

# Wahl der Sportkursangebote für das Schuljahr 2018/2019 für das Berufliche Gymnasium im 1. Halbjahr



Nachmeldungen für den Kompaktkurs „Windsurfen“ sind noch bei S. Kapelke möglich.

Die Eintragung in die Anmeldeliste der Ski-Alpin- und Snowboardkurse für das 1. Halbjahr 2018/19 findet nach den Sommerferien statt!

## 1. Halbjahr (wird am 15.06.18 gewählt)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
B: Fußball (Warsitzka)	A: Schwimmen (Warsitzka)	(keine Sportkurse)	B: Handball (Bode)	A. Fitness (Rabeler)
B: Tischtennis (Ortner)	B: Basketball (Kapelke)			B: Badminton (Bosse)
<b>Nicht möglich für:</b> - 12 Jhg. mit Spanisch - FGG16	<b>Nicht möglich für:</b> - FGN16a - FGN16b	(keine Sportkurse)	<b>Nicht möglich für:</b> -12 Jhg. - Mathe auf grundlegendem Anforderungsniveau	
A: Kompakt-Sportkurs Tauchen (Uhl) A: Kompakt-Sportkurs Windsurfen (Kapelke)				

## 2. Halbjahr (voraussichtliche Planung)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
A: Inliner (Uhl)	A: Fitness (Rabeler)	(keine Sportkurse)	B: Hockey (Ortner)	A: Urban-Sports (Bode)
B: Volleyball (Warsitzka)	B: Tennis (Niekamp)			B: American Sports (Pöllmann)
<b>Nicht möglich für:</b> - 12 Jhg. mit Spanisch - FGG16	<b>Nicht möglich für:</b> - FGN16a - FGN16b	(keine Sportkurse)	<b>Nicht möglich für:</b> -12 Jhg. - Mathe auf grundlegendem Anforderungsniveau	
A: Kompakt-Sportkurs Ski-Alpin (Bosse) A: Kompakt-Sportkurs Snowboard (Niekamp)				

Im Verlauf des 12. und 13. Jahrgangs müssen 2 A-Sportarten und 2 B-Sportarten gewählt werden, wobei dabei keine zeitliche Vorgabe hinsichtlich der Reihenfolge einzuhalten ist. Es ist grundsätzlich ein Kurs pro Halbjahr zu belegen.

Falls nach dem 12. Jahrgang die Schule verlassen wird gilt, dass für den Erwerb des schulischen Teils der Fachhochschulreife im 12. Jahrgang bei einer Einbringung von Sport, mindestens eine A-Sportart gewählt werden muss.

Zu Möglichkeiten der Einbringung von Sportkurs-Noten in die Abitur-Gesamtnote informiert Herr Bosse, Abteilungsleiter Berufliches Gymnasium.

# „Welchen Sportkurs kann ich nicht wählen?“

In Worten ausgedrückt:

## 12. Jahrgangsstufe 2018/19

### **Montags:**

Wenn Spanisch belegt werden muss, können NICHT die Sportkurse am Montag gewählt werden.

### **Donnerstags:**

Wenn Mathe auf grundlegendem Anforderungsniveau gewählt wurde, können NICHT die Sportkurse am Donnerstag gewählt werden.

Die übrigen Tage können frei belegt werden

## 13. Jahrgangsstufe 2018/19

### **Montags:**

Das FGG16, kann NICHT die Sportkurse am Montag wählen.

Das FGN16a und FGN16b, kann NICHT die Sportkurse am Dienstag wählen.

Die übrigen Tage können frei belegt werden.

