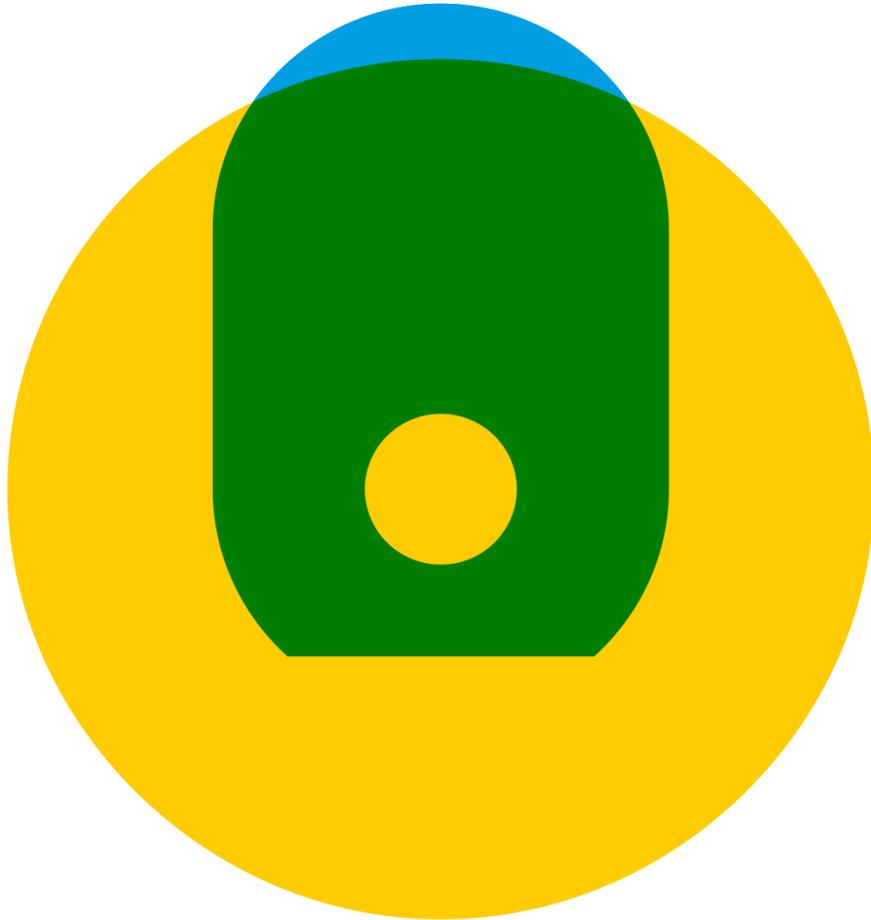




**Bildungszentrum
Limmattal**
Logistik und Technologie

Berufsfachschule

Schulinterner Lehrplan für den Sportunterricht in der Grundbildung



1. Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	3
2. Sportbetrieb	4
2.1 Sportanlagen und Infrastruktur	4
2.1.1 Interne Sportanlagen	4
2.1.2 Externe Sportanlagen	4
2.1.3 Vorgaben für den Sportunterricht	4
2.1.4 Hinweise zu den Sportanlagen	4
2.2 Zusammensetzung der Lernenden	5
2.2.1 Allgemeines	5
2.2.2 Zusammensetzung der Berufe in der Grundbildung	5
2.2.3 Zur Verfügung stehende Sportlektionen	5
2.3 Bilingualer Unterricht Bili	5
2.4 Besonderes	6
2.5 Personelle Ressourcen	6
3. Sportkonzept	7
3.1 Handlungsbereiche	7
3.2 Anforderungen	7
3.3 Ziele Sportunterricht	8
3.4 Kompetenzen	8
3.5 Lernziele	9
3.6 Vorgaben Lerninhalte	9
3.7 Umsetzung der Vorgaben am BZLT	9
3.8 Schwerpunkte in den Handlungsbereichen	10
3.9 Übersicht der Kompetenzen und Anforderungsstufen in den 5 Handlungsbereichen ...	16
4. Qualifizierung der Lernenden	21
4.1 Vorgaben	21
4.2 Übersicht Bewertungskriterien	22
5. Sicherheit und Unfallprävention	24
5.1 Einleitung und Grundsätze zur Obhut und Sorgfaltspflicht	24
5.2 Unfallprävention	24
6. Qualität	26
7. Quellenverzeichnis und Links	26

Schulinterner Lehrplan für den Sportunterricht in der Grundbildung

1. Einleitung

Am 24. September 2014 wurde der eidgenössische Rahmenlehrplan, erstellt vom Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation (SBFI), für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung in Kraft gesetzt.

Gestützt darauf erteilte das Mittelschul- und Berufsbildungsamt des Kantons Zürich (MBA) den Auftrag, den eidgenössischen Rahmenlehrplan für Sportunterricht in einen zentralen kantonalen Lehrplan für Sportunterricht umzusetzen, der für alle kantonalen Berufsfachschulen und staatsbeitragsberechtigten Berufsfachschulen mit nichtstaatlicher Trägerschaft verbindlich ist.

Im August 2017 trat der Kantonale Lehrplan für Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung des Kanton Zürich in Kraft (kantonaler Lehrplan). Dieser legt die Ziele und Inhalte des Sportunterrichts der einzelnen Schulen verbindlich fest und macht sie für alle Beteiligten transparent und nachvollziehbar.

Der Sportunterricht unterstützt die Entwicklung der Fachkompetenzen und überfachlichen Kompetenzen in den Handlungsbereichen Spiel, Wettkampf, Ausdruck, Herausforderung und Gesundheit. Mit vielfältigem, abwechslungsreichem Sportunterricht wird den Lernenden ein umfassender Einblick in die Facetten des Sports gewährt, um hoffentlich lebenslange Freude an der sportlichen Bewegung zu wecken und aufrechtzuerhalten.

Basierend auf den Vorgaben des kantonalen Lehrplans haben die Sportlehrpersonen des Bildungszentrum Limmattal (BZLT) den vorliegenden schulinternen Lehrplan erstellt und konkretisiert. Ein besonderer Fokus des schulinternen Lehrplans des BZLT liegt dabei auf den Themen Individualisierung des Sportunterrichts, sowie handlungskompetenzorientierter Unterricht.

2. Sportbetrieb

2.1 Sportanlagen und Infrastruktur

2.1.1 Interne Sportanlagen

Das BZLT verfügt grundsätzlich über den Zugang zu folgenden Sportanlagen:

- Kleine Turnhalle mit einer Damen- und zwei Herrengarderoben als Teil des Schulgebäudes des BZLT;
- Boxraum im Schulgebäude;
- Kraftraum mit Tischtennistischen sowie Headis-Tischen im Schulgebäude;

2.1.2 Externe Sportanlagen

Darüber hinaus nutzen die Sportlehrpersonen des BZLT, nach den vorgegebenen Rahmenbedingungen, auch externe Angebote, um nicht ausreichende bzw. nicht vorhandene Sportanlagen zu kompensieren und den Unterricht inhaltlich zu diversifizieren.

- Öffentlich zugänglicher Rasenplatz mit Street Workout Park
- Öffentlich zugänglicher Skatepark;
- Öffentlich zugänglicher Vitaparcours (Guggenbühlwald).

- Hallen des "VITIS Sport Center", Wiesenstrasse 8, 8952 Schlieren für Tennis und Squash;
- Die Anlagen des "Frei- und Hallenbad Fondli", Fondlistrasse 7, 8953 Dietikon für Schwimmunterricht;
- Die "Kunsteisbahn Weihermatt", Weihermattstrasse 60, 8902 Urdorf für Eislaufen.

