

Kursprofil für die Q-Phase 2018 – 2020

Zweistündiger Kurs – Abiturprüfung nicht möglich!

Endzonenspiele – Fitness/Laufen – Wintersport

Wichtige Voraussetzungen

- *Bereitschaft in den Weihnachtsferien vom 05.01.2019 – 12.01.2019 auf Skiexkursion zu fahren – Unkosten pro Schüler ohne Skiverleih ca. 340 Euro*
- *Bereitschaft auch außerhalb des Schulsports für Leistungsüberprüfungen zu trainieren*
- *Spaß und Begeisterungsfähigkeit für Sporttheorie und -praxis !*

Perspektiven	<ol style="list-style-type: none"> 1. Soziale Interaktion 2. Leisten 3. Gesundheit 4. Wagnis 								
Inhaltsfelder (Sportpraxis) (mit oder ohne Sportartenbezug)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Den Körper trainieren, die Fitness verbessern (verbindlich) 2. Spielen, Laufen, Werfen 3. Gleiten mit Geräten 								
<u>Inhaltsfelder</u> (Sporttheorie)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sportliches Handeln im personalen Kontext 2. Sportliches Handeln im sozialen Kontext 3. Sportliches Handeln im gesellschaftlichen Kontext 								
<u>Themenfelder</u>	<table border="1"> <tr> <td>Q1</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> - Sportliche Handlungssituationen gemeinsam entwickeln - Fitness erhalten und steigern - Mit und gegeneinander spielen </td> </tr> <tr> <td>Q2</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> - Anforderungsprofile von Sportarten beschreiben - Sportliche Handlungssituationen gestalten - Fitness erhalten und steigern </td> </tr> <tr> <td>Q3</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> - Gesund ernähren – Leistung bringen - Bewegungen verstehen - Sportliche Handlungssituationen gestalten - Mit und gegeneinander spielen </td> </tr> <tr> <td>Q4</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> - Sport treiben – Verletzungen vermeiden - Etwas wagen und riskieren - Sport treiben – den Alltag gestalten </td> </tr> </table>	Q1	<ul style="list-style-type: none"> - Sportliche Handlungssituationen gemeinsam entwickeln - Fitness erhalten und steigern - Mit und gegeneinander spielen 	Q2	<ul style="list-style-type: none"> - Anforderungsprofile von Sportarten beschreiben - Sportliche Handlungssituationen gestalten - Fitness erhalten und steigern 	Q3	<ul style="list-style-type: none"> - Gesund ernähren – Leistung bringen - Bewegungen verstehen - Sportliche Handlungssituationen gestalten - Mit und gegeneinander spielen 	Q4	<ul style="list-style-type: none"> - Sport treiben – Verletzungen vermeiden - Etwas wagen und riskieren - Sport treiben – den Alltag gestalten
Q1	<ul style="list-style-type: none"> - Sportliche Handlungssituationen gemeinsam entwickeln - Fitness erhalten und steigern - Mit und gegeneinander spielen 								
Q2	<ul style="list-style-type: none"> - Anforderungsprofile von Sportarten beschreiben - Sportliche Handlungssituationen gestalten - Fitness erhalten und steigern 								
Q3	<ul style="list-style-type: none"> - Gesund ernähren – Leistung bringen - Bewegungen verstehen - Sportliche Handlungssituationen gestalten - Mit und gegeneinander spielen 								
Q4	<ul style="list-style-type: none"> - Sport treiben – Verletzungen vermeiden - Etwas wagen und riskieren - Sport treiben – den Alltag gestalten 								
Bildungsstandards	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bewegungskompetenz (B1-B6) 2. Beurteilungs- und Entscheidungskompetenz (U1-U7) 3. Teamkompetenz (T1-T5) <p>(Für Details, siehe KCGO-Sport, 2016, S.25ff.)</p>								
Praktische Inhalte	<ol style="list-style-type: none"> 1. Individuelle Spieltechniken in verschiedenen Sportspielen verbessern und spieltaktische Varianten erarbeiten, erlernen und im Spiel umsetzen. 2. Kennenlernen verschiedener Fitnessbereiche. 3. Verbesserung der individuellen Ausdauer. 4. Wintersportexkursion mit Schwerpunkt Ski und Snowboard. Erlernen und verbessern individueller Fahrtechniken für ein sicheres Fahren bei wechselnden Gelände- und Schneebedingungen. 								

<p>Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens</p>	<p>1. Verfahren zur Lösung bewegungsbezogener Aufgabenstellungen 3. Anwendung und Beurteilung von Trainingsmethoden 4. Bewegungsbeobachtung und -korrekturen 5. Mitgestaltung des Unterrichts durch Übernahme von Leitungs- und Coachingaufgaben</p>
<p>Bewertung mit Bezug auf die Inhaltsfelder und Bildungsstandards</p>	<p>Es gelten die allgemeinen Grundsätze und Bestimmungen für die Bewertung und Beurteilung von Schülerleistungen. Dabei gelten folgende Gewichtungen: -> kontinuierliche Leistungsbereitschaft im sportpraktischen Unterrichtsgeschehen (Anwesenheit !!, Arbeitseinstellung, konzentriertes Auseinandersetzen mit den Aufgaben, Fairness und Kooperationsbereitschaft). -> Leistungsüberprüfungen im Unterrichtsverlauf (Demonstration von Spieltechniken und Spielfähigkeit, Ausdauerlauf und Fitnesstest, Ski- bzw. Snowboardtechnikdemonstration). -> Ausarbeitung bzw. Vorstellung der individuellen Unterrichtsbeiträge und das Leistungsvermögen in den kognitiven Phasen (Unterrichtsgespräche)</p>