Stand: 01. Juni 2018

Schule:	BBS Winsen (Luhe) – berufliche Gymnasien	
Fach:	Sport	
Erfahrungs- und Lernfeld:	SPIELEN	
Lernfeldbereich:	B	
Kursart:	Ergänzungsfach	
Wochenstundenzahl:	2	
Jahrgangsstufe:	12/13	
Kursthema:	<b>Fußball</b>	
Ort / Wochentag:	Sporthalle und Sportplätze / MONTAG 7./8. Stunde	
Kurslehrer/in:	Herr A. Warsitzka	

**Leitidee:** Im Verlauf dieses Kurses sollen verschiedene Techniken und wesentliche individual- und mannschaftstaktische Verhaltensweisen erlernt werden. Diese Fähigkeiten und Fertigkeiten sollen sowohl im Hallenfußballspiel als auch im Spiel auf dem großen Feld eingesetzt werden.

In diesen Rahmen gehört auch die Vermittlung der wesentlichen Regeln des Fußballspiels.

**Kompetenzerwerb:**

Die Schülerinnen und Schüler ...

- demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten in den thematisierten Inhaltsbereichen.
- demonstrieren eine allgemeine und spezielle Spielfähigkeit.
- arbeiten systematisch bei der Beschaffung, Strukturierung und Nutzung von Informationen, Materialien sowie Medien und wenden die Erkenntnisse in unterschiedlichen Kontexten an
- analysieren Bewegungsabläufe und Spielhandlungen aus verschiedenen fachwissenschaftlichen Perspektiven
- planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen Betrachtungsdimensionen.
- entwickeln ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit, indem sie
  - in der Mannschaft/Gruppe funktionale Arbeits-, Gesprächs- und Kooperationstechniken anwenden, um gemeinsam Aufgaben zu lösen.
  - Lern- bzw. Trainingsprozesse ihrer Mitschüler unterstützen.
- reflektieren unterschiedliche Voraussetzungen in Bezug auf Leistung und Interesse, erkennen Stärkere an und unterstützen bzw. integrieren Schwächere.
- verhalten sich fair und wenden Strategien zur Lösung von Konflikten an.
- steuern ihr Bewegungshandeln bewusst und zielgerichtet.
- schätzen körperliche Reaktionen auf Bewegung, Spiel und Sport richtig ein und zeigen adäquate Verhaltensweisen

**Inhalte:**

Im Verlaufe dieses Kurses sollen verschiedene Schusstechniken (Innenseitstoß, Vollspannstoß, Führen und Schießen des Balles mit dem Außenrist, Kopfballspiel, Finten usw.) erlernt und im Spiel angewendet werden. Ergänzend hierzu sollen verschiedene individual- und mannschaftstaktische Verhaltensweisen erarbeitet und im Spiel angewendet werden. Dieses bezieht sich sowohl auf das Spiel in der Halle als auch auf dem großen Feld.

In diesen Rahmen gehört auch die Vermittlung der wesentlichen Regeln des Fußballspiels.