Finden Sportlektionen in einer dieser drei Anlagen statt, sind die besonderen Bestimmungen des BZLT zu beachten und es ist im Voraus das orange Formular "Abweichung Unterricht" auszufüllen und einzureichen.

2.1.3 Vorgaben für den Sportunterricht

Das BZLT hat ihren Lernenden einige Minimalvorgaben gemacht für den Sportunterricht, um ein einträchtiges Miteinander sicherzustellen:

- Für den Sportunterricht ist eine zweckmässige Ausrüstung und Bekleidung obligatorisch - soweit diese fehlen, bieten die Sportlehrpersonen den Lernenden die Möglichkeit, sich die Ausrüstung und Bekleidung auszuleihen. Die Hygiene ist dabei sichergestellt – gebrauchte Ausrüstung und Bekleidung werden nach jedem Gebrauch desinfiziert und gereinigt resp. gewaschen.
- Nach dem Sportunterricht sind die Lernenden angehalten zu duschen.
- Aufgrund der Verbindlichkeit des Sportunterrichts (Teil des obligatorischen Unterrichts), müssen die Lernenden jede Nichtteilnahme (auch bei Anwesenheit) innerhalb von spätestens vier Wochen entschuldigen.

2.1.4 Hinweise zu den Sportanlagen

Hinzuweisen ist auf die Thematik der Doppelbelegung der Turnhalle des BZLT.

Aufgrund der Zunahme der Anzahl der Lernenden in den vergangenen Jahren ist die Kapazitätsgrenze der Turnhalle überschritten. Regelmässig findet der Sportunterricht für zwei Klassen gleichzeitig/parallel statt. Die Sportlehrpersonen handhaben diese Doppelbelegung derart, dass eine Klasse die Turnhalle im zweiwöchentlichen Turnus benutzt – in den Wochen, in denen diese Klasse die Halle nicht benützt, findet deren Sportunterricht im Kraftraum oder in/auf anderen Sportanlagen statt.

2.2 Zusammensetzung der Lernenden

2.2.1 Allgemeines

Am BZLT werden nur wenige Berufe und Berufsgattungen unterrichtet.

Neben dem gesetzlichen Auftrag orientieren wir uns an den ethischen und sozialen Werten unserer Gesellschaft. Wir pflegen auch im Sportunterricht einen respektvollen und wertschätzenden Umgang mit allen Beteiligten und ermöglichen ihnen eine freudvolle körperliche Betätigung und ein faires und bereicherndes Sporterlebnis mit andern.

2.2.2 Zusammensetzung der Berufe in der Grundbildung

In der Grundbildung werden bei uns am BZLT Berufe aus Logistik und Technologie unterrichtet:

- Maschinenbau: 2-4-jährige Lehren
- Logistik: 2-3-jährige Lehren
- Technik: 3-jährige Lehre

2.2.3 Zur Verfügung stehende Sportlektionen

Die 4-jährigen Lehren haben in den ersten beiden Ausbildungsjahren eine Doppellektion Sportunterricht pro Woche, im 3. und 4. Lehrjahr dann jeweils eine Lektion pro Woche.

Alle anderen Klassen haben während der gesamten Lehrzeit eine Lektion Sportunterricht pro Woche.

2.3 Bilingualer Unterricht Bili

Am BZLT werden seit 2014 mehrere Logistik- und Maschinenbauklassen von dafür ausgebildeten Lehrpersonen auch im Sport bilingual unterrichtet. Bilingualer Unterricht am BZLT verfolgt den Zweck, Englisch während der Berufsausbildung zu festigen, damit die Lernenden beruflich und privat für eine zusehends globalisierte Zukunft besser gewappnet sind.

Informationen dazu sind zu finden im Schulkonzept «bili», siehe Link Homepage BZLT.

2.4 Besonderes

Den Lernenden des BZLT stehen im Verlaufe ihrer Lehrzeit, neben den Pflichtlektionen, weitere teils obligatorische, teils freiwillige Sportangebote zur Verfügung:

Kraftraum

Nach einer Einführung im Rahmen des ordentlichen Sportunterrichts können die Lernenden den Fitnessraum (Ausdauer- und Kraftgeräte) zu Schulöffnungszeiten selbständig benützen.

Schneesporttag

Alle Lernenden, sowie Lehrpersonen, Verwaltungsmitarbeiter und Berufsbildner können sich für den jährlich stattfindenden Schneesporttag anmelden.

Sport- und Erlebniswoche

In der Prüfungswoche können sich alle Lernende (ausser Abschlussjahrgänge) im Rahmen der Sportwoche- und Erlebniswoche in einer oder mehreren der vielzähligen Angebote sportlich und kulturell herausfordern und inspirieren lassen.

Klassenübergreifendes Turnier

Einmal jährlich findet ein Abendturnier statt (Sportart kann variieren).

Im Berufskunde- und Allgemeinbildungsunterricht am BZLT ist der Unterricht unterstützt durch ein Learning Management System, bei dem die Unterrichtsunterlagen in Form von Missions (Unterrichtsthemen) digital zur Verfügung stehen.

Für den Sportunterricht gibt es auch solche digital aufbereiteten Unterlagen und Anweisungen für die Erarbeitung von Sportthemen. Diese Missions sind teilweise obligatorisch für alle Klassen (Mission zu Fokusthema), teils als zusätzliche Unterstützung für den Unterricht gedacht. Diese werden von den Sportlehrpersonen individuell für einzelne Themen und Klassen herangezogen. Die Lernenden haben somit auch die Möglichkeit, solch unterstützende Missions zusätzlich für sich zu nutzen (freiwillig) – auch solche, welche in ihrer Klasse nicht eingesetzt werden!

2.5 Personelle Ressourcen

Die Sportlektionen werden erteilt durch mehrere Sportlehrpersonen, die gesamthaft ca. 260 Stellenprozente unterrichten.

Daneben kann, sofern intern keine Stellvertretung möglich ist, das Team auf eine fortlaufend aktualisierte Liste mit externen Stellvertretern zurückgreifen.

3. Sportkonzept

Im Kantonalen Lehrplan Sport ist das Sportkonzept wie folgt beschrieben und er macht dazu die folgenden Vorgaben:

Pädagogischer Doppelauftrag des Sports

Der kantonale Lehrplan für Sportunterricht bezieht sowohl die Erschliessung der Sport- und Bewegungskultur sowie auch die Entwicklungsförderung durch Sport und Bewegung mit ein. Deshalb sind mit den inhaltlichen fachlichen Zielen aller Handlungsbereiche die entsprechenden pädagogischen Ziele verknüpft.

