



Kernlehrplan Sport Sek II (Qualifikationsphase)

Kursprofil LK Sport – Sequenzbildung

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen	3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele
E – Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen	sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a-f

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen		
				w	f	Theorie
Q1.1.	BF 3 → BWK 3.1	SK a3	UV 1: Erproben und Trainieren von leichtathletischen Lauf- und Sprungdisziplinen	X	X	Einführung in die Bewegungslehre: Struktur und Funktion sportlicher Bewegung Morphologische und funktionale Analyse sportlicher Bewegungen (Vergleich Phasenmodell nach Meinel, Funktionsanalyse nach Göhner) Biomechanische Prinzipien in Theorie und Praxis,
		SKd1 SKd2				



Q1.1.	BF 7 → BWK 7.1	UK a1	UV 3: Entwickeln und Durchführen von Spiel- und Übungsformen zur Verbesserung der Volleyballtechnik (oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag)		X	<i>Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (methodische Übungsreihen und Prinzipien), Lernstufenmodell</i>
	BF 3 → BWK 3.5	SK d1	UV 4: Verbesserung der Hochsprungtechnik	X	X	<i>Konzept der koordinativen Fähigkeiten (nach Meinel), koordinatives Grundlagentraining im Kindes- und Jugendalter, Problematik der Trainierbarkeit der koordinativen Fähigkeiten</i>
Q1.2	BF 7 → BWK 7.2 u. 7.3	SK e1 MK e1 UK e1	UV 5: Sportspiele regeln am Beispiel der Mannschaftssportart Fußball und Entwickeln von Fußball- Handicap-Variationen			<i>Erscheinungsformen von Aggression, Aggressivität und Fairness, Theorien zur Entstehung von Aggressionen, Fairness und Fairplay, Fanprojekte</i>
	BF4 → BWK 4.2	SK d1 UK d1	UV 6: Analyse und Vergleich verschiedener Schwimmtechniken, ausdauerndes Schwimmen	X		<i>Fehleranalyse</i>
	BF 7 → BWK 1u.2	MK a1	UV 7: Verbesserung des Angriffsschlags und Abwehrblocks im Volleyballspiel in der Halle und im Beach-Volleyballfeld	X		<i>KAR-Modell nach Neumaier, Anwendung auf das Sportspiel Volleyball, Koordinationstraining und Methoden beim Erlernen von Sportspielen</i>



	BF 3 → BWK 3.1 u. 3.2	MK a1 MK d1 MK d2 SK d1 SK d2	UV 8: Entwickeln eines persönlichen leichtathletischen Dreikampfprofils + Ausdauerleistung und Training für einen Wettkampf in eigener Verantwortung	x	x	
Q2.1	BF 3 → BWK 3.1	MK a1 UK a1 SK a3	UV 9: Einführung und Training von leichtathletischen Wurfdisziplinen – Speer- und Diskuswurf	x	x	<i>Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (unterschiedliche Methoden)</i>
	BF 3 → BWK 3.1 3.2 3.3	MK d1 MK d2 UK d1	UV 10: Planung und Durchführung von Krafttraining			<i>Trainingsprinzipien, Wirken von Trainingsprozessen, Grundlagen der Belastungssteuerung und Anpassungsauslösung Bewegungsapparat- Muskelaufbau und – kontraktion Formen der Kraft, Organisationsformen von Krafttraining, Krafttrainingsmethoden</i>
	BF 5 → BWK ?		UV 11: Selbstständiges Erlernen ausgewählter Elemente der Sportart Parours und Entwickeln und Überqueren einer Gerätekombination			<i>Motive und Ziele sportlichen Handelns, Grundlagen der Leistungsmotivation sowie Motivationstypen und Kausalattribution</i>
						<i>Einzel- und Gruppentaktik in Sportspielen</i>



	BF 7 → BWK 1 u.2	MK a1	UV 12: Entwickeln der Abiturpraxisprüfung Volleyball mit taktischen Schwerpunktsetzungen	x		
Q2.2	BF 6 → BWK ?		UV13: Fitnessstraining: Erproben der „Fitnesssportart“ Zumba und Erstellen einer Kür			<i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, enger und weiter Gesundheitsbegriff, Vergleich von Gesundheitskonzepten (Risikofaktorenmodell, Salutogenesemodell), Fitness als Grundbedürfnis mit unterschiedlicher Zielausrichtung, Muskuläre Dysbalancen</i>
	BF 3 → BWK 3.1	MK a1 MK d1 MK d2 SK d1 SK d2	UV 14: Verbesserung der individuellen Leistungsfähigkeit in den Ausdauerdisziplinen durch verschiedene Arten von Orientierungsläufen, Training ausgewählter Inhalte zur Vorbereitung auf die LA- und Ausdauer-Abiturprüfung	x	x	<i>Verfahren zur Leistungsdiagnostik im Ausdauerbereich, Conconi-Test, Laktatmessungen, Vertiefung trainingswissenschaftlicher Themen</i>
	BF 7 → BWK 1 u.2	MK a1	UV 15: Verbesserung der Spielfähigkeit im Volleyball im Spiel 4:4 zur Vorbereitung auf die Abiturprüfung	x		<i>Wiederholung theoretischer Kursinhalte</i>

