



Schulinternes Fachcurriculum der Oberstufe im Fach Sport des Sophie-Scholl-Gymnasiums Itzehoe

Beschluss vom 21.09.2020

- 1. Sportkurse der Oberstufe**
- 2. Sportprofilklassen**
- 3. Lernen mit digitalen Medien**

1. Sportkurse in der Oberstufe

	Klassenstufe	Praxisthemen	Kurs- und Zeugnisthema/ Theorie-Praxis-Schwerpunkt
Einführungsphase	E.1	Fitness	Bedeutung der Ausdauer in den Sportspielen
	E.2	<ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletik oder Turnen • Sportspiele 	<ul style="list-style-type: none"> • Die Bedeutung von Kraft/ Schnelligkeit an Beispielen aus der Praxis • Gestaltung einer eigenen Unterrichtssequenz
Qualifikationsphase	Q1.1	<ul style="list-style-type: none"> • Gymnastik, Tanz oder Schwimmen • Sportspiele 	Erstellen einer Choreographie/ Gruppen- und individualtaktische Verhaltensweisen in Sportspielen
	Q1.2	<ul style="list-style-type: none"> • Turnen oder Leichtathletik • Sportspiele 	Analyse von Bewegungen an ausgewählten Beispielen
	Q2.1	<ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele • Fitness 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung der koordinativen Fähigkeiten an ausgewählten Beispielen • Gestaltung einer eigenen Unterrichtsstunde
	Q2.2	<ul style="list-style-type: none"> • Ringen und Raufen • Sportspiele 	Bedeutung von Technik und Beweglichkeit an ausgewählten Beispielen

2. Sportprofilklassen

	Klassenstufe	Theoriethemata	Praxisthemata	Mögliches Projekt- und Zeugnisthema	Mögliche projektbezogene Inhalte
Einführungsphase	E.1	Trainingslehre I: <ul style="list-style-type: none"> • Einführung in die Trainingslehre • Auswirkungen von Training auf den menschlichen Organismus • Training der konditionellen Fähigkeit Ausdauer 	Schwimmen, Fitness, Volleyball, Basketball	Der Störlauf: Vorbereitung und regionale Bedeutung	Sport: Ausdauer Trainingsplan/ Störlauf Bio: Physiologie der Ausdauer Wipo: sportliche Großveranstaltungen aus wirtschaftlicher Sicht
	E.2	Bewegungslehre I: Methoden und Verfahrensweisen zur Beobachtung, Beschreibung und Analyse von Bewegungsabläufen <ul style="list-style-type: none"> • Qualitative Bewegungsmerkmale • Phasenmodell nach Meinel/ Schnabel • Funktionsphasenmodell nach Göhner • Grundlagen der Biomechanik 	Handball, Fußball, Leichtathletik, Turnen	Bewegungsanalyse am Beispiel Laufen	
Qualifikationsphase	Q1.1	Trainingslehre II: <ul style="list-style-type: none"> • Training der konditionellen Fähigkeiten Kraft und Schnelligkeit • Doping (Substanzen und Methoden/ Wirkungen) 	Leichtathletik, Handball	Sport und Lebensart	Sport: Gestaltung eines Fitnesszirkels/ Trends Bio: Physiologie der Kraft Wipo: Wirtschaftsfaktor Trendsport
	Q1.2	Bewegungslehre II: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungslernen nach Meinel/Schnabel • Motorisches Lernen – Modelle zur Informationsverarbeitung, Bewegungsgestaltung, Bewegungssteuerung, Bewegungsoptimierung • Lehr- und Lernverfahren 	Schwimmen, Fußball	Erstellung eines methodischen Lehrfilms	Sport: Lehrfilm erstellen Bio: Neurobiologie/ Lernen Wipo: Vermarktung eines Lehrfilms
	Q2.1	Fairness und Aggression (aus TB3) <ul style="list-style-type: none"> ○ Zusammenhang von Werten, Normen und Regeln ○ Fair-Play ○ Doping ○ Rivalität, Gruppenkonflikte, Konfliktlösung ○ Gewalt im Sport 	Volleyball, Basketball, Turnen (kann anteilig in Q2.2 verschoben werden)	Gesellschafts-politische Bedeutung des Schulsports	/
	Q2.2	Sport und Gesundheit (aus TB4) <ul style="list-style-type: none"> ○ Gesundheit und gesundheitliche Risiken unserer Zeit ○ Gesundheitsbewusstsein und Lebensgewohnheiten ○ Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation 	Wiederholung der Prüfungssportarten	Gesundheit und gesundheitliche Risiken im Sport unserer Zeit	/

Die Prüfungssportarten sind Schwimmen, Leichtathletik oder Turnen als Individualsportart sowie Basketball, Volleyball, Fußball oder Handball als Mannschaftssportart. Die Theoriethematabereiche können im Unterricht jedoch auch mit anderen Bereichen, wie z.B. Sich Fit Halten verknüpft werden.



3. Lernen mit digitalen Medien

Kompetenzbereich	Jahrgang	Inhalt
1 Suchen, Verarbeiten und Aufbewahren	Oberstufenklassen	Die Schülerinnen und Schüler planen eine gemeinsame sportliche Exkursion nach gemeinsam festgelegten Kriterien.
2 Kommunizieren und Kooperieren	ab Jahrgang 7	Spiel- und Bewegungssituationen aufnehmen und gemeinsam analysieren, um gezielt taktische Verhaltensweisen zu verbessern
3 Produzieren und Präsentieren	ab Jahrgang 10	Choreographien unter Nutzung digitaler Hilfsmittel (Aufnahmen, Lehrvideos) entwickeln präsentieren
	Sportprofilklassen	Erstellung eines Lehrvideos (Videoschnittsoftware sollte beherrscht werden)
4 Schützen und sicher Agieren		
5 Problemlösen und Handeln		
6 Analysieren und Reflektieren	Oberstufenklassen, insbesondere Sportprofile	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrvideos/ Videografien nutzen, um die eigene Bewegungshandlung zu reflektieren • Eigene Bewegungen aufnehmen und reflektieren • Nutzung digitaler Apps (z.B. Coach my Video) zur Bewegungsanalyse