3.1 Handlungsbereiche

Aus der Vielzahl von Sportarten und Bewegungsformen lassen sich verschiedene Handlungsbereiche ableiten, welche die wesentlichen Aspekte des Sportunterrichts zusammenfassen:

- **Spiel**
spielen und Spannung erleben
- **Wettkampf**
leisten und sich messen
- **Ausdruck**
gestalten und darstellen
- **Herausforderung**
erproben und Sicherheit gewinnen
- **Gesundheit**
ausgleichen und vorbeugen

3.2 Anforderungen

Pro Handlungsbereich sind aus den Zielen jeweils drei zentrale Anforderungen abgeleitet. Diese Anforderungen führen zur Selbstständigkeit und Handlungsfähigkeit in der Ausführung ausgewählter Sport- und Bewegungsinhalte. Sie entsprechen in ihrer aufgeführten Reihenfolge einer zunehmenden Komplexität und beziehen sich auf:

- **die Ausbildung von Grundfähigkeiten**
(zielorientiertes Bewegungshandeln)
- **die Entwicklung**
(Analyse und Verbesserung)
- **die Kreativität**
(selbstständige, angepasste Ausübung)

(Kantonaler Lehrplan für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung)

3.3 Ziele Sportunterricht

- Wir fördern nachhaltiges und flexibles Sporttreiben, um zu einem lebenslangen Sporttreiben zu animieren.
- Wir antizipieren die Trends und Veränderungen im Sport und geben den Lernenden das Rüstzeug und möglichst viele Ideen für eine sportliche Betätigung in ihrer Zukunft mit.
- Wir tragen zu einem gesunden Fitnessbewusstsein der Lernenden bei.
- Wir leisten einen bedeutsamen Beitrag zur gesunden Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper, gerade in der Adoleszenz.
- Wir stärken die jungen Menschen in ihrer Persönlichkeit, indem wir ihnen ermöglichen, sich in einer Gruppe zu behaupten, unterzuordnen, zu verwirklichen, um gemeinsam Erfolg zu haben oder den Misserfolg gemeinsam zu tragen.

3.4 Kompetenzen

Der Rahmenlehrplan der beruflichen Grundbildung sieht eine enge Verknüpfung zwischen dem Sportunterricht und anderen Lebensbereichen der Lernenden vor. Insbesondere die berufsbezogene Akzentuierung ergibt wertvolle Anbindungsmöglichkeiten an berufsbildende Zielsetzungen. Die vermittelten Kompetenzen und körperlichen Fertigkeiten unterstützen die Lernenden direkt bei der Ausübung ihrer Tätigkeit im Beruf und dienen der Verletzungsprävention (SBFI, 2014). Neben den Fachkompetenzen sollen im Handlungskompetenzen orientierten Sportunterricht auch Methoden-, Sozial- und Selbstkompetenz erworben und weiterentwickelt werden (SBIF, 2015).

Der Sportunterricht am BZLT orientiert sich an den Handlungsbereichen der Lernenden in der Arbeitswelt, der Berufsfachschule und der Freizeit, wobei das Individuum (der/die Lernende) in Beziehung zur Gesellschaft und der Umwelt steht. Das pädagogische Konzept steht beim Unterrichten im Mittelpunkt. Durch digitalisierte Sequenzen im Sportunterricht können Lerntempo und Lerninhalte verstärkt individualisiert werden. Dazu können Missions oder weitere digitale Hilfsmittel eingesetzt werden, die einen Mehrwert generieren. Diese sollen in Handlungssituationen eingebettet werden, welche helfen sollen, berufliches Handeln zu begreifen, Situationen zu beurteilen, gegebene Probleme zu lösen oder Entwicklungsbedarf festzustellen (Vonlanthen, 2019).

Im Kantonalen Lehrplan Sport werden weiter die Fachkompetenzen und überfachlichen Kompetenzen, die Lernziele und die Vorgaben für die Lerninhalte definiert:

Fachkompetenzen und überfachliche Kompetenzen

Die Handlungsbereiche im Sportunterricht konfrontieren die Lernenden mit typischen und komplexen Anforderungen. Um diese Anforderungen im eigenen sportlichen Bewegungshandeln erfolgreich zu bewältigen, ist ein breites Repertoire an Kompetenzen notwendig. Für jeden Handlungsbereich lassen sich zu fördernde Fachkompetenzen und überfachliche Kompetenzen definieren:

- **Fachkompetenz:**
Die zum zielorientierten Handeln erforderlichen fachlichen Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten
- **Selbstkompetenz:**
Die zur Identitätsentwicklung und zum selbstbestimmten Handeln erforderlichen Selbstwahrnehmungen und Motive
- **Sozialkompetenz:**
Die zum angemessenen Umgang mit anderen erforderlichen sozialen Fähigkeiten (z.B. Team- und Kommunikationsfähigkeit)
- **Methodenkompetenz:**
Die zur individuellen Weiterentwicklung erforderlichen Fähigkeiten zu selbstständigem Lernen, Üben und Trainieren (z.B. Wie verbessere ich meine Sprungkraft?)

3.5 Lernziele

Der Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung ist darauf ausgerichtet, dass alle Lernenden pro Lehrjahr fachliche und überfachliche Kompetenzen in den 5 Handlungsbereichen (Spiel, Wettkampf, Ausdruck, Herausforderung und Gesundheit) erreichen.

3.6 Vorgaben Lerninhalte

In 40 Jahreslektionen (entspricht 1 Schuljahr mit 1 Lektion pro Woche) müssen folgende drei Punkte eingehalten werden:

- Zu jedem der 5 Handlungsbereiche hat das SportTeam mindestens ein Thema mit den entsprechenden Fachkompetenzen festgelegt. Pro Thema müssen mindestens eine Anforderungsstufe und eine überfachliche Kompetenz enthalten sein.
- Insgesamt müssen die 3 Anforderungsstufen mindestens einmal behandelt werden.
- Insgesamt müssen die 3 überfachlichen Kompetenzen mindestens einmal enthalten sein.

(Kantonaler Lehrplan für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung)

3.7 Umsetzung der Vorgaben am BZLT

Für jedes Schuljahr haben die Sportlehrpersonen ein Thema aus jedem Handlungsbereich bestimmt (4.7 Schwerpunkte in den Handlungsbereichen), welche alle mit ihren Klassen behandeln. Dabei liegt der Fokus teilweise auf den Fachkompetenzen, teils auch auf den überfachlichen Kompetenzen. Die Gewichtung kann durch die von der Sportlehrperson gewählten Herangehensweise variieren.

Diese Themen decken ungefähr 60% der Jahreslektionen ab. Die zusätzlich zur Verfügung stehenden Lektionen werden inhaltlich von der Lehrperson auf die Wünsche und Bedürfnisse der jeweiligen Klassen und unter Berücksichtigung der situativen Voraussetzungen (Uhrzeit der Lektion, Wetterbedingungen, Jahreszeit, ...) abgestimmt.

Zusätzlich ist am BZLT pro Lehrjahr in einem Handlungsbereich ein Thema als *Fokusthema* verbindlich im Schullehrplan gesetzt.

Dieses Fokusthema soll LMS-geleitet durchgeführt werden, um mit dieser digitalen Unterstützung (Fokus-Mission) dem persönlichen Weg zur Erreichung der Handlungskompetenzen besonders stark Rechnung zu tragen. Dabei werden die Lernenden individuell durch die coachende Lehrperson unterstützt.

Fokus-Mission

Die Fokus-Mission ist ein digitales Hilfsmittel, um einen handlungsorientierten Sportunterricht zu gestalten. Sie soll einen Mehrwert zum herkömmlichen Sportunterricht generieren und auch passend eingesetzt werden. Für die Fokus-Mission muss genug Zeit eingeräumt werden und sie soll in die Semesternote einfließen. Weiter soll sie die Individualisierung im Sportunterricht fördern. Durch den Einsatz der Fokus-Missions in den Handlungsbereichen *Herausforderung* und *Gesundheit*, kann auf die individuellen Bedürfnisse und Vorlieben der Lernenden besonders gut eingegangen werden.