**Leistungsbewertung:**

2/3: sportpraktische Anteile

1/3: Mitarbeit/ Anfertigung eines Referates

**Unterrichtsmaterial:**

Angemessene Sportkleidung

**Bemerkungen / Kosten / maximale Schülerzahl:**

Kosten      0€ / max.24 SuS

Schule: Fach: Erfahrungs- und Lernfeld: Lernfeldbereich: Kursart: Wochenstundenzahl: Jahrgangsstufe: Kursthema: Ort / Wochentag: Kurslehrer/in:	BBS Winsen (Luhe) – berufliche Gymnasien Sport Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen A Ergänzungsfach 2 12/13 <b>Schwimmen</b> Freizeitbad „Die Insel“ / dienstags Herr A. Warsitzka	
<p><b><u>Leitidee:</u></b>          Die Schülerinnen und Schüler erlernen und verfeinern verschiedene Schwimmtechniken und berücksichtigen Regeln des Sports.</p>		
<p><b><u>Kompetenzerwerb:</u></b>          Die Schülerinnen und Schüler ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• beurteilen Trainingsmethoden und Methoden zur Trainingssteuerung hinsichtlich ihrer Eignung für die geplanten Änderungs- bzw. Adaptationsprozesse und wenden diese zweckmäßig an.</li> <li>• wenden Lehr-/Lernmethoden situationsadäquat an und geben gezielte Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen.</li> <li>• helfen und sichern selbstständig im Lern- und Übungsprozess.</li> <li>• verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf eigene und fremde Ausdrucks- und Darstellungsformen.</li> <li>• steuern ihr Bewegungshandeln bewusst und zielgerichtet.</li> <li>• verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild), den eigenen Körper (Körperbild, Körperhaltung, Körpersprache) und die eigenen Handlungs-/Bewegungsmöglichkeiten.</li> <li>• schätzen Risiken beim Sport realistisch ein und setzen sich angemessene Ziele.</li> <li>• steuern bewusst die eigene sportliche und körperliche Entwicklung.</li> </ul>		
<p><b><u>Inhalte:</u></b>          Im Verlauf dieses Kurses sollen verschiedene Techniken und die entsprechenden Starts und Wenden erlernt werden. In diesen Rahmen gehört auch die Vermittlung der wesentlichen Regeln des Schwimmsports. Ergänzend hierzu können und sollen Aspekte der DLRG Grundausbildung (Abschleppen, Tauchen usw.) angesprochen und ausgeführt werden.</p>		
<p><b><u>Leistungsbewertung:</u></b>          2/3: sportpraktische Anteile          1/3: Mitarbeit/ Anfertigung eines Referates</p>		
<p><b><u>Unterrichtsmaterial:</u></b>          Angemessene Sportkleidung</p>		
<p><b><u>Bemerkungen / Kosten / maximale Schülerzahl:</u></b>          Kosten 0 € / max. 24 SuS</p>		

