

Fachcurriculum Sport Sek II

Profilfach



1. Unterrichtsinhalte:

	Theorie	Praxis*
E.1	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Motive des Sports – psychologische Aspekte: Warum treiben Menschen Sport? ▪ Motive und Wirkungen des Sports – soziologische Aspekte: Welche Bedeutung hat Sport für die Gesellschaft? ▪ Aufbau und Funktion des passiven Bewegungsapparates: Knochen und große Gelenke wie Wirbelsäule, Knie, Hüfte, Schulter etc. ▪ Kenntnis der größten Muskeln des Rumpfes und der Extremitäten sowie ihrer Funktionen ▪ Aufbau und Arbeitsweise der Skelettmuskulatur ▪ Sportverletzungen und -schäden/ Erstversorgung 	Schwimmen oder Leichtathletik, Volleyball, Badminton
E.2	<p>Sportpädagogische Grundlagen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Didaktische methodische Grundlagen der Vermittlung von Bewegungen ▪ Planung und Aufbau einer Sportstunde <p>Trainingswissenschaft</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundbegriffe der Trainingswissenschaft: sportliche Leistungsfähigkeit, Trainingsprinzipien, -ziele, -inhalte, -mittel, -methoden, Belastungskomponenten ▪ Motorische Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit, koordinative Fähigkeiten): Bedeutung für die sportliche Praxis 	Fitness, Basketball, Fußball, Turnen
Q1.1	<p>Trainingswissenschaft und Sportphysiologie</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Training der einzelnen motorischen Fähigkeiten: Trainingsformen und –methoden (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination): physiologische Grundlagen, 	Fitness, Leichtathletik, Basketball
Q1.2	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Doping: Definition (NADA-Code), Wirkungen und Gefahren besonders häufig benutzter Mittel und Methoden (Anabolika, Epo, Blutdoping, Stimulanzen, Narkotika, Wachstumshormone, Gendoping) 	Fußball, Leichtathletik

*Bei den Praxisinhalten handelt es sich um mögliche Themen. Praxisinhalte werden gemäß Vorgaben der Fachanforderungen Sport zusammen mit den Schülerinnen und Schülern zu Beginn des Schuljahres festgelegt. Es besteht kein Anspruch auf eine bestimmte Sportart. Die endgültige Entscheidung über die Festlegung der Praxisinhalte obliegt der Lehrkraft.

Q2.1	<p>Bewegungslehre</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewegungsbeschreibung und -analyse von außen I <ul style="list-style-type: none"> ○ Phasenanalyse nach MEINEL ○ Funktionsanalyse nach GÖHNER ○ sichtbare Bewegungsmerkmale (Bewegungsumfang, -tempo, -rhythmus, -stärke, -kopplung) ▪ Bewegungsbeschreibung und -analyse von außen II: Grundlagen der Biomechanik (Kinematik, Dynamik, biomechanische Prinzipien) ▪ Bewegungen von innen betrachtet (Bewegungssteuerung): <ul style="list-style-type: none"> ○ Steuerung von Reflexen ○ Begriff der Bewegungshandlung ○ Modelle der Bewegungssteuerung: Regelkreismodell (nach SCHNABEL), die Theorie der generalisierten motorischen Programme, Schema-Theorie (SCHMIDT) ▪ Bewegungslernen (= motorisches Lernen): <ul style="list-style-type: none"> ○ Lernen in Phasen nach MEINEL/SCHNABEL ○ motorisches Lernen als Erwerb und Erweiterung motorischer Programme (Schema-Theorie nach SCHMIDT) ○ differentielles Lernen ▪ Vermittlung sportlicher Bewegungen: Teil- und Ganzlernmethode, methodische Prinzipien (z.B. Prinzip der verminderten Lernhilfe) ▪ Motorische Entwicklung/ Entwicklungsstufen 	Badminton, Basketball,
Q2.2	<p>Sport und Geschichte</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ historische Entwicklung des Sports und der Sportarten ▪ Olympische Spiele ▪ Persönlichkeiten des Sports <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sport und Gesundheit: <ul style="list-style-type: none"> ○ Was ist Gesundheit? (ANTONOVSKYs Modell der Salutogenese) ○ Lebensgewohnheiten und gesundheitliche Risiken unserer Zeit ○ Wie gesund ist Sport? – Möglichkeiten und Grenzen einer Gesundheitsförderung durch Sport 	Fitness, Volleyball, individuelle Vorbereitung auf die Sportprüfung

Die Förderung und Forderung aller Schülerinnen und Schüler erfolgt auch durch das Methoden-, das Präventions-, das Fahrtenkonzept und die Fachcurricula.

Für alle Schülerinnen und Schüler stehen folgende Förderangebote / Maßnahmen nach vorhandenen Möglichkeiten und Bedarf zur Verfügung (vgl. Förderkonzept Gymnasium Trittau):

Allgemein: Zielgerichteter Einsatz von Diagnoseverfahren zur Lernstandserhebung, Binnendifferenzierung, Intensivierungs- und Förder- unterricht, Reflexion des eigenen Leistungsstandes und des eigenen Lernfortschritts, Klassentagungen, Klassenstunde (SI), Medienschulung (SI), Suchtprävention und Gewaltprävention, v.a. gegen Mobbing (SI).