3.8 Schwerpunkte in den Handlungsbereichen

1. Schuljahr					
Handlungsbereich	Spiel	Gesundheit Mission Fokusthema	Wettkampf	Ausdruck	Herausforderung
Thema:	Grosses Ballspiel	Einführung Krafraum	Ausdauer	Aufwärmen	Koordination Jonglieren
Fachkompetenzen:	Die Lernenden ... <i>Technik:</i> - beherrschen Grundtechniken (je nach gewähltem Spiel) - kennen die wichtigsten Regeln <i>Taktik:</i> - verstehen einfaches taktische Verhalten und können es im Spiel anwenden	Die Lernenden ... - können die Krafraum-Geräte korrekt bedienen - wissen, welche Muskelgruppen mit dem entsprechenden Gerät trainiert werden und kennen die Funktion dieser Muskeln	Die Lernenden ... - führen die sportliche Anforderung möglichst lange durch und widerstehen einem ermüdungsbedingten Abbruch möglichst lange	Die Lernenden ... - planen ein effizientes und sinnvolles Aufwärmen im Rahmen eines Lektions-einstiegs unter Berücksichtigung des Themas der Unterrichtsstunde und führen es anschliessend durch	Die Lernenden ... - erlernen den Ablaufs der Kaskade mit 3 Bällen - bauen verschiedene Tricks in laufender Jonglage ein
Anforderungsstufe:	Grundfähigkeiten/ Entwicklung	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität	Entwicklung
Mögliche Testformen	BB: Korbleger FB: Passen li/re UH: Technik-Parcour VB: Abfolge o.Zusp.-Mansch. Spielkultur-Test	Kompetenznachweis der Mission <i>Einführung Krafraum</i> Mündliche Prüfung zu Kraftgeräten	12min Lauf Pendellauf Rudertest OL KN Ausdauer	Aufwärmen leiten inkl. schriftl. Programm	Koordinationsparcour Seilspringen Jonglieren
Verbindliche Missions (LMS)		«Einführung Krafraum»			
Unterstützende Missions (LMS)	«Ein Spiel leiten»		«Ausdauer»	«Aufwärmen»	«Jonglieren»

→ **Zu den Lernzielen:** massgebend für die Lerninhalte und Anforderungen sind die *Lehrmittel Sporterziehung*, Band 5 (6.-9. Schuljahr) und Band 6 (10-13. Schuljahr); Autorenteam/BASPO. Online-Version: www.mobilesport.ch

1. Schuljahr					
Handlungsbereich	Spiel	Gesundheit Mission Fokusthema	Wettkampf	Ausdruck	Herausforderung
Thema:	Grosses Ballspiel	Einführung Krafraum	Ausdauer	Aufwärmen	Koordination Jonglieren
Überfachliche Kompetenzen:	Die Lernenden ...	Die Lernenden ...	Die Lernenden ...	Die Lernenden ...	Die Lernenden ...
Selbstkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> - erkennen Regelverstösse bei sich selber und den anderen und reagieren adäquat - schätzen ihre Fähigkeiten richtig ein 	<ul style="list-style-type: none"> - schätzen ihre Krafftähigkeit richtig ein - erkennen körperliche Aktivität als Aspekt der Gesundheit 	<ul style="list-style-type: none"> - schätzen ihre Ausdauerfähigkeit richtig ein, dass sie ein gleichmässiges Tempo halten können - lernen sich zu einer körperlichen Höchstleistung zu motivieren 	<ul style="list-style-type: none"> - wählen Übungen nach ihren individuellen Fähigkeiten aus, so dass sie diese fachlich korrekt vorführen können - können klar und deutlich sprechen und erklären - haben Mut, einer Gruppe Übungen vorzuzeigen und zur Gruppe zu sprechen 	<ul style="list-style-type: none"> - erkennen, wieso koordinative Fähigkeiten fürs Leben sinnvoll und nützlich sind - schaffen Bezug zu ihrem Alltag - erproben unbekannte Bewegungen und lassen sich auf neue Herausforderungen ein
Sozialkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> - lassen alle am Spiel teilhaben - reagieren tolerant auf Heterogenität in der Klasse - können mit Sieg- und Niederlage umgehen - akzeptieren Team- und Schiedsrichterentscheide 				
Methodenkompetenz		<ul style="list-style-type: none"> - wissen, welches Gewicht sie einstellen müssen, dass das Training die gewünschte Wirkung hat (Muskelquerschnittvergrösserung; Kraftausdauer; intramuskuläre Koordination) 	<ul style="list-style-type: none"> - kennen Methoden zur Leistungssteigerung 	<ul style="list-style-type: none"> - können ein variantenreiches und auf sporttheoretischen Grundlagen basierendes Aufwärmen planen berücksichtigen Prinzipien der Unfall- und Verletzungsprophylaxe 	

2. Schuljahr					
Handlungsbereich	Spiel	Gesundheit	Wettkampf	Ausdruck	Herausforderung Mission Fokusthema
Thema:	Rückschlagspiele	Training	Kraft messen	Lektion durchführen	Koordinative Challenge Bereich Gleichgewicht
Fachkompetenzen:	Die Lernenden ... - erwerben Grundtechniken/ Taktiken: –Schlägerhaltung –Vor- und Rückhand- Service –Taktik Einzel –Spielregeln 1:1 und 2:2	Die Lernenden ... - erstellen einen Trainingsplan und erkennen die Notwendigkeit der Protokollierung, um Fortschritte sichtbar zu machen - verstehen das Prinzip der Superkompensation und der nötigen Erholung nach einem Training - erkennen den Sinn des Beweglichkeitstrainings zur Förderung der Durchblutung und zur Vermeidung von Muskelverkürzungen	Die Lernenden ... - erwerben die Grundtechniken in der jeweils gewählten Disziplin - können Bewegungen unterschiedlich rhythmisieren	Die Lernenden ... - planen eine effiziente und sinnvolle Sportlektion und führen sie anschliessend durch	Die Lernenden ... - setzen ausgewählte und/oder eingebrachte Fähigkeiten zu einem eigenen Bewegungsablauf zusammen (selber gewählte Challenge) - verbessern die koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten <i>Balancieren, Reagieren und Orientieren</i>
Anforderungsstufe:	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
Mögliche Testformen	Tennis Tischtennis Badminton Street-Racket Street-Racket Squash Speedminton	Trainingsprotoll und/oder Trainingsplan für Kraft oder Ausdauer Beweglichkeitstest	Armeetest Plank Box jump Klimmzüge Liegestütze Stangen-Klettern Krafttest Pendellauf	Lektion durchführen in Einzel- oder Partnerarbeit	Kompetenznachweis der Mission <i>Gleichgewicht</i> mit Fokus des selbst gewählten Teilbereichs (z.B. Slackline, Waveboard, Parkour, ...) Springseilabfolge Koordinationsleiter Slackline
Verbindliche Missions (LMS)					«Gleichgewicht
Unterstützende Missions (LMS)	«Tischtennis» «Street-Racket»	«Einführung Trainingsplan»	«Standortbestimmung Fitness»	«Lektion vorbereiten und durchführen»	«Koordinationsleiter»