<p>Schule:  <b>Fach:</b>  Erfahrungs- und Lernfeld:  <b>Lernfeldbereich:</b>  Kursart:  Wochenstundenzahl:  Jahrgangsstufe:  <b>Kursthema:</b>    Ort / Wochentag:  Kurslehrer/in:</p>	<p>BBS Winsen (Luhe) - berufl. Gymnasien  <b>Sport</b>  SPIELEN  <b>B</b>  Ergänzungsfach  2  12/13  <b>„Zielwurfspiele mit dem Schwerpunkt Basketball“</b>    Sporthalle und Sportplätze / DIENSTAG    Herr S. Kapelke</p>					
<p><b>Leitidee:</b> Im Verlauf dieses Kurses sollen nach einem Einstieg über verschiedene Zielwurfspiele die Grund-Techniken und wesentliche individual- und mannschaftstaktische Verhaltensweisen des Basketball-Spielens erlernt werden. Diese Fähigkeiten und Fertigkeiten sollen im Spiel angewendet werden. In diesen Rahmen gehört auch die Vermittlung der wesentlichen Regeln des Basketballspiels.</p>						
<p><b>Kompetenzerwerb:</b>  Die Schülerinnen und Schüler ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten in den thematisierten Inhaltsbereichen.</li> <li>• demonstrieren eine allgemeine und spezielle Spielfähigkeit.</li> <li>• arbeiten systematisch bei der Beschaffung, Strukturierung und Nutzung von Informationen, Materialien sowie Medien und wenden die Erkenntnisse in unterschiedlichen Kontexten an</li> <li>• analysieren Bewegungsabläufe und Spielhandlungen aus verschiedenen fachwissenschaftlichen Perspektiven</li> <li>• planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen Betrachtungsdimensionen.</li> <li>• entwickeln ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit, indem sie in der Mannschaft/Gruppe funktionale Arbeits-, Gesprächs- und Kooperationstechniken anwenden, um gemeinsam Aufgaben zu lösen.</li> <li>• Lern- bzw. Trainingsprozesse ihrer Mitschüler unterstützen.</li> <li>• reflektieren unterschiedliche Voraussetzungen in Bezug auf Leistung und Interesse, erkennen Stärkere an und unterstützen bzw. integrieren Schwächere.</li> <li>• verhalten sich fair und wenden Strategien zur Lösung von Konflikten an.</li> <li>• steuern ihr Bewegungshandeln bewusst und zielgerichtet.</li> <li>• schätzen körperliche Reaktionen auf Bewegung, Spiel und Sport richtig ein und zeigen adäquate Verhaltensweisen</li> </ul>						
<p><b>Inhalte:</b>  <b>Bewegungstechniken</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>• beidhändiges Dribbling mit Ballabschirmung</li> <li>• Passvariationen</li> <li>• Täuschungen</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sternschritt und Auflösung des Sternschritts</li> <li>• Wurfvariationen (Korbleger, Stand- und Sprungwurf)</li> <li>• Rebounding</li> </ul> </td> </tr> </table> <p><b>Taktiktraining:</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zonenverteidigung: 2:1:2, 3:2, „Box“</li> <li>• Reboundverhalten</li> </ul> </td> <td style="width: 50%; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manndeckung</li> <li>• Angriffsaufstellung: 1:2:2, 2:1:2</li> </ul> </td> </tr> </table>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• beidhändiges Dribbling mit Ballabschirmung</li> <li>• Passvariationen</li> <li>• Täuschungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sternschritt und Auflösung des Sternschritts</li> <li>• Wurfvariationen (Korbleger, Stand- und Sprungwurf)</li> <li>• Rebounding</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zonenverteidigung: 2:1:2, 3:2, „Box“</li> <li>• Reboundverhalten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manndeckung</li> <li>• Angriffsaufstellung: 1:2:2, 2:1:2</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• beidhändiges Dribbling mit Ballabschirmung</li> <li>• Passvariationen</li> <li>• Täuschungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sternschritt und Auflösung des Sternschritts</li> <li>• Wurfvariationen (Korbleger, Stand- und Sprungwurf)</li> <li>• Rebounding</li> </ul>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zonenverteidigung: 2:1:2, 3:2, „Box“</li> <li>• Reboundverhalten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manndeckung</li> <li>• Angriffsaufstellung: 1:2:2, 2:1:2</li> </ul>					
<p><b>Leistungsbewertung:</b>  2/3: Sportpraktische Leistungen im Bereich der o.g. Techniken sowie Spielbewertung innerhalb der Spieltaktik, Berücksichtigung des Leistungszuwachses ausgehend vom Anfangspotential  <i>Hinweis: Die Note 08 Punkte („befriedigend“) wird vergeben, wenn die Leistung den Anforderungen entspricht. Das bedeutet, dass bei den o.g. Bewegungstechniken die zuvor thematisierten Bewegungselemente in Grundzügen erkennbar sind. Im Spielverhalten sollen die zuvor thematisierten Kriterien erkennbar sein, wenn die eine befriedigende Note erreicht werden soll.</i>  1/3: Mitarbeit in kognitiven Phasen und bei der gegenseitigen Bewegungsanalyse mit Smartphone und Tablet-PCs, soziale Kompetenzen, Durchführung von Teilen einer Doppelstunde inklusive Erwärmung und Anfertigung einer schriftlichen Ausarbeitung dazu, welche im Vorfeld eingereicht werden muss.</p>						
<p><b>Unterrichtsmaterial:</b>  Angemessene Sportkleidung</p>						
<p><b>Bemerkungen / Kosten / maximale Schülerzahl:</b>  Kosten - € / max. 26 SuS, ggf. Kosten für Besuch eines Bundesliga-Spiels der Hamburg Towers  Hinweis: Im Rahmen des Bewegungslernens und der -analyse werden Video-Aufzeichnungen mit Tablet-PC und Smartphones eingesetzt.</p>						

Schule: <b>Fach:</b> Erfahrungs- und Lernfeld: <b>Lernfeldbereich:</b> Kursart: Wochenstundenzahl: Jahrgangsstufe:  <b>Kursthema:</b>  Ort / Wochentag:  Kurslehrer:	BBS Winsen (Luhe) - Berufl. Gymnasien <b>Sport</b> SPIELEN <b>B</b> Ergänzungsfach 2 12/13  <b>Handball</b>  Sporthalle und Sportplätze / Donnerstag  Herr M. Bode	
--	--	---

