

AGQ - Interner Lehrplan Klasse 10

Bewegungs- und Lernfeld	Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Spiele	Spiele entwickeln Endzonen-, Zielschuss-, Rückschlagspiel	Inhaltliche Kompetenzen <ul style="list-style-type: none"> - entwickeln Spiele - organisieren Spiele unter spezifischen Zielsetzungen - erfüllen ihre Spielerrolle nach Vorgabe - gestalten Spielprozesse - wenden komplexe Regeln an 	Prozessorientierte Kompetenzen <ul style="list-style-type: none"> - schätzen das Anforderungsprofil komplexer Spielsituationen angemessen ein - übernehmen eigenständig Verantwortung als Schiedsrichter
Laufen, Springen, Werfen	Inhalte und Methoden des Ausdauertrainings	Inhaltsbezogene Kompetenzen: <ul style="list-style-type: none"> - laufen eine Strecke mittlerer Distanz individuell schnell und teilen sich den Lauf sinnvoll ein - laufen und orientieren sich im Gelände 	Prozessbezogene Kompetenzen <ul style="list-style-type: none"> - erläutern Trainingsmethoden zur Verbesserung der aeroben der anaeroben Ausdauer und wenden sie an - verfügen über Methodenkenntnisse als Grundlage für selbständiges Üben - passen sich beim Laufen äußeren Bedingungen an
	Hochspringen	Inhaltsbezogene Kompetenzen: <ul style="list-style-type: none"> - führen einen Hochsprung in Floptechnik aus - beherrschen eine Hochsprungtechnik, um ihre beste Leistung zu erreichen 	Prozessbezogene Kompetenzen: <ul style="list-style-type: none"> - können die verschiedenen Hochsprungstechniken unter funktionalen Gesichtspunkten vergleichen - bewältigen unter Rückgriff auf erlernte Bewegungsformen erhöhte Leistungssituationen
	Kugelstoßen und Schleuderball	Inhaltsbezogene Kompetenzen: <ul style="list-style-type: none"> - führen Leistungswürfe bzw. Leistungsstöße in mind. einer Wurf- bzw. Stoßdisziplin durch 	Prozessbezogene Kompetenzen: <ul style="list-style-type: none"> - schätzen ihre Leistungsfähigkeit beim Werfen bzw. Stoßen ein. - reflektieren die Funktionalität leichtathletikspezifischer Wurftechniken

Bewegen auf gleitenden und rollenden Geräten	Sommerexkursion (Alfsee Wasserski)	Inhaltliche Kompetenzen <ul style="list-style-type: none"> - Bewegen sich kontrolliert auf Wasserski fort - Können Kurven fahren - Kennen die Sicherheitsbestimmungen beim Wasserski fahren 	Prozessorientierte Kompetenzen <ul style="list-style-type: none"> - schätzen sich selbst und andere realistisch ein - kennen Art und Verwendungszweck von Notfall - und Schutzmaßnahmen
Turnen und Bewegungskünste	Boden und Sprung Schwerpunkt Stützen und Überschlag Clownerie mit und ohne Gerät	Inhaltsbezogene Kompetenzen <ul style="list-style-type: none"> - präsentieren alleine eine Kür an einem selbst gewählten Gerät - präsentieren allein oder in der Gruppe eine Kür an einem selbst gewählten Gerät oder an einer selbst entwickelten Gerätekombination. - wenden Hilfe- und Sicherheitsstellung situativ und sachgerecht an. - erarbeiten und präsentieren eine Gruppenchoreographie mit Elementen der Bewegungskünste. 	Prozessbezogene Kompetenzen <ul style="list-style-type: none"> - berücksichtigen ggf. unterschiedliche Leistungsniveaus. - stellen sich über Bewegung dar. - skizzieren unter Verwendung von Fachbegriffen den Ablauf der Kür. - beurteilen die Anforderungen einer Bewegungssituation zutreffend. - analysieren das in der Gruppe verfügbare Bewegungskönnen und verknüpfen es in der Gruppengestaltung. - beurteilen Präsentationen.
Kämpfen	Fallschule Kämpfen im Stand <ul style="list-style-type: none"> - partnerschaftliches Werfen und Fallen 	Inhaltsbezogene Kompetenzen <ul style="list-style-type: none"> - reagieren angemessen auf Angriffs- und Verteidigungshandlungen der Partnerin/des Partners. - beherrschen grundlegende Falltechniken 	Prozessbezogene Kompetenzen <ul style="list-style-type: none"> - vereinbaren Regeln und Rituale und halten sie ein. - beachten Sicherheitsmaßnahmen beim Kämpfen mit einer Partnerin/einem Partner. - schätzen Kampfsituationen richtig ein. - nehmen Bewegungshandlungen der Partnerin/ des Partners wahr. - beherrschen ihre Emotionen und reagieren nicht aggressiv. lösen auftretende Konflikte bei sich und anderen zunehmend selbständig. - kennen den Unterschied zwischen genormter und persönlicher Distanz.

Leistungsbewertung

Bewegungsbezogene Leistungen gehen zu mindestens 50% in die Gesamtnote ein. Weitere Kriterien bei der Beurteilung sind:

- der individuelle Lernfortschritt
- die Leistungsbereitschaft
- die Übernahme von Verantwortung für sich und andere

Zu mündlichen und anderen fachspezifischen Leistungen zählen z. B.:

- Beiträge zum Unterrichtsgespräch
- mündliche Überprüfungen, ggf. auch in schriftlicher Form
- Unterrichtsdokumentationen
- Anwenden sportspezifischer Methoden und Arbeitsformen
- Präsentationen, auch mediengestützt (z. B. Referat, Plakat)
- Arbeitsergebnisse von Partner- oder Gruppenarbeiten
- Ergebnisse offizieller Schülersportwettbewerbe