2. Schuljahr					
Handlungsbereich	Spiel	Gesundheit	Wettkampf	Ausdruck	Herausforderung Mission Fokusthema
Thema:	Rückschlagspiele	Training	Kraft messen	Lektion durchführen	Koordinative Challenge Bereich Gleichgewicht
Überfachliche Kompetenzen: Selbstkompetenz Sozialkompetenz Methodenkompetenz	Die Lernenden ... - erkennen Regelverstösse bei sich selber und den anderen und reagieren adäquat - schätzen ihre Fähigkeiten richtig ein - lassen alle am Spiel teilhaben und können sich zurücknehmen - reagieren tolerant auf Heterogenität in der Klasse - gehen bei Konflikten lösungsorientiert vor	Die Lernenden ... - verstehen den Zusammenhang zwischen ihrer Grund-fitness und ihrer Leistungsfähigkeit bei der Arbeit und im Alltag	Die Lernenden ... - können mittels Videounterstützung das Aussen- mit dem Innenbild vergleichen und daraus Konsequenzen ziehen für Folgeausführungen - lernen Fehlerbilder bei andern zu erkennen und entsprechende Korrektur-Tipps zu geben	Die Lernenden ... - können ein Thema nach ihren individuellen Fähigkeiten auswählen, um es fachgerecht präsentiert zu können - können laut und deutlich sprechen und erklären - haben Mut vor einer Gruppe zu sprechen und etwas vorzuzeigen - berücksichtigen die Heterogenität der Gruppe bei der Übungsauswahl - erkennen die Erfolge und Fehler ihrer «Präsentation» und können Erkenntnisse daraus für künftige Anlässe sinnvoll nutzen (z.B. VA)	Die Lernenden ... - wählen eine Herausforderung, die ihren Fähigkeiten, ihrer Beweglichkeit und Kraft angepasst ist, dass eine Durchführung möglich ist - kennen ihre Grenzen - haben den Mut, neue, unbekannte Dinge zu lernen - schaffen Bezug zu ihrem Alltag (Koordination als Lebensbewältigung) - teilen ihre Erfolge und zeigen anderen Lernenden, wie sie die Herausforderung gemeistert haben - motivieren andere Lernende, weiter zu üben - sie lernen aus ihren Fehlern und können sich so stetig verbessern - wenden Prinzipien der Unfall- und Verletzungsprophylaxe an

3. Schuljahr					
Handlungsbereich	Spiel	Gesundheit	Wettkampf	Ausdruck	Herausforderung Mission Fokusthema
Thema:	Kleine Spiele und Randsportarten	Entspannungstechniken	Leichtathletik	Bewegung und Erinnerungsvermögen	Challenge
Fachkompetenzen:	Die Lernenden ... - kennen die wichtigsten Spielregeln und wenden sie korrekt an - können Spielregeln verändern, um das Spiel anzupassen (eigene Anforderungen, Einfluss auf Spielgestaltung)	Die Lernenden ... - lernen verschiedene Techniken zur körperlichen und geistigen Entspannung kennen	Die Lernenden ... - erwerben die Grundtechniken in der jeweils gewählten Disziplin. - können Bewegungsabfolgen (z.B. Anlauf) unterschiedlich rhythmisieren und akzentuieren	Die Lernenden ... - verbinden verschiedene Bewegungsteile zu einer Abfolge zusammen - orientieren sich im Raum	Die Lernenden ... - können eine individuelle Challenge in Form einer sportlichen, gesundheitsorientierten Zielsetzung definieren, planen, trainieren, absolvieren und reflektieren - können Alltagsgewohnheiten anpassen und/oder Zwischenziele setzen, die der Erreichung ihrer Zielsetzung dienen
Anforderungsstufe:	Entwicklung/Kreativität	Grundfähigkeiten	Grundfähigkeiten	Kreativität	Kreativität
Mögliche Testformen	Tschoukball Baseball Ultimate-Frisbee KinBall Spikeball Smolball Headis	Ernährung Entspannung Beweglichkeit Bewegte Pause	Speer 200m Sprint Hochsprung Kugelstossen Medizinballstossen/werfen Hürdenlauf Standweitsprung	Tanz Partnerakrobatik Trampolin Seilspringen Abfolge	Kompetenznachweis Mission <i>Individuelle Zielsetzung</i>
Verbindliche Missions (LMS)					«Individuelle Zielsetzung»
Unterstützende Missions (LMS)	«Spielaufbau und Regelkunde (Baseball, Smolball, Ultimate-Frisbee)»	«Beweglichkeit» «Rumpfkraft» «Bewegte Pause»	«Leichtathletik: Wurftechnik»	«Tanzen»	

3. Schuljahr					
Handlungsbereich	Spiel	Gesundheit	Wettkampf	Ausdruck	Herausforderung Mission Fokusthema
Thema:	Kleine Spiele und Randsportarten	Entspannungstechniken	Leichtathletik	Bewegung und Erinnerungsvermögen	Challenge
Überfachliche Kompetenzen: Selbstkompetenz Sozialkompetenz Methodenkompetenz	Die Lernenden ... - erkennen Regelverstösse bei sich selber und den anderen und reagieren adäquat - schätzen ihre Fähigkeiten richtig ein - lassen alle am Spiel teilhaben - reagieren tolerant auf Heterogenität in der Klasse - akzeptieren Teamentscheide - erkennen spezifische Zugänge zu unterschiedlichen Spielen - testen methodische Aufbauformen von Spielideen - variieren Spielmöglichkeiten und erfinden neue	Die Lernenden ... - setzen erkannte Verhaltensoptimierungen im Alltag um - geben eigene Erfahrungen weiter - holen zweckdienliche Informationen ein.	Die Lernenden ... - können mittels Videounterstützung das Aussehen mit dem Innenbild vergleichen und daraus Konsequenzen ziehen für Folgeausführungen - lernen Fehlerbilder bei anderen zu erkennen und entsprechende Korrektur-Tipps zu geben	Die Lernenden ... - entdecken durch neue Bewegungen neue Stärken und Schwächen bei sich - Lassen sich auf unbekannte und ungewohnte Bewegungsformen ein - tolerieren Bewegungsformen von anderen	Die Lernenden ... - setzen ihre Beweglichkeit, Kraft und ihr Fähigkeitsniveau angepasst an die Challenge ein, so dass die Erlernung möglich ist - haben den Mut, neue, unbekannte Dinge zu lernen - teilen ihre Erfolge und zeigen anderen, wie sie die Herausforderung gemeistert haben - motivieren andere, weiter zu üben - sie lernen aus ihren Fehlern und können sich so stetig verbessern - wenden Prinzipien der Unfall und Verletzungsprophylaxe an. - setzen sich Ziele und können das Erreichte überprüfen

3.9 Übersicht der Kompetenzen und Anforderungsstufen in den 5 Handlungsbereichen

(gemäss Kantonalem Lehrplan für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung)

Handlungsbereich Spiel

Päd. Zielsetzung:

- Erleben des Spiels als eigenständige und spannende Tätigkeit
- Verstehen, Einhalten und bewusstes Handhaben von Spielregeln
- Anpassen des Spielcharakters durch bewusste und kreative Änderung der Regeln
- Ableitung und Anpassung von Spielformen oder Erfindung neuer Spiele
- Aneignung von sozialem Handeln im Sport und in anderen Lebensbereichen (Fairness, moralische Urteilsfähigkeit, Konfliktlöse- und Teamfähigkeit)

Fachkompetenzen:

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre	
<p>Grosse Spiele</p> <ul style="list-style-type: none"> - Basket-/Volley-/Hand-/Fuss-/ Faust- und Korbball - Unihockey/Baseball/Wasserball - Tschoukball/Ultimate/ 	<p>Grundfähigkeiten <i>Die Lernenden...</i></p> <p>wenden Grundtechniken an und variieren diese</p> <p>verstehen einfaches taktisches Verhalten und können es im Spiel anwenden</p> <p>kennen die wichtigsten Spielregeln</p>
<p>Rückschlagspiele</p> <ul style="list-style-type: none"> - Smolball/Tennis - Badminton/Tischtennis - Squash/Speedminton - Indiacca /Goba 	<p>Entwicklung <i>Die Lernenden...</i></p> <p>richten ihr Handeln auf erfolgreiches Spielen aus</p> <p>verbessern ihre technischen Fähigkeiten</p> <p>wenden die Spielregeln korrekt an</p>
<p>Kleine Spiele</p> <ul style="list-style-type: none"> - Völkerball/Sitzball/Mattenlauf - Aufwärm-/Kommunikations-/ Intensivspiele - Streetball/Kin Ball/Boccia 	<p>Kreativität <i>Die Lernenden...</i></p> <p>planen, organisieren und führen Spielaktivitäten durch</p> <p>analysieren Spielsituationen</p> <p>verändern die Regeln im Hinblick auf das Gelingen des Spiels</p>