**Leitidee:** Im Kursverlauf sollen die Schülerinnen und Schüler Grundlagen allgemeiner und spezieller Spielfähigkeit im Bereich Handball demonstrieren. Hierzu werden ausgewählte technische und taktische Fähigkeiten und Fertigkeiten erarbeitet, die in anschließenden Spielsituationen umgesetzt werden. Spielsituationen sollen eigenständig, auch mit technischen Hilfsmitteln, analysiert werden. In diesem Zusammenhang werden auch wesentliche Regeln des Handballspiels vermittelt.

**Kompetenzerwerb:**

Die Schülerinnen und Schüler ...

- demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten in den thematisierten Inhaltsbereichen.
- demonstrieren eine allgemeine und spezielle Spielfähigkeit.
- arbeiten systematisch bei der Beschaffung, Strukturierung und Nutzung von Informationen, Materialien sowie Medien und wenden die Erkenntnisse in unterschiedlichen Kontexten an
- analysieren Bewegungsabläufe und Spielhandlungen aus verschiedenen fachwissenschaftlichen Perspektiven
- planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen Betrachtungsdimensionen.
- entwickeln ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit, indem sie
  - in der Mannschaft/Gruppe funktionale Arbeits-, Gesprächs- und Kooperationstechniken anwenden, um gemeinsam Aufgaben zu lösen.
  - Lern- bzw. Trainingsprozesse ihrer Mitschüler unterstützen.
- reflektieren unterschiedliche Voraussetzungen in Bezug auf Leistung und Interesse, erkennen Stärkere an und unterstützen bzw. integrieren Schwächere.
- verhalten sich fair und wenden Strategien zur Lösung von Konflikten an.
- steuern ihr Bewegungshandeln bewusst und zielgerichtet.
- schätzen körperliche Reaktionen auf Bewegung, Spiel und Sport richtig ein und zeigen adäquate Verhaltensweisen

**Inhalte:**

<b><u>Technische Inhalte:</u></b> - Dribbling mit Ballabschirmung - beidhändiges Dribbling - Zuspielen des Balles - Schlagwurf / Sprungwurf - Anlaufen zum Tor / Finten - Abwehrtechniken	<b><u>Taktische Inhalte:</u></b> - Spiele in Überzahl 2-1, 3-2, 4-3 - Sperren und Kreuzen - Doppelpass-Sperren - Angriffsformationen - (Tempo-)Gegenstoß - Spiele 4-4, 5-5, 6-6
---	---

**Leistungsbewertung:**

2/3: Sportpraktische Leistungen im Bereich der o.g. Techniken sowie Spielbewertung innerhalb der Spieltaktik, Berücksichtigung des Leistungszuwachses ausgehend vom Anfangspotential

1/3: Mitarbeit: Referats-/Stundengestaltung, Beteiligung an kognitiven Phasen, Einbringen von eigenen und angeeigneten Kenntnissen im und außerhalb des Spiels

**Unterrichtsmaterial:**

Angemessene Sportkleidung /ggf. Materialien für ein Referat

**Bemerkungen / Kosten / maximale Schülerzahl:**

Kosten --- / max. 25 Teilnehmer

Schule:	BBS Winsen (Luhe) – berufliche Gymnasien	
Fach:	Sport	
Erfahrungs- und Lernfeld:	Spielen	
Lernfeldbereich:	B	
Kursart:	Ergänzungsfach	
Wochenstundenzahl:	2	
Jahrgangsstufe:	12/13	
Kursthema:	BADMINTON	
Ort Sportveranstaltung:	Sporthalle der BBS Winsen (Luhe)	
Kurslehrer/in:	Herr W. Bosse	

**Leitidee:** Im Verlauf sollen die Schülerinnen und Schüler die allgemeine und spezielle Spielfähigkeit im Bereich Badminton erlernen und demonstrieren. Hierzu werden grundlegende technische und taktische Fähigkeiten und Fertigkeiten erarbeitet, die anschließenden in den verschiedenen Disziplinen erprobt und umgesetzt werden. Technische und taktische Vorgehensweisen werden in diesem Zusammenhang eigenständig, auch mit technischen Hilfsmitteln, analysiert. Ebenfalls werden Aspekte des Regelwerks berücksichtigt.

