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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| BF/SB 3: Laufen, springen, werfen - Leichtathletik  BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball) | | | | IF d: Leistung  IF e: Kooperation und Konkurrenz  sowie alle **fettgedruckten** KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ c/ f | | |
| **Halb-jahr** | **Bezug zu den KE**  BWK SK / MK / UK | | **Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben** | | **Prüfungsrelevante Gegenstände[[2]](#footnote-2)** | |
| wettkampfbezogen | fakultativ |
| **Q1.1** | **BF 3:**  BWK 3.1 | UK d.1 | **Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen –** In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten | | Weitsprung  100m  Kugelstoßen |  |
| **BF 7:**  BWK 7.1  BWK 7.2 | SK e.1  MK e.2 | **Erfolgreich im Angriff –** Entwicklung von grundlegenden Angriffskonzepten unter Berücksichtigung des *tactical games approach* zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit im Spiel 3:3 | |  | BB 3:3 |
| **BF 3:**  BWK 3.1 | SK a.1  UK e.2 | **Leistung relativ und absolut –** Kritische Betrachtung des Trainingskonzepts „Differenzielles Lernen“ im Hochsprung und Kugelstoßen unter Berücksichtigung der relativen und absoluten Leistungsfähigkeit | | Hochsprung  Kugelstoßen | Hochsprung  Kugelstoßen |
| **Q1.2** | **BF 7:**  BWK 7.2 | SK c.1  MK e.2 | **Mann- und Zonenverteidigung** – **voller Einsatz in der Abwehr** – Einführung von unterschiedlichen Abwehrsystemen unter Berücksichtigung des Einflusses psychischer Aspekte auf das Teamspiel zur Verbesserung der basketballspezifischen Spielfähigkeit | | BB 5:5 |  |
| **BF 3:**  BWK 3.3 | SK d.1, SK d.2  MK d.1  MK d.2  SK f.1 | **Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig** – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung | | LA 5000m |  |
| **BF 7:**  BWK 7.3 | SK e.1  UK e.1  UK f.1 | **Past meets future** – Fast vergessene Spiele und “New games“ spielen und analysieren, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen | |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | |  |  | |
| **Halb-jahr** | **Bezug zu den KE**  BWK SK / MK / UK | | **Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben** | **Prüfungsrelevante Gegenstände[[3]](#footnote-3)** | |
| **Q2.1** | **BF 3:**  BWK 3.1 | SK a.1, SK a.2  SK d.1, SK d.2  UK d.1 | **Wie werde ich besser? - Auf dem Weg zur optimalen Leistung** – Hürdenlauf und Speerwerfen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern | Hürdenlauf (100/110m)  Speerwurf | Hürdenlauf  Speerwurf |
| **BF 7:**  BWK 7.1  BWK 7.2 | MK e.1  MK e.2 | **Als Mannschaft zum Erfolg** – Analyse positionsspezifischer Anforderungen im Spiel 5:5 zur gezielten Bildung von leistungshomogenen Teams | BB 5:5 |  |
| **BF 3:**  BWK 3.4 | UK e.2  UK f.1 | **Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste** – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können |  |  |
| **Q2.2** | **BF 7:** | SK b.1  UK b.1 | **We are the Harlem Globetrotters – Basketball mal anders** – Präsentation eines Showauftritts mit dem Schwerpunkt Basketball, um das Spiel auch unter einer anderen Perspektive kennen zu lernen. |  | BB 2:2 |
| **BF 3:**  BWK 3.2 | MK e.1 | **Jetzt wird es ernst** – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung | Sprint, Hürden, Weit- und Hochsprung, Speer und Kugel | Sprint, Hürden, Weit- und Hochsprung, Speer und Kugel |

1. Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben. [↑](#footnote-ref-1)
2. Hier sind ***kurz*** die möglichen Prüfungsformen einzutragen, wie z. B. „2 mit 2 VB“, „Weit-, Dreisprung“, „Komposition (im Tanz)“! [↑](#footnote-ref-2)
3. Hier sind ***kurz*** die möglichen Prüfungsformen einzutragen, wie z. B. „2 mit 2 VB“, „Weit-, Dreisprung“, „Komposition (im Tanz)“! [↑](#footnote-ref-3)