Überfachliche Kompetenzen:

Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

- schätzen ihre Spielfähigkeiten realistisch ein
- können mit Sieg und Niederlage umgehen
- verhalten sich regelkonform und zeigen eigene Regelverstösse an
- leiten ein Spiel
- erleben und erkennen ihre planerischen und organisatorischen Fähigkeiten
- erkennen Spielmöglichkeiten und nehmen sie wahr

Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

- handeln Spielregeln kooperativ aus
- akzeptieren Team- und Schiedsrichterentscheide
- lassen alle am Spiel teilhaben
- weisen sich gegenseitig auf Regelverstösse hin
- ermutigen Mitspielende
- sind tolerant gegenüber Mitspielenden mit anderen Vorstellungen und Fähigkeiten

Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

- erkennen spezifische Zugänge zu unterschiedlichen Spielen
- testen methodische Aufbauformen von Spielideen
- variieren Spielmöglichkeiten und erfinden neue
- gehen bei Konflikten lösungsorientiert vor

Handlungsbereich Wettkampf

Päd. Zielsetzung:

- Erleben der Spannung des Leistungsvergleichs
- Erschliessung der Attraktivität der individuellen Leistungssteigerung
- Erfolgsorientierte Umsetzung der Fähigkeiten im Wettkampf
- Entwicklung einer realistischen Selbsteinschätzung
- Befähigung zur Teilnahme an Wettkämpfen
- Organisation schulischer Wettkampfformen
- Respektvoller Umgang mit Leistungsschwächeren, Tolerieren von Leistungsunterschieden

Fachkompetenzen:

 <p>Turnierformen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ligaturniere - Spielturniere / Minigolf / Bowling - Kampfarena 	Anforderungsstufen über alle Lehrjahre		
	<p>Grundfähigkeiten</p> <p>Die Lernenden...</p> <p>erkennen ihre Leistungsfähigkeit in Verbindung mit den Konditionsfaktoren</p> <p>vergleichen verschiedene Arten ihrer Leistungsfähigkeit in Wettkampfformen</p>	<p>Entwicklung</p> <p>Die Lernenden...</p> <p>können sich in Aspekten der Koordination, Kondition und Taktik verbessern</p> <p>verbessern individuell gewählte Leistungsaspekte</p>	<p>Kreativität</p> <p>Die Lernenden...</p> <p>können verschiedene Arten von Leistungsfähigkeit unterscheiden</p> <p>kreieren Wettkampfformen mit angepassten Leistungskriterien</p>
	 <p>Leichtathletik/ Fitness</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hindernislauf / Hallentriathlon - Stationentraining / Fitnessstest - Orientierungslauf / Laufwettbewerbe 	 <p>Wassersport</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausdauerwettkämpfe - Kurzstrecken-Wettkämpfe - Synchron- / Rettungsschwimmen 	

Überfachliche Kompetenzen

Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

- können die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen
- überwinden sich, im Wettkampf Leistung zu erbringen und sich einzusetzen
- können die eigene Leistungsentwicklung beurteilen und beeinflussen
- können Siege und Niederlagen einordnen
- arbeiten mit Durchhaltevermögen und Willen an ihren Zielen
- schätzen die Teilnahme ebenso hoch ein wie das Siegen

Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

- respektieren unterschiedliche, individuelle Leistungsniveaus
- geben sich gegenseitig Tipps zur Verbesserung
- erkennen gegenseitig Stärken und nutzen diese in Gruppenvergleichen
- einigen sich in Gruppenwettkämpfen auf gemeinsame Taktiken
- sind bereit, Wettkampfformen mit Chancengleichheit für alle zu gestalten
- akzeptieren innerhalb der Wettkampfgruppe Fehler und Unvermögen

Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

- kennen Methoden zur Steigerung von Leistungsaspekten
- können sich relevante Informationen zur Leistungsverbesserung besorgen
- wählen für den Leistungsvergleich die für sie erfolgversprechende Ausführungsart
- können angewandte Ausführungsarten analysieren
- kennen Möglichkeiten, um Wettkampfformen zu verändern (zu erleichtern, zu erschweren)
- setzen sich Ziele und können das Erreichte überprüfen

Handlungsbereich Ausdruck

Päd. Zielsetzung:

- Erschliessung des Bewegungspotenzials und des Wesens der Körpersprache
- Erweiterung des Bewegungsrepertoires und der Ausdrucksmöglichkeiten
- Erreichen von beabsichtigten Eindrücken bei Betrachtern
- Entwicklung der Urteilsfähigkeit über die Wirkung von Bewegungen
- Auseinandersetzung mit dem Körper (der eigenen Körperlichkeit)
- Aufbau eines positiv-realistischen Körperkonzepts

Fachkompetenzen:

 Tanzen - Streetdance - Tanz-Aerobicformen - Gesellschaftstänze	Anforderungsstufen über alle Lehrjahre		
 Akrobatik - Partner-/ Gruppenakrobatik - Bewegungsfolgen mit und ohne Geräte - Tanzakrobatik	Grundfähigkeiten Die Lernenden... können Bewegungen, Bewegungsfolgen, Techniken nachahmen/ kopieren	Entwicklung Die Lernenden... kennen und erproben verschiedenartige Präsentationsinhalte und -formen	Kreativität Die Lernenden... schätzen Bewegungsformen nach vorgegebenen, eigenen Kriterien ein
	können sich rhythmisch zu Musik bewegen	gestalten eigene Bewegungsabläufe	beurteilen sich selber kriterienorientiert
 Geräteturnen - Rebounder/ Trampolin - Bodenturnen/ Parcouring - Reck/ Ringe/ Barren			

Überfachliche Kompetenzen

Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

- lassen sich auf ungewohnte und unbekannte Bewegungsformen ein
- entdecken durch neue Bewegungen neue Stärken und Schwächen
- eruieren Vor- und Nachteile von verschiedenen Präsentationsformen
- arbeiten an einer eigenen Darbietung
- kennen Methoden zur Einschätzung von Bewegungen und wenden diese an

Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

- tolerieren ungewohnte und neue Bewegungsformen von anderen
- können Bewegungsvorgaben innerhalb von Gruppen gestalten
- lernen den Umgang mit eigenen Emotionen bei Darbietungen
- nehmen Kritik und Korrekturen entgegen und setzen diese um
- beurteilen die Wirkung und die Ausführung der eigenen Bewegungsformen
- urteilen über und für sich selber

Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

- kennen Vorgehensweisen, um neue Bewegungen zu erlernen
- kennen Ausdruckskriterien zur Bewegungsgestaltung
- erarbeiten mit gegenseitiger Unterstützung Bewegungsfolgen und -abläufe
- integrieren bei Gruppengestaltungen die Stärken der Einzelnen
- beurteilen vorgezeigte Bewegungsformen fair und konstruktiv
- geben hilfreiche und optimierende Rückmeldungen

Handlungsbereich Herausforderung

Päd. Zielsetzung:

- Erschliessung des Reizvollen an sportlichen Herausforderungen
- Erkennen des Risikos bei Bewegungsanforderungen
- Treffen von Sicherheitsvorkehrungen
- Einschätzung und angemessene Beurteilung von Gefahren und eigenen Fähigkeiten
- Entwicklung des Selbstvertrauens
- Einholen und Annehmen von kompetenter Unterstützung und Hilfestellung anderer