**Kompetenzerwerb:**

Die Schülerinnen und Schüler ...

- demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten in den thematisierten Inhaltsbereichen.
- demonstrieren eine allgemeine und spezielle Spielfähigkeit.
- arbeiten systematisch bei der Beschaffung, Strukturierung und Nutzung von Informationen, Materialien sowie Medien und wenden die Erkenntnisse in unterschiedlichen Kontexten an
- analysieren Bewegungsabläufe und Spielhandlungen aus verschiedenen fachwissenschaftlichen Perspektiven
- planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen Betrachtungsdimensionen.
- entwickeln ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit, indem sie
  - in der Mannschaft/Gruppe funktionale Arbeits-, Gesprächs- und Kooperationstechniken anwenden, um gemeinsam Aufgaben zu lösen.
  - Lern- bzw. Trainingsprozesse ihrer Mitschüler unterstützen.
- reflektieren unterschiedliche Voraussetzungen in Bezug auf Leistung und Interesse, erkennen Stärkere an und unterstützen bzw. integrieren Schwächere.
- verhalten sich fair und wenden Strategien zur Lösung von Konflikten an.
- steuern ihr Bewegungshandeln bewusst und zielgerichtet.
- schätzen körperliche Reaktionen auf Bewegung, Spiel und Sport richtig ein und zeigen adäquate Verhaltensweisen

**Inhalte:**

- Regelwerk Badminton
- Sportmotorische Grundfertigkeiten ( Vor- und Rückhand, Unterhand – und Überkopfschläge – Aufschlag, Clear, Drop, Smash)
- Ggf. weiterführende Schläge (Finten, Schnittbälle)
- Taktische Grundfertigkeiten des Einzel- und Doppelspiels
- Konditionelle Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit)

**Leistungsbewertung:**

2/3: sportpraktische Inhalte (Bewertung der Schlagtechniken, Spielfähigkeit, Engagement)

1/3: Mitarbeit; Ausarbeitung / Durchführung einer Erwärmung / Anfertigung eines Referates/Stundeninhaltes (z. B. Turnierdurchführung, Schlagtechnik-Vermittlung)

