**M 3 Formatvorlagen Kursprofilbildung LK Qualifikationsphase**

**Kursprofil - Sequenzbildung[[1]](#footnote-1) (Leistungskurs)**

|  |  |
| --- | --- |
| BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele - **Volleyball**BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik | IF a IF dIF b IF eIF c IF f |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Halb-jahr** | **Bezug zu den KE**BWK SK/ MK/ UK | **Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben** (Gegenstände) | Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen[[2]](#footnote-2) |
| Praxis | Theorie |
| w | f | Vorgaben 2017 |
| Q 1.1 | 3.3(4.2) | **IF: d****SK d1, d2****MK d2, f1****UK d2** | Vielfältige Trainingsmöglichkeiten verschiedener Ausdauererscheinungsformen an den Schwerpunktbeispielen Leichtathletik und Schwimmen erfahren, begreifen und anwenden und gesundheitliche Aspekte des Ausdauersports, insbesondere erwartete Anpassungen des Körpers auf Ausdauertrainingsreize durch unterschiedliche Trainingsmethoden kennen und einschätzen lernen unter besonderer Berücksichtigung des leistungsdiagnostischen Verfahrens „Conconi-Test“(5000m-Lauf, 800m Schwimmen, Geländelauf; Dauermethode, Intervallmethode, Wettkampfmethode, Ausdauerformen, HKS, Anpassungen der menschlichen Physiologie, Energiebereitstellung, Conconi-Test)) | x |  |  f2, d1, d4,d5, d6 |
| Q 1.1 |  |  | Aufbau und Arbeitsweise Skelettmuskulatur und deren Anpassung an sportliches Training(Muskelbündel, Muskelfaser, Titin, Aktin, Myosin, Nerv-Reizleitung, Motorische Endplatte, Aktionspotential, Alles-oder-Nichts-Gesetz) |  |  | d4, d5 |
| Q 1.1 | 7.1 | **IF: d****SK d1, d2****MK d2****UK d1, d2** | Gruppenbasierte Vorbereitung, Durchführung und Reflexion von volleyballspezifischen Spielformen im Mit- und Gegeneinander(2 mit 2, 2 gegen 2, 3 mit 3, 3 gegen 3, 4 mit 4, 4 gegen 4, Individualtaktik, Gruppentaktik, Power-Volleyball) |  | x | e4, e1 |
| Q 1.1 | 3.4 | **IF: f****SK f1, f2****MK f1****UK f1** | LA alternativ – Walking und Nordic Walking als gesundheitsorientierte Alternativen zum Jogging oder sportlichen Gehen unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Gesundheitsmodelle(Risikofaktorenmodell, Salutogenesemodell, gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren) |  |  | f1, f3, f4 |
| Q 1.2 | 7.1 | **IF: a****SK a2****MK a1****UK a1****IF: d****UK d1** | Verbesserung der Spielleistung im Volleyball und der Partnersportart Badminton durch die selbstständige Erarbeitung und den Einsatz von Technik – und Spielbeobachtungsbögen unter besonderer Berücksichtigung des KAR Modells und der koordinativen Fähigkeiten nach Hirtz (KAR-Modell, Informationskanäle/Analysatoren, Koordinative Fähigkeiten, Beobachtungsbögen, Spielbeobachtung; Volleyballtechniken, Badmintontechniken) |  | x | a5, d2, c1, d3, e1, a3 |
| Q 1.2 | 6.5 | **IF: b****SK b1****Mk b1****UK b1****IF: c****SK c1** | Entwicklung und Bewertung nach Gestaltungskriterien eines Rollenspiels zur Verdeutlichung unterschiedlicher Aggressionstheorien im Sport mit Hilfe einer Vorbereitung, Durchführung und Reflexion einer Kampf-/Stunt-/Judo-Show(Triebtheoretisches Modell, Frustrations- Aggressionstheorie, Lerntheoretischer Ansatz, Sozialisationstheoretischer Ansatz; Ausführungs- und Gestaltungskriterien) |  |  | e2, b1 |
| Q 1.2Q 2.1 | 7.3 | **IF: e *(a)*****SK e1, e3****MK e1, e2** ***(UK a1)*** | Entwicklung und Erprobung von alternativen und freizeitrelevanten Sportspielvarianten anhand von unterschiedlichen Spielvermittlungsmodellen unter besonderer Berücksichtigung der Variante Beachvolleyball(Integrative Sportspielvermittlung, Taktik-Spiel-Modell) |  | x | e3, e4 |
| Q 2.1 | 3.1 | **IF: a****SK a1, a2****MK a2****UK a1** | Methodische Möglichkeiten des Erlernens leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung der bisher nicht durchgeführten Disziplinen Speerwurf und Dreisprung erproben sowie die durchgeführten Disziplinen auf Grundlage gesundheitsrelevanter Theorien beurteilen(Teillernmethode, Ganzheitsmethode, Methodische Übungsreihen, Methodische Prinzipien, Lernstufen; Risikofaktorenmodell, Salutogenesemodell)  | x | x | a1, a2 |
| Q 2.1 | 3.5 | **IF: c****SK c2****UK c1****IF: e****MK e2** | LA historisch – Vergleich historischer und moderner leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung biomechanischer Aspekte(Sprungtechniken, Schersprung, Bauchwälzer, Fosbury Flop, antike und moderne leichtathletische Disziplinen, biomechanische Prinzipien)  |  |  | a4 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Q 2.1 | 3.2 | **IF: e****MK e2****IF: a****SK a3****UK a1** | Mehrkampf in LA - biomechanische Grundlagen sowie Phaseneinteilung leichtathletischer Disziplinen anhand von Beobachtungsbögen analysieren(Phasenstruktur nach Meinel, Biomechanische Prinzipien nach Hochmuth, leichtathletische Disziplinen aus den Bereichen Sprint, Sprung, Wurf/ Stoß, Lauf) | x | x | a1, a2, a4, a5 |
| Q 2.2 | 7.4 | **IF: e****SK e1, e2****UK e1****IF: c****MK c1** | Spielformen anderer Kulturkreise organisieren, durchführen und in Hinsicht auf Fair Play Erziehung im Sportunterricht beurteilen(formelles und informelles Fair Play, Spielregeln) |  |  |  |
| Q 2.2  | 7.2 | **IF: e****SK e1****MK e1****MK e2****UK e1** | Volleyball: Taktisch klug und dennoch fair im Spiel sechs gegen und sechs mit sechs (Fair Play, Wettkampfvorbereitung) | x |  | e3, e4 |

1. Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben. [↑](#footnote-ref-1)
2. w = wettkampfbezogen, f = fakultativ [↑](#footnote-ref-2)