Fachkompetenzen:

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre	
 <p>Klettern/ Schneesport</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bouldern - Routen-Klettern mit Sicherung - Ski/Snowboard/Schlitteln 	<p>Grundfähigkeiten</p> <p>Die Lernenden...</p> <p>erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten</p> <p>können ihre Fähigkeiten einschätzen</p> <p>beachten Sicherheitsvorkehrungen</p>
 <p>Sport auf Rollen und Kufen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biken/Einrad - Inline/Skate-/Kickboard - Eislaufen 	<p>Entwicklung</p> <p>Die Lernenden...</p> <p>beurteilen Gefahren und Risiken angemessen</p> <p>kennen Sicherheitstechniken und wenden diese an</p> <p>erkennen Reize von sportlichen Wagnissen</p>
 <p>Artistik/Zielen und Treffen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jonglieren - Balancieren/Slackline/Parcours - Bogenschiessen/Darts/Billiard 	<p>Kreativität</p> <p>Die Lernenden...</p> <p>variiere individuelle Bewegungsherausforderungen sicher</p> <p>beurteilen ihre Bewegungsformen nach eigenen oder vorgegebenen Kriterien</p>

Überfachliche Kompetenzen

Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

- lassen sich auf neue Herausforderungen ein
- überwinden sich (in gesichertem Rahmen), unbekannte Bewegungen zu erproben
- kennen eigene Grenzen und stehen dazu
- thematisieren eigene Fähigkeiten
- ordnen eigene Emotionen ein
- entscheiden sich begründet für oder gegen eine Herausforderung und wählen entsprechende Sicherheitsvorkehrungen

Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

- leisten zuverlässig und kompetent Hilfestellung
- erkennen die Fähigkeiten von Mitlernenden und nutzen sie in der Gruppe
- erkennen negativen Gruppendruck und verhindern ihn
- weisen auf Gefahren hin und geben Hinweise zur Sicherheit
- klären Rollen, vereinbaren Regeln und halten sich daran
- übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen

Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

- kennen Methoden zur Selbst- und zur Fremdeinschätzung
- wenden hilfreiche Bewegungslern-Methoden an
- können Bewegungsabläufe analysieren
- wenden Grundsätze zur Gewährleistung der Sicherheit an
- wenden objektive Kriterien zur Beurteilung von Fähigkeiten an
- halten sich an Sicherheitsstandards

Handlungsbereich Gesundheit

Päd. Zielsetzung:

- Befähigung zum körpergerechten und verletzungspräventiven Sporttreiben
- Erschliessung von ausgleichenden und erholenden Aktivitäten
- Orientierung an gesundheitsrelevanten Erfahrungen (Vorbildern) aus Beruf und Freizeit
- Kompensation unzureichender oder einseitiger körperlicher Beanspruchung
- Stärkung der physischen, psychischen und sozialen Ressourcen
- Integration von Bewegung in eine gesunde Lebensweise
- Anwendung von Aufbaumethoden nach Verletzungen oder Krankheit (aktive Rekonvaleszenz)

Fachkompetenzen

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre		
 <p>Fitness/Haltung</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausdauertraining mit und ohne Gerät - Kraustraum/ Spezif. Krafttraining - Aktives und passives Dehnen/ Mobilisation 	<p>Grundfähigkeiten</p> <p>Die Lernenden...</p> <p>erleben Bewegung und Sport als relevanten Aspekt ihrer Gesundheit</p> <p>kennen die Aspekte von Gesundheit und wissen, wie diese beeinflusst werden können</p>	<p>Entwicklung</p> <p>Die Lernenden...</p> <p>kennen die Faktoren physischer Leistungsfähigkeit und können Einzelne davon steigern</p> <p>erkennen präventiv wertvolle Sport- und Bewegungsformen und wenden sie an</p>
 <p>Mentaltraining/Regeneration</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mentale Handlungssteuerung - Konstruktiver Umgang mit Belastungssituationen - Aktive und passive Erholung 		<p>Kreativität</p> <p>Die Lernenden...</p> <p>kennen die gegenseitige Beeinflussung von körperlichen und geistigen Abläufen</p> <p>können ihre Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden erhalten und steigern</p>
 <p>Prävention</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ergonomisches Handeln - Bedarfsgerechte Ernährung - Unfallverhütung 		

Überfachliche Kompetenzen

Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

- können ihre Gesundheit reflektieren und sich darüber austauschen
- realisieren körperliche Belastungen und deren Auswirkungen
- sind ehrlich und kritisch gegenüber sich selber
- können das eigene Bewegungsverhalten bezüglich Gesundheit beurteilen und dosieren – setzen erkannte Optimierungen im eigenen Bewegungsverhalten um
- überwinden die eigene Bequemlichkeit und sind aktiv

Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

- verhalten sich in der Lerngruppe so, dass alle die Sport- und Bewegungsaktivitäten als gesundheitsfördernd erleben
- geben eigene Erfahrungen weiter
- unterstützen und motivieren andere
- nutzen soziale Kontakte im Umfeld ihrer Bewegungsaktivitäten als einen Aspekt ihrer Gesundheit

Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

- wenden gesundheitsfördernde Arten der körperlichen Betätigung an
- besorgen sich zweckdienliche Informationen
- können einzelne Trainingsformen (inkl. Rekonvaleszenz) anwenden
- setzen sich eigene Ziele und arbeiten darauf hin
- steigern mit Bewegungsaktivitäten ihr aktuelles Wohlbefinden
- nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen

(Kantonaler Lehrplan für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung)

4. Qualifizierung der Lernenden

(gemäss Kantonalem Lehrplan für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung)

Die Qualifizierung der Lernenden im Sportunterricht bedeutet, dass der Erreichungsgrad von Kompetenzen beurteilt wird. Die Leistungserbringung besteht darin, dass Lernende die im Unterricht erarbeiteten Kompetenzen zeigen können (Kompetenzstand). Die Rückmeldung der Bewertung dieser Kompetenzen dient der Orientierung und Förderung der Lernenden.

4.1 Vorgaben

Diese Qualifizierung findet am BZLT semesterweise statt und wird durch eine Note im Zeugnis ausgewiesen, welche allerdings nicht promotionsrelevant ist.

Die Note setzt sich aus der Bewertung fachlicher und überfachlichen Kompetenzen zusammen:



- Zur Erhebung der Semesternote sollen mindestens 3 Teilnoten erfasst werden.
- Die Sportlehrpersonen bewerten alle nach dem gleichen Qualifizierungssystem.
- Die Bewertungskriterien sind für die Lernenden transparent.
- Der Kompetenznachweis aus der Fokus-Mission fliesst als Leistungsnote in die Semesternote ein.
- Leistungstests sind definiert und die Bewertungsskalen werden durch das SportTeam laufend überprüft und angepasst.

