

Übersicht der Unterrichtsvorhaben: Sport Jgst. 9

Thema / Inhaltliche Schwerpunkte	Medienkompetenz / konkrete Unterrichtsvorhaben	Verbraucherbildung	Berufliche Orientierung	Europa
1. Fitnesscenter Ceci				
<p>Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten im Fitnesssport</p>	<p>Mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (MKR 1.2); Unterschiedliche Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (MKR 1.2) → fakultativ, auf alle UV übertragbar</p> <p>→ SILP-Implementierung: Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]</p> <p>Gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen (MKR 5.3)</p> <p>Ein Zirkeltraining unter Berücksichtigung trainingsmethodischen Wissens durchführen und ein eigenes Fitnesstraining (z.B. mit ausgewählter Zielmuskulatur) erarbeiten (Projekt)</p>	<p>Bereich B: Ernährung und Gesundheit (Gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensführung)</p> <p>Bereich C: Medien und Informationen in der digitalen Welt (Medienwahrnehmung & -nutzung) → fakultativ, auf alle UV übertragbar</p>	<p>sport- und gesundheitsbezogene Ausbildungs- und Studiengänge</p>	

Thema / Inhaltliche Schwerpunkte	Medienkompetenz / konkrete Unterrichtsvorhaben	Verbraucherbildung	Berufliche Orientierung	Europa
2. Badminton statt Federball				
Partner-/Rückschlagspiel Badminton	<p>Vgl. MKR 1.2</p> <p>Analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (MKR 1.2)</p> <p>Erlernen grundlegender Schlagtechniken (Aufschlag, Clear) des Badmintons sowie taktisch-angemessenes Laufverhalten im Spiel mit/gegen den Partner</p>	<p>Bereich B: Ernährung und Gesundheit (Gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensführung)</p> <p>Vgl. Bereich C</p>	sport- und gesundheitsbezogene Ausbildungs- und Studiengänge	
3. Eine neue Disziplin im Leichtathletik				
Leichtathletik – Erlernen einer neuen Disziplin	<p>Vgl. MKR 1.2</p> <p>→ SILP-Implementierung: analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2];</p> <p>den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</p> <p>Erlernen einer neuen leichtathletischen Disziplin (z.B. Hürdensprint, Dreisprung, Kugelstoßen) in Grobform</p>	<p>Bereich B: Ernährung und Gesundheit (Gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensführung)</p> <p>Vgl. Bereich C</p>	sport- und gesundheitsbezogene Ausbildungs- und Studiengänge	Spiele aus unterschiedlichen Kulturen wahrnehmen und verändern
4. Ceci-Olympiade				
Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe	<p>Vgl. MKR 1.2</p> <p>Analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (MKR 1.2)</p>	<p>Bereich B: Ernährung und Gesundheit (Gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensführung)</p>	sport- und gesundheitsbezogene Ausbildungs- und Studiengänge	

Thema / Inhaltliche Schwerpunkte	Medienkompetenz / konkrete Unterrichtsvorhaben	Verbraucherbildung	Berufliche Orientierung	Europa
	Einen traditionellen Mehrkampf oder alternativen leichtathletischen Wettbewerb planen, durchführen, auswerten	Vgl. Bereich C		
5. Trendsport: Ultimate Frisbee				
Trendsport samt Spielidee und Regeln kennenlernen	<p>Vgl. MKR 1.2</p> <p>→ SILP-Implementierung: analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]; den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</p> <p>Das Trendsportspiel taktisch-kognitiv und technisch-koordinativ unter Berücksichtigung der richtigen Wurf- und Fangtechniken und des Fairplay-Gedankens ausüben</p>	<p>Bereich B: Ernährung und Gesundheit (Gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensführung)</p> <p>Vgl. Bereich C</p>	sport- und gesundheitsbezogene Ausbildungs- und Studiengänge	Sportarten aus anderen Kulturkreisen wahrnehmen und reflektieren
6. Ein weiteres Hindernis				
Normungebundenes Turnen an neuen Geräten	<p>Vgl. MKR 1.2</p> <p>Am Barren, Reck und Ringen (Felge, Kippe, Ausschleudern) auch schwierigere Übungen sicher turnen</p>	<p>Bereich B: Ernährung und Gesundheit (Gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensführung)</p> <p>Vgl. Bereich C</p>	sport- und gesundheitsbezogene Ausbildungs- und Studiengänge	

Thema / Inhaltliche Schwerpunkte	Medienkompetenz / konkrete Unterrichtsvorhaben	Verbraucherbildung	Berufliche Orientierung	Europa
7. Bühne frei				
Bewegungstheater	<p>Vgl. MKR 1.2 → SILP-Implementierung: analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]; den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2] Eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition (z.B. Bewegungstheater, Pantomime, Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren</p>	<p>Bereich B: Ernährung und Gesundheit (Gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensführung)</p> <p>Vgl. Bereich C</p>	<p>sport- und gesundheitsbezogene Ausbildungs- und Studiengänge</p>	
8. Let's play 5 on 5				
Mannschaftsspiel Basketball	<p>Vgl. MKR 1.2 → SILP-Implementierung: analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]; den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</p> <p>Basketball technisch und taktisch auf fortgeschrittenem Niveau und mit erweiterten Regeln im 5 gegen 5 ausüben</p>	<p>Bereich B: Ernährung und Gesundheit (Gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensführung)</p> <p>Vgl. Bereich C</p>	<p>sport- und gesundheitsbezogene Ausbildungs- und Studiengänge</p>	

Thema / Inhaltliche Schwerpunkte	Medienkompetenz / konkrete Unterrichtsvorhaben	Verbraucherbildung	Berufliche Orientierung	Europa
9. Fit für die Bretter – Skigymnastik				
<p>Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</p>	<p>Vgl. MKR 1.2</p> <p>→ SILP-Implementierung: analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2];</p> <p>den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</p> <p>Fitnessgymnastik-Programme zur gezielten Vorbereitung auf die Ski-Exkursion erproben und reflektieren</p>	<p>Bereich B: Ernährung und Gesundheit (Gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensführung)</p> <p>Vgl. Bereich C</p>	<p>sport- und gesundheitsbezogene Ausbildungs- und Studiengänge</p>	
10. Einführung ins Skifahren – Kompaktkurs II				
<p>Technikverbesserung/-erweiterung und Sicherheit im Schnee</p>	<p>Vgl. MKR 1.2</p> <p>→ SILP-Implementierung: analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2];</p> <p>Verbesserung der Fahrtechnik im Schnee auf unterschiedlich steilen Pistenabschnitten in verschiedenen (z.B. ästhetischen, wettkampfbezogenen, spielerischen) Anforderungssituationen (in der Skihalle Neuss)</p>	<p>Bereich B: Ernährung und Gesundheit (Gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensführung)</p> <p>Vgl. Bereich C</p> <p>Bereich D: Leben, Wohnen und Mobilität (Energie- und Ressourceneffizienz, Klimaschutz, Mobilität und Reisen)</p>	<p>sport- und gesundheitsbezogene Ausbildungs- und Studiengänge</p>	

Themen & inhaltliche Schwerpunkte sind verbindlich, bei den weiteren Unterrichtsvorhaben kann es nach Unterrichtssituation zu Verlagerungen der Inhalte kommen.