**Unterrichtsmaterial:**

Angemessene Sportkleidung, ggf. eigener Schläger

**Bemerkungen / Kosten / maximale Schülerzahl:**

Kosten - € (für Bälle) / max. 28 SuS

## Bewertungskriterien für den Sportkurs „Badminton“ der Berufl. Gymnasien

Notenpunkte (Note)	Mitarbeit (1/3)	Praxis (2/3)
13 - 15 ( 1 ) „Sehr gut“	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ausrüstung ist immer vollständig vorhanden</li> <li>zu jeder Zeit ungeteilte Aufmerksamkeit</li> <li>begründete, zielgerichtete und den Unterricht voranbringende Stellungnahmen und Mitarbeit</li> <li>Freiwillige Übernahme von helfenden Tätigkeiten oder Aufgaben</li> <li>Eigene Ideen oder Umsetzungsmöglichkeiten werden äußerst regelmäßig eingebracht und vorgestellt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>extrem schnelles Erlernen von Bewegungen</li> <li>Sehr hohes Bedürfnis, weitere Bewegungsformen zu erproben und erlernen</li> <li>Allen Bewegungen gegenüber sehr aufgeschlossen und experimentierfreudig</li> <li>ausschließlich in helfender Position („Expertenstatus“)</li> <li>Vorgegebene Bewegungsmuster in der Feinform sind auch bei Störfaktoren durchgehend eindeutig erkennbar</li> <li>Äußerst sichere Anwendung der Technik im Spiel</li> <li>Sehr hoher sportmotorischer Einsatz</li> </ul>
10 - 12 ( 2 ) „Gut“	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ausrüstung fast immer vollständig</li> <li>zu fast jeder Zeit ungeteilte Aufmerksamkeit</li> <li>meist begründete, zielgerichtete und den Unterricht voranbringende Stellungnahmen und Mitarbeit</li> <li>Freiwillige Übernahme von helfenden Tätigkeiten oder Aufgaben</li> <li>Eigene Ideen oder Umsetzungsmöglichkeiten werden regelmäßig eingebracht und vorgestellt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>schnelles Erlernen von Bewegungen</li> <li>hohes Bedürfnis, weitere Bewegungsformen zu erproben und erlernen</li> <li>Allen Bewegungen gegenüber aufgeschlossen und experimentierfreudig</li> <li>in helfende Position („Fast-Expertenstatus“)</li> <li>Vorgegebene Bewegungsmuster in der Feinform sind auch bei Störfaktoren durchgehend weitgehend erkennbar</li> <li>sichere Anwendung der Technik im Spiel</li> <li>hoher sportmotorischer Einsatz</li> </ul>
07 - 09 ( 3 ) „Befriedigend“	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ausrüstung meist vollständig</li> <li>meist ungeteilte Aufmerksamkeit</li> <li>gelegentlich begründete, zielgerichtete und den Unterricht voranbringende Stellungnahmen und Mitarbeit</li> <li>Nach Aufforderung Übernahme von helfenden Tätigkeiten oder Aufgaben</li> <li>Eigene Ideen oder Umsetzungsmöglichkeiten werden gelegentlich eingebracht und vorgestellt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erlernen von Bewegungen in allgemein zu erwartendem Tempo</li> <li>Das Bedürfnis, weitere Bewegungsformen zu erproben und erlernen, ist erkennbar</li> <li>Bewegungen gegenüber aufgeschlossen</li> <li>Vorgegebene Bewegungsmuster in der Grobform sind weitgehend erkennbar</li> <li>Anwendung der Technik-Grobform im Spiel</li> <li>„normaler“ sportmotorischer Einsatz</li> </ul>
04 - 05 ( 4 ) „Ausreichend“	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ausrüstung nicht immer vollständig</li> <li>selten ungeteilte Aufmerksamkeit</li> <li>selten begründete, zielgerichtete und den Unterricht voranbringende Stellungnahmen und Mitarbeit</li> <li>Nach Aufforderung Übernahme von helfenden Tätigkeiten oder Aufgaben</li> <li>Eigene Ideen oder Umsetzungsmöglichkeiten werden selten eingebracht und vorgestellt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erlernen von Bewegungen in leicht verzögertem Tempo</li> <li>Das Bedürfnis, weitere Bewegungsformen zu erproben und erlernen, ist gelegentlich erkennbar</li> <li>Bewegungen gegenüber aufgeschlossen</li> <li>Vorgegebene Bewegungsmuster in der Grobform sind gelegentlich erkennbar</li> <li>Anwendung der Technik-Grobform im Spiel</li> <li>Sportmotorischer Einsatz ist nicht immer erkennbar</li> </ul>
01 - 03 ( 5 ) „Mangelhaft“	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ausrüstung selten vollständig</li> <li>Sehr selten vorhandene Aufmerksamkeit</li> <li>Sehr selten begründete Stellungnahmen und Mitarbeit</li> <li>Nach Aufforderung Übernahme von helfenden Tätigkeiten oder Aufgaben</li> <li>Eigene Ideen oder Umsetzungsmöglichkeiten werden sehr selten eingebracht und vorgestellt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erlernen von Bewegungen in verzögertem Tempo</li> <li>Das Bedürfnis, weitere Bewegungsformen zu erproben und erlernen, ist kaum erkennbar</li> <li>Bewegungen gegenüber kaum aufgeschlossen</li> <li>Vorgegebene Bewegungsmuster in der Grobform sind kaum erkennbar</li> <li>Anwendung der Technik-Grobform im Spiel</li> <li>Sportmotorischer Einsatz ist kaum erkennbar</li> </ul>
00 ( 6 ) „Ungenügend“	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ausrüstung „so gut wie nie“ vorhanden</li> <li>„So gut wie nie“ gegebene Aufmerksamkeit</li> <li>Störungen des Unterrichtsgeschehens</li> <li>Disziplinarische Schwierigkeiten</li> <li>Eigene Ideen oder Umsetzungsmöglichkeiten werden nie eingebracht und vorgestellt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erlernen von Bewegungen nicht erkennbar</li> <li>Das Bedürfnis, weitere Bewegungsformen zu erproben und erlernen, ist nicht erkennbar</li> <li>Bewegungen gegenüber nicht aufgeschlossen</li> <li>Vorgegebene Bewegungsmuster in der Grobform sind nicht erkennbar</li> <li>Keine Anwendung der Technik-Grobform im Spiel</li> <li>Sportmotorischer Einsatz ist nicht erkennbar</li> </ul>