Individuell: Arbeitsgemeinschaften, Peer-Aktivitäten (z.B. Konfliktlotse, Mediencout, Klassencoach, Pate, Schulsanitäter, Schülerververtretung, IT-Administrator), Begabungsförderung (z.B. Jugend forscht, MINT-Programm (u.a. Roberta), Enrichment, Überspringen von Klassen), Vereinbarungen von Fördermaßnahmen, Nachhilfebörse, Beratungsgespräche, Beratung durch Beratungslehrkraft und Schulsozialarbeit.

Die Aufstellung von passenden Fördermaßnahmen erfolgt dabei immer individuell. Maßnahmen können z.B. sein:

- Individuelle Absprachen zur Mitarbeit im Unterricht
- Bearbeitung und Abgabe von (freiwilligen) Zusatzaufgaben
- Mittels eines Trainingsbuches oder anderen ergänzender Materialien Bearbeitung eines speziellen Themas
- Schrittweise Erhöhung des Arbeitstemplos
- Unterstützung durch „Nachhilfe“ (z.B. über die Nachhilfebörse der Schule).
- Mittels eines Trainingsbuches oder anderen ergänzender Materialien Aufarbeitung von Defiziten in speziellen Themen

2. Überfachliche Kompetenzen

Der Sportunterricht fördert zentrale überfachliche Kompetenzen, die für die gesamte schulische und persönliche Entwicklung bedeutsam sind. Dazu zählen insbesondere:

- Soziale Kompetenzen: respektvoller Umgang, Fairness, Teamfähigkeit, Übernahme von Verantwortung in Gruppen, Konfliktfähigkeit.
- Selbstkompetenzen: Selbstwirksamkeitserfahrungen, Stärkung von Motivation, Ausdauer, Durchhaltevermögen, Selbstreflexion nach Übungs- und Spielphasen.
- Methodische Kompetenzen: Planen, Üben, Anwenden und Evaluieren sportlicher Handlungen; Präsentation kleiner Trainings- oder Bewegungssequenzen; Umgang mit Feedback.
- Gesundheits- und Sicherheitskompetenz: Einschätzen eigener körperlicher Fähigkeiten, verantwortungsbewusstes Handeln zur Unfallvermeidung, Aufwärmstrategien, Hygiene.

Der Unterricht unterstützt die Schülerinnen und Schüler darin, zunehmend selbstständig und selbstverantwortlich zu lernen, Lernprozesse zu reflektieren und sich realistische Ziele zu setzen.

3. Sprachbildung

Der Sportunterricht leistet einen aktiven Beitrag zur durchgängigen Sprachbildung. Dazu gehören:

- Verwendung und Einübung einheitlicher sportbezogener Fachbegriffe (z. B. Technikbegriffe, Bewegungsrichtungen, Taktvorgaben, Spielformen).
- Verknüpfung von Alltags-, Bildungs- und Fachsprache bei der Analyse von Bewegungen, bei Spielregeln und Arbeitsaufträgen.
- Förderung von mündlicher Sprachproduktion durch Beschreiben, Erklären, Anweisen oder Reflektieren sportlicher Handlungen.
- Unterstützung sprachschwächerer Schülerinnen und Schüler durch sprachsensibles Material (z. B. visualisierte Regeln, Bewegungsabläufe, Satzstarter).

Ziel ist der kontinuierliche Aufbau sprachlicher Handlungskompetenzen, die das Verstehen und erfolgreiche Mitwirken im Unterricht ermöglichen.

4. Lehr- und Lernmaterial

Sportgeräte werden fortlaufend geprüft und den Anforderungen des Curriculums entsprechend ggf. angeschafft, ebenso Materialien zur Sporttheorie jeweils nach neustem Stand.

5. Differenzierung

Der Sportunterricht bietet vielfältige Gelegenheiten zur Differenzierung, um allen Schülerinnen und Schülern unabhängig von ihren motorischen, gesundheitlichen oder sprachlichen Voraussetzungen erfolgreiche Lernprozesse zu ermöglichen.

Differenzierungsmaßnahmen umfassen:

- Variationen von Bewegungsaufgaben (Anspruchsniveau, Geschwindigkeit, Material, Raumgrößen, Rollenverteilung).
- Individuelle Schwerpunktsetzung beim Üben und Trainieren.
- Unterstützte Übungsformen (z. B. Hilfestellungen, Partner- oder Kleingruppenarbeit).
- Förderung besonders leistungsstarker Schülerinnen und Schüler durch anspruchsvollere Aufgabenstellungen, Leitung kleiner Übungssequenzen, Wettkampfteilnahme.
- Anpassung der Anforderungen bei gesundheitlichen Einschränkungen.
- Einbindung des schulischen Förderkonzepts zur Unterstützung bei erhöhtem Förderbedarf.

