

Name: _____

Vorname: _____

Wahlbogen für die Qualifikationsphase im Fach GK Sport – Abi 2022

Gemäß den Richtlinien und Lehrplänen für die Sekundarstufe II Gymnasium/Gesamtschule sind in der Qualifikationsphase je nach Interesse so genannte Kursprofile zu wählen. Es werden dabei jeweils zwei profilbildende Bewegungsfelder und Sportbereiche festgelegt. In den einzelnen Kurshalbjahren sind im Grundkurs jeweils drei thematisch passende Unterrichtsvorhaben zum entsprechenden Kursprofil verbindlich, im letzten Kurshalbjahr jedoch nur zwei. Diese Bewegungsfelder und Sportbereiche sind in jedem Kurshalbjahr zu berücksichtigen und geben dem jeweiligen Sportkurs sein spezifisches Profil.

Folgende Kurse stehen als Wahlmöglichkeit zur Verfügung:

<u>Kurs</u>	<u>Profil bildende Bewegungsfelder</u>	<u>Leitende Inhaltsfelder</u>
1	1. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik 2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Volleyball	1. d Leistung 2. e Kooperation und Konkurrenz sowie Schwerpunkte aus allen anderen Inhaltsfeldern

Geplante Inhalte:

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht auf der einen Seite das Erlernen und Trainieren unterschiedlicher (neuer) leichtathletischer Disziplinen aus den Bereichen Lauf, Sprung und Wurf (z.B. Hürdenlauf oder Dreisprung), das ausdauernde Laufen sowie der Erwerb des Deutschen Sportabzeichens. Auf der anderen Seite wird mit- und gegeneinander Volleyball gespielt, die Technik verbessert und das gruppen- und mannschaftstaktische Spielverhalten reflektiert und optimiert.

<u>Kurs</u>	<u>Profil bildende Bewegungsfelder</u>	<u>Leitende Inhaltsfelder</u>
2	1. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste 2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Badminton	1. b Bewegungsgestaltung 2. e Kooperation und Konkurrenz sowie Schwerpunkte aus allen anderen Inhaltsfeldern

Geplante Inhalte:

Im Mittelpunkt dieses Kurses wird die Bewegungsgestaltung in den Bereichen Gymnastik, Tanz und Bewegungskünsten mit und ohne (Hand-)Geräte bzw. mit und ohne Partner in den Blick genommen. Im Bewegungsfeld Spielen in und mit Regelstrukturen steht auf der anderen Seite das Erlernen und die Verbesserung der technischen Fertigkeiten der Grundschnitte zur Steigerung der Spielfähigkeit und verschiedene Aspekte des Partnerbezuges (z.B. Doppelspiel, Bewegungskorrekturen) im Badminton.

<u>Kurs</u>	<u>Profil bildende Bewegungsfelder</u>	<u>Leitende Inhaltsfelder</u>
3	1. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik 2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball	1. d Leistung 2. e Kooperation und Konkurrenz sowie Schwerpunkte aus allen anderen Inhaltsfeldern

Geplante Inhalte:

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht auf der einen Seite das Erlernen und Trainieren unterschiedlicher (neuer) leichtathletischer Disziplinen aus den Bereichen Lauf, Sprung und Wurf (z.B. Hürdenlauf oder Dreisprung) das ausdauernde Laufen sowie der Erwerb des Deutschen Sportabzeichens. Im Bewegungsfeld Spielen in und mit Regelstrukturen steht auf der anderen Seite das Spielen mit- und gegeneinander im Basketball. Dabei werden grundlegende Spielsituationen bewältigt, die eigene Technik verbessert und das gruppen- und mannschaftstaktische Spielverhalten reflektiert und verbessert.

Kurs	Profil bildende Bewegungsfelder	Leitende Inhaltsfelder
4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste 2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball 	<ol style="list-style-type: none"> 1. b Bewegungsgestaltung 2. e Kooperation und Konkurrenz <p>sowie Schwerpunkte aus allen anderen Inhaltsfeldern</p>

Geplante Inhalte:

Im Mittelpunkt dieses Kurses wird auf der einen Seite die Bewegungsgestaltung in den Bereichen Gymnastik, Tanz und Bewegungskünsten mit und ohne (Hand-)Geräte bzw. mit und ohne Partner in den Blick genommen. Im Bewegungsfeld Spielen in und mit Regelstrukturen steht auf der anderen Seite das Spielen mit- und gegeneinander im Basketball. Dabei werden grundlegende Spielsituationen bewältigt, die eigene Technik verbessert und das gruppen- und mannschaftstaktische Spielverhalten reflektiert und verbessert.

Kurs	Profil bildende Bewegungsfelder	Leitende Inhaltsfelder
5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen – Fitness 2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Badminton 	<ol style="list-style-type: none"> 1. f Gesundheit 2. e Kooperation und Konkurrenz <p>sowie Schwerpunkte aus allen anderen Inhaltsfeldern</p>

Geplante Inhalte:

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht auf der einen Seite die individuelle Verbesserung der eigenen körperlichen Fitness (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) im Sinne eines gesundfunktionalen Trainings mit oder ohne Fitnessgeräte zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung. Auf der anderen Seite werden das Erlernen und die Verbesserung der technischen Fertigkeiten der Grundschnitte zur Steigerung der Spielfähigkeit sowie verschiedene Aspekte des Partnerbezuges (z.B. Doppelspiel, Bewegungskorrekturen etc.) im Badminton thematisiert.

Kurs	Profil bildende Bewegungsfelder	Leitende Inhaltsfelder
6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bewegen im Wasser - Schwimmen 2. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen – Fitness 	<ol style="list-style-type: none"> 1. d Leistung 2. f Gesundheit <p>sowie Schwerpunkte aus allen anderen Inhaltsfeldern</p>

Geplante Inhalte:

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht auf der einen Seite die Verbesserung der individuellen Techniken der Grundschnimmarten (Rücken, Brust und Kraul), das Trainieren des Ausdauerschwimmens sowie das Erlernen der Techniken des Rettungsschwimmens. Weiterhin ist es möglich das Schwimmabzeichen (Gold, Silber) sowie das Deutsche Sportabzeichen zu erwerben.

Auf der anderen Seite steht die individuelle Verbesserung der eigenen körperlichen Fitness (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) im Sinne eines gesundfunktionalen Trainings mit oder ohne Fitnessgeräte zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung.

Hiermit wähle ich verbindlich folgende Kurse:

	Erstwahl	Zweitwahl
Kursnummer		

Vor- u. Nachname:

Datum/ Unterschrift

Der Wahlbogen ist bis spätestens zum 06.05.2020 in der Schule per Posteinwurf oder eingescannt per Mail an fr.kunna@pgherne.de abzugeben! Sollte der Wahlbogen nicht rechtzeitig

abgegeben werden, werdet ihr einem beliebigen Kurs mit freien Kapazitäten entsprechend zugeteilt!!!