Schule: Fach: Erfahrungs- und Lernfeld: Lernfeldbereich: Kursart: Wochenstundenzahl: Jahrgangsstufe: Kursthema: Ort / Wochentag: Kurslehrer/in:	BBS Winsen (Luhe) – berufliche Gymnasien Sport Turnen und Bewegungskünste A Ergänzungsfach 2 12/13 <b>Fitness</b> Sporthalle der BBS Winsen (Luhe) Frau Wiebke Rabeler	
<p><b><u>Leitidee:</u></b>          Die Schülerinnen und Schüler verbessern ihre motorischen Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Koordination) und setzen sich mit Grundlagen der Trainingslehre theoretisch und praktisch auseinander.</p>		
<p><b><u>Kompetenzerwerb:</u></b>          Die Schülerinnen und Schüler ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• beurteilen Trainingsmethoden und Methoden zur Trainingssteuerung hinsichtlich ihrer Eignung für die geplanten Änderungs- bzw. Adaptationsprozesse und wenden diese zweckmäßig an.</li> <li>• wenden Lehr-/Lernmethoden situationsadäquat an und geben gezielte Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen.</li> <li>• helfen und sichern selbstständig im Lern- und Übungsprozess.</li> <li>• verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf eigene und fremde Ausdrucks- und Darstellungsformen.</li> <li>• steuern ihr Bewegungshandeln bewusst und zielgerichtet.</li> <li>• verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild), den eigenen Körper (Körperbild, Körperhaltung, Körpersprache) und die eigenen Handlungs-/Bewegungsmöglichkeiten.</li> <li>• schätzen Risiken beim Sport realistisch ein und setzen sich angemessene Ziele.</li> <li>• steuern bewusst die eigene sportliche und körperliche Entwicklung.</li> </ul>		
<p><b><u>Inhalte:</u></b>          Im Verlauf dieses Kurses sollen die Schülerinnen und Schüler verschiedene Trainingsmethoden vorstellen, ausprobieren und bewerten. Dabei sollen sie ihre konditionellen und koordinativen Fähigkeiten verbessern.          Schwerpunkte sind Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination.          Ggf. werden themenbezogen einzelne Sitzungen an externen Orten stattfinden.</p>		
<p><b><u>Leistungsbewertung:</u></b>          2/3: sportpraktische Anteile          1/3: Mitarbeit/ Anfertigung eines Referates; Stundengestaltung</p>		
<p><b><u>Unterrichtsmaterial:</u></b>          Übliche Sportbekleidung</p>		
<p><b><u>Bemerkungen / Kosten / maximale Schülerzahl:</u></b>          max. 24 SuS</p>		