6. Medienkompetenz

Der Sportunterricht trägt entsprechend dem Medienkompetenzrahmen zu folgenden Bereichen bei:

- **K1 Suchen, Verarbeiten, Aufbewahren:** Nutzung von Videoanalysen, Recherche zu Bewegungsformen, Sicherheitsregeln oder Fitnessmethoden.
- **K2 Kommunizieren und Kooperieren:** Absprachen in Gruppenarbeiten, gemeinsame Reflexion mithilfe digitaler Medien.
- **K3 Produzieren und Präsentieren:** Erstellung kleiner Bewegungsclips, Fotoserien oder Präsentationen zu Sportthemen.
- **K4 Schützen und sicher Agieren:** sicherer Umgang mit Videoaufnahmen, Bewusstsein für Datenschutz bei Aufzeichnungen im Sportunterricht.
- **K5 Problemlösen und Handeln:** selbstständiges Überprüfen und Anpassen eigener Bewegungsabläufe mithilfe digitaler Unterstützung.
- **K6 Analysieren und Reflektieren:** Auswertung von Technikvideos, Trainingsplänen oder Gesundheitsdaten.

Auch analoge Medien (z. B. Stationskarten, Regelplakate) bleiben fester Bestandteil des Unterrichts.

7. Basale / grundlegende Kompetenzen

Im Fach Sport werden grundlegende motorische und kognitive Fähigkeiten kontinuierlich angewendet, gefestigt und weiterentwickelt. Dazu gehören:

- koordinative Fähigkeiten (Gleichgewicht, Reaktion, Rhythmus, Orientierung etc.)
- grundlegende Regeln und Sicherheitsstandards
- Ausdauer- und Kraftgrundlagen
- Fähigkeiten zur Strukturierung eigener Lernprozesse
- Anwendung grundlegender Begriffe, Zahlen und Ordnungsstrukturen (z. B. Zählen von Wiederholungen, Zeitnahme, Punktewertung)

Diese Kompetenzen werden bei Bedarf aufgegriffen, erläutert und gezielt geübt.

8. Leistungsbeurteilung

Die Leistungsbewertung im Sportprofil folgt den Vorgaben der Oberstufenverordnung sowie den Fachanforderungen und berücksichtigt gleichermaßen theoretische sowie praktische Anteile des Faches. Die Gesamtleistung setzt sich **zu 50 % aus dem Theorieunterricht** und **zu 50 % aus der Sportpraxis** zusammen.

Theoretischer Anteil (50 %)

Die Bewertung erfolgt auf Grundlage von:

- Klausuren oder eine Klausurersatzleistungen gemäß Oberstufenverordnung
- schriftlichen und mündlichen Unterrichtsbeiträgen (z. B. Beteiligung an Fachgesprächen, Mitarbeit bei Problemlösungen, Arbeitsergebnisse)

Die Anforderungen orientieren sich an den drei Anforderungsbereichen der Fachanforderungen.

Sportpraktischer Anteil (50 %)

Der praktische Teil bewertet die motorische Leistungsfähigkeit sowie das sportartspezifische Können in den jeweils unterrichteten Bereichen. Bewertet werden u. a.:

- technisch-motorische Leistungen in verschiedenen Sportarten
- taktische und spielbezogene Kompetenzen
- Ausdauer-, Kraft-, Koordinations- und Schnelligkeitsleistungen
- Mitarbeit, Engagement und Anstrengungsbereitschaft im praktischen Unterricht

- Verhalten in sportlichen Situationen, insbesondere Fairness, Kooperation und Sicherheitsbewusstsein
- praktische Prüfungen (z. B. Techniküberprüfungen, Testbatterien, komplexe Spiel- oder Bewegungsaufgaben)

Die Bewertung erfolgt auf Grundlage transparenter und zuvor kommunizierter Kriterien. Gesundheitsbedingte Einschränkungen werden gemäß Verordnung berücksichtigt und durch alternative Aufgabenformen ausgeglichen.

Gesamtbewertung

Die Gesamtnote ergibt sich verbindlich aus:

- 50 % theoretische Leistungen
- 50 % praktische Leistungen

Sowohl im theoretischen als auch im praktischen Bereich müssen kontinuierlich Leistungen erbracht werden, um eine verlässliche und vielfältige Bewertung zu gewährleisten. Die Gewichtung entspricht den Profilanforderungen und bildet das besondere Doppelprofil des Faches Sport als Praxis- und Wissenschaftsfach ab.

9. Überarbeitung und Weiterentwicklung

Das schulinterne Fachcurriculum Sport wird kontinuierlich im kollegialen Austausch evaluiert und weiterentwickelt. Grundlage dafür bilden:

- Erfahrungen aus dem Unterricht
- Ergebnisse schulinterner Absprachen
- Anpassungen an neue Fachanforderungen
- gesellschaftliche und sportpädagogische Entwicklungen
- Rückmeldungen der Schülerinnen und Schüler

Ziel ist es, das Curriculum fortlaufend an interne wie externe Veränderungen anzupassen und die Unterrichtsqualität langfristig zu sichern.