b	Ausführungs- und Gestaltungskriterien bei Bewegungs-gestaltungen anhand von Indikatoren erläutern		Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen	
3	Sprünge in der Leichtathletik	3 LA	Erlernen ausgewählter leichtathletischer Disziplinen aus dem Sprungbereich und Verbesserung der Leistungsfähigkeit (vielfältige Formen des Springens in Hoch-, Weit- und Dreisprung)	Überprüfung von Weiten und Höhen (s. Bewertungstabelle S II) sowie der Ausführungsqualität	a d	Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern, zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern	Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden	Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten)hin beurteilen	
4	Verbesserung der individualtaktischen Handlungsmaßnahmen im Basketball	7 SP	Erarbeitung und Erweiterung individualtaktischen Verteidiger- und Angreiferhaltens in unterschiedlichen Anforderungssituationen im Spiel	Bewegungs-demonstration in spielgemäßen Übungssituationen sowie Spielbeobachtung im Spiel 3:3 auf einen Korb sowie im Ganzfeldspiel 5:5	d	zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern	die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Spielbeobachtungsbögen)	Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (Druckbedingungen) hin beurteilen	

Kursprofil

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik // Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball

Inhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

	UV	BF SB	BWK	LB	IF	SK	MK	UK	LB
5	Bewegungsspiele aus unterschiedlichen Kulturkreisen	7 SP	Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. Flag Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiac, Korbball, Prellball, Rugby usw.) Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	Spielbeobachtung	e	die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern	Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.	die Eignung von einzelnen Sportspielen allgemein sowie von einzelnen Regeln im Speziellen beurteilen	
6	Erarbeitung und Verbesserung gruppentaktischer Handlungsmaßnahmen im Basketball	7 SP	im Ganzfeldspiel situationsadäquate und komplexe Handlungsmöglichkeiten im Über- wie im Unterzahlspiel im Angriffsaufbau sowie in der Verteidigung entwickeln und vertiefen	Bewegungs-demonstrationen in spielgemäßen Übungssituationen sowie Spielbeobachtung im Ganzfeldspiel 5:5	e	die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern	Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden	die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen	
	UV	BF SB	BWK	LB	IF	SK	MK	UK	LB
7	Ausdauer trainieren	3 LA	Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung im ausdauernden Laufen	Leistungsüberprüfung	d f	physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern.	Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführendie Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio)	positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen beurteilen	
8	Immer gegen die Großen!? –	7 SP	Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen im Spiel mit	bewertungsfreier Raum!	c e	Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude,	Wettkampffregeln begründet abändern und bei der	die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in	

Kursprofil

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik // Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball

Inhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

	Umgang mit Sieg und Niederlage in ungleichen Rahmenbedingungen		ungleichen Leistungsvoraussetzungen			Frustration, Angst) erläutern	Durchführung von Wettkämpfen anwenden	sportlichen Handlungsund Wettkampfsituationen beurteilen	
9	Wir trainieren fürs Sportabzeichen – einen Leichtathletikmehrkampf vorbereiten und durchführen	3 LA	die Techniken in einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin optimieren und einen leichtathletischen Vierkampf in einer Wettkampfsituation (einschließlich einer Ausdauerleistung) organisieren und durchführen	Überprüfung von Weiten und Höhen (s. Bewertungstabelle S II) sowie der Ausführungsqualität	d	zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern	Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen	Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (Druckbedingungen)hin beurteilen	