

Kursprofil

Bewegungsfelder: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik // Spielen in und mit Regelstrukturen – **Volleyball**
 Inhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

	UV	BF SB	BWK	LB	IF	SK	MK	UK	LB
1	Diagnose und Wiederholung der Grundschnläge	7 SP	im Volleyballspiel mit Hilfe unterschiedlicher Konzepte des motorischen Lernens grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten reflektiert anwenden	Demonstration der Grund-techniken, Anwendung im Spiel 3:3 und Bewegungsbe-schreibung der Grundtechniken	a	Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben		unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr., Auswahl und Bewältigung von adäquaten Übungsformen
2	BallKoRobics – Volleyball mal anders	7 SP	Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum	Präsentation der Bewegungsge-staltung	b	Ausführungs- und Gestaltungskriterien bei Bewegungs-gestaltungen anhand von Indikatoren erläutern		Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr., kriterien-geleitetes Feedback zu Präsentationen von Mitschülern
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 Ausführungs-qualität	a d	Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern, zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungs-fähigkeit erläutern	Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden	Anforderungs-situationen im Sport auf ihre leistungs-begrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten) hin beurteilen	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr.

Kursprofil

Bewegungsfelder: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik // Spielen in und mit Regelstrukturen – **Volleyball**

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

	UV	BF SB	BWK	LB	IF	SK	MK	UK	LB
4	Einüben gruppentaktischer Maßnahmen in komplexen Situationen zur Verbesserung der Spielfähigkeit vom 3:3 zum 6:6	7 SP	in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Spielverhalten bewältigen	Demonstration der Grundtechniken und deren Anwendung im 6:6	e	die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern	Spielregeln erläutern und bei der Durchführung von Spielen anwenden	die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Spielsituationen beurteilen	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr.
5	Erweiterung der Bewegungserfahrung in Angriffs- u. Abwehrsituationen unter wettkampfnahen Bedingungen	7 SP	im Volleyballspiel mit Hilfe unterschiedlicher Konzepte des motorischen Lernens grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten reflektiert anwenden	Demonstration der erlernten Angriffs- und Abwehrtechniken (Smash/ Lob/ Block) und deren Anwendung im 6:6	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	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr., Dokumentation und Auswertung der Beobachtungsbögen
6	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 durchführen, die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio)	positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdiffernten Körperbildern beurteilen	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr., Trainingstagebuchauswertung

Kursprofil

Bewegungsfelder: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik // Spielen in und mit Regelstrukturen – **Volleyball**

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

	UV	BF SB	BWK	LB	IF	SK	MK	UK	LB
7	Weiterentwicklung des kollektiven Spiels Volleyball unter dem besonderen Aspekt der Spezialisierung	7 SP	in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Spielverhalten bewältigen	Demonstration der Grundtechniken und deren Anwendung im 6:6	e	die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern	individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen	die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Spielsituationen beurteilen	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr.
8	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	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr.
9	Wie unfair kann Volleyball sein !? – Umgang mit Sieg und Niederlage	7 SP	Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen im Spiel mit ungleichen Leistungsvoraussetzungen	Bewertungsfreier Raum!	c e	Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern	Spielregeln begründet abändern und bei der Durchführung von Spielen anwenden	die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Spielsituationen beurteilen	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr., Gestaltung von fairen Spielsituationen bei ungleichen Voraussetzungen