

Kursprofil für die E-Phase 2024 / 2025

„Sport in Theorie und Praxis – Einführung“ (E Spo 05)

Fitness, Bewegen im Wasser, Sportspiele / Trendsportarten



Benötigtes Material

- Sportliche Schwimmkleidung, Schwimmbrille

Perspektiven	<ol style="list-style-type: none"> 1. Soziale Interaktion 2. Körperwahrnehmung 3. Leisten 4. Gesundheit 5. Ausdruck 6. Wagnis
Inhaltsfelder (Sportpraxis) <small>(mit oder ohne Sportartenbezug)</small>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Den Körper trainieren, die Fitness verbessern 2. Bewegen im Wasser 3. Spielen
<u>Inhaltsfelder (Sporttheorie)</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sportliches Handeln im personalen Kontext 2. Sportliches Handeln im sozialen Kontext 3. Sportliches Handeln im gesellschaftlichen Kontext
<u>Themenfelder</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Grundlagen des Bewegungslernens 2. Kooperation und Konkurrenz im Sportspiel I 3. Grundlagen sportlichen Trainings evtl.: 4. Grundlagen sportlicher Leistung im Sportspiel (Koordination) 5. Grundlagen sportlicher Leistung im Sportspiel (Kondition)
Bildungsstandards	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bewegungskompetenz (B1-B6) 2. Beurteilungs- und Entscheidungskompetenz (U1-U7) 3. Teamkompetenz (T1-T5) <small>(Für Details, siehe KCGO-Sport, 2016, S.25ff.)</small>
Praktische Inhalte	<p>Fitness: Verbesserung der konditionellen (v.a. Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft) und koordinativen Grundfähigkeiten. Fitnesstraining und Fitnesshausaufgaben.</p> <p>Bewegen im Wasser: Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähig- und Fertigkeiten in verschiedenen Schwimmstilen. Schwerpunkt liegt auf <u>sicherem</u> Schwimmen (Technik!). Eventuell Aspekte des Rettungsschwimmens.</p> <p>Spielen: Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit sowie das Optimieren grundlegender Techniken und Taktiken in ausgewählten Sportspielen bzw. Trendsportarten (z.B. Frisbee, Hockey, Roundnet/Spikeball). Regelkunde.</p>
Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens	<ol style="list-style-type: none"> 1. Verfahren zur Lösung bewegungsbezogener Aufgabenstellungen 2. Anwendung und Beurteilung von Trainingsmethoden 3. Bewegungsbeobachtung und -korrekturen 4. Mitgestaltung des Unterrichts durch Übernahme von Leitungs- und Coachingaufgaben

<p>Bewertung</p> <p>mit Bezug auf die Inhaltsfelder und Bildungsstandards</p>	<p>Kontinuierlich erbrachte Leistungen</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Anwesenheit, Arbeitseinstellung, Anstrengungsbereitschaft ➤ Koordinative und konditionelle Fähigkeiten ➤ Bewegungskönnen (Technik, Taktik, Regeln, Lernfortschritt) ➤ Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lernsituationen ➤ Fairness, Kooperationsbereitschaft, Vermittlungskompetenz <p>Punktuelle Leistungsüberprüfungen der Schwerpunkt-Sportarten am Ende der jew. Einheit (Fertigkeits- und Fähigkeitsniveau), z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Demonstration von Bewegungsabläufen bzw. Spielüberprüfung ➤ Testverfahren, z.B. Fitnesstests <p>Theorie</p> <p>Innerhalb von „besonderen Fachprüfungen“, z.B. schriftliche Leistungskontrolle, Präsentation, Ausarbeitungen</p>
--	---