4.2 Übersicht Bewertungskriterien

(gemäss Kantonalem Lehrplan für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung)

Handlungsbereiche	Kompetenzen
Spiel	<p>Fachkompetenz (kennt Spielideen und Regeln / verfügt über gute Grundtechnik / erfasst einfache Taktik / kann Spiel analysieren / Regelanpassung gelingt / entwickelt Spielideen / plant Spiel)</p> <p>Sozialkompetenz (akzeptiert Team- und Schiedsrichter-Entscheide / handelt Spielregeln aus / integriert alle / ermutigt alle / ist tolerant gegenüber Ideen oder Fähigkeiten anderer)</p> <p>Selbstkompetenz (kann eigene Spielfähigkeit einschätzen / guter Umgang mit Sieg-Niederlage / verhält sich regelkonform / kann Spiel leiten / kann planen und organisieren)</p> <p>Methodenkompetenz (erkennt Kernpunkte des Spiels / testet Aufbauformen / kann Spiele variieren / oder erfinden / handelt pragmatisch bei Konflikten)</p>
Wettkampf	<p>Fachkompetenz (kennt eig. Leistung aufgrund der Konditionsfaktoren / hat sich punktuell verbessert in Koordination, Kondition, Taktik / hat individuelle Leistungsaspekte verbessert / kann versch. Arten der Leistungsfähigkeit unterscheiden / kreiert Wettkampfformen mit passenden Leistungskriterien)</p> <p>Sozialkompetenz (respektiert versch. Leistungsniveaus / gibt Tipps an andere / erkennt und nutzt gegenseitige Stärken / kann Taktiken erarbeiten im Team / akzeptiert innerhalb der Wettkampfgruppe Fehler und Unvermögen / kann Wettkämpfe mit Chancengleichheit gestalten)</p> <p>Selbstkompetenz (kann eig. Leistung einschätzen / ist leistungsbereit / kann Leistungsentwicklung beurteilen / kann Sieg und Niederlage einordnen / besitzt Durchhaltevermögen und Wille / ist intrinsisch motiviert)</p> <p>Methodenkompetenz (kennt Methoden zur Leistungssteigerung / findet Informationen für die Leistungsverbesserung / wählt und analysiert die für Leistungsvergleich richtige Ausführungsart / kennt Möglichkeiten für Vergleichswettkämpfe / setzt und prüft Ziele)</p>
Ausdruck	<p>Fachkompetenz (kann Bewegungen und Techniken nachahmen / bewegt sich rhythmisch / kennt Präsentationsinhalte / gestaltet eigene Bewegungsabläufe / beurteilt Kriterien orientiert eigene Bewegungsformen)</p> <p>Sozialkompetenz (toleriert ungewohnt Bewegungen anderer / kann Bewegungsfolgen im Gruppe gestalten / kennt Umgang mit eigenen Emotionen bei Darbietungen / ist kritikfähig / kann Bewegungen umfassend beurteilen)</p> <p>Selbstkompetenz (ist bereit für ungewohnte Bewegungsmuster / kennt durch neue Bewegungen eigene Stärken und Schwächen / kennt und beurteilt Präsentationsformen / kann Darbietung gestalten / kennt Methoden zur Beurteilung von Bewegungen)</p> <p>Methodenkompetenz (kennt Ausdruckskriterien und Vorgehensweisen bei neuen Bewegungen / erarbeitet mit Unterstützung Bewegungsformen / erkennt die Stärken der Einzelnen und setzt diese richtig ein / wendet konstruktive Kritik an)</p>

Handlungs- bereiche	Kompetenzen
Herausforderung	<p>Fachkompetenz (nutzt eigene Fähigkeiten für das Erleben der Leistungsgrenzen / beachtet Sicherheitsnormen / beurteilt Risiken angemessen / kennt Sicherheitstechniken / variiert Herausforderungen sicher)</p> <p>Sozialkompetenz (kennt Hilfestellungen / erkennt Fähigkeiten anderer / erkennt Gruppendruck / weist auf Gefahren hin / klärt Rollen und Regeln / übernimmt Verantwortung wie vereinbart)</p> <p>Selbstkompetenz (wagt neue Herausforderungen und überwindet sich diese zu erproben / kennt eigene Grenzen und steht dazu / ordnet eigene Emotionen ein / entscheidet für oder gegen einen Versuch und begründet diesen)</p> <p>Methodenkompetenz (kennt Methoden zur Einschätzung / wendet hilfreiche Bewegungslernmethoden an / analysiert Bewegungsabläufe / hält sich an Sicherheitsstandards / kennt objektive Kriterien zur Beurteilung der Fähigkeiten)</p>
Gesundheit	<p>Fachkompetenz (kennt Sport als Aspekt der Gesundheit / kennt die Aspekte der Gesundheit / kennt und reguliert einzelne Faktoren der körperlichen Leistungsfähigkeit / kennt präventive Massnahmen aus dem Sport / kennt Zusammenhang von Körper und Geist / kann Wohlbefinden regulieren)</p> <p>Sozialkompetenz (gibt eigene Erfahrung weiter / unterstützt und motiviert andere / nutzt soziale Kontakte im Umfeld zum gesunden Bewegen)</p> <p>Selbstkompetenz (reflektiert Gesundheit / realisiert körperliche Belastungen und deren Auswirkung / ist ehrlich und selbstkritisch / kennt und beurteilt eigenes Bewegungsverhalten / ist aktiv)</p> <p>Methodenkompetenz (besorgt sich gesundheitsrelevante Informationen / bewegt sich gesundheitsfördernd/ kennt einzelne Trainings- und Erholungsformen / setzt sich eigene Ziele / steigert durch Bewegung das Wohlbefinden / nutzt Bewegungsangebote für die Gesundheit)</p>

5. Sicherheit und Unfallprävention

5.1 Einleitung und Grundsätze zur Obhut und Sorgfaltspflicht

Unfälle können im Sportunterricht leider nicht immer verhindert werden. Deshalb ist es für die Sportlerpersonen wichtig, allgemeine und der Sportart angepasste Sicherheitsvorschriften zu kennen, anzuwenden und einzuhalten, Risiken vorzusehen und mit angemessenen und zumutbaren Massnahmen einzuschränken.

Der Sportunterricht trägt durch die Förderung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten sowie der individuellen Körperwahrnehmung dazu bei, das Unfallrisiko im Sport sowie in verschiedenen Lebensbereichen zu vermindern und bietet dadurch eine verbesserte Verletzungsprophylaxe.

Unsere Lernenden werden für ein sicheres Übungsumfeld sensibilisiert und übernehmen Verantwortung für die eigene Sicherheit und die der anderen. Dadurch wird der Sportunterricht zur bewussten Sicherheitserziehung für alle Lebensbereiche. (*Kantonaler Lehrplan für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung*)

Die Sicherheit im Sportunterricht liegt weitgehend in der Verantwortung der Sportlehrperson. Sie hat gegenüber ihren Lernenden eine Sorgfalts- und Obhutspflicht zu erfüllen. Generell gilt für den gesamten Sportunterricht, dass die Lehrperson für die Unversehrtheit, der ihr anvertrauten Lernenden verantwortlich ist, soweit es in ihrer Macht steht. Daher müssen alle erforderlichen und zumutbaren Sicherheitsmassnahmen ergriffen und durchgesetzt werden. Es gelten die Richtlinien des Bundesamtes für Sport (BASPO) und des Schweizerischen Bundesamtes für Berufsbildung, Forschung und Innovation (SBFI).

5.2 Unfallprävention

Primäre Unfallprävention

Die Sportlehrpersonen...

- planen die Lektionen sorgfältig und führen diese pflichtbewusst durch.
- beachten bei der Unterrichtsplanung das Thema Sicherheitserziehung und machen sorgfältige Überlegungen zu Themen wie Aufwärmen, Ausrüstung, Material etc.
- kennen die Sicherheitsvorkehrungen für das Einrichten von Geräten.
- beobachten und beseitigen potentielle Unfallherde.
- geben zum Benutzen der Geräte genaue Anweisungen und erlauben erst anschliessend deren Benutzung und selbstständiges Spielen.
- besuchen Aus- und Weiterbildungskurse.
- sind mit den Spezialisten der verschiedenen Risikosportarten im Austausch, um ihre Kenntnisse und das Material auf dem neuesten Stand zu halten.
- unterrichten stufen- und niveaugerecht.
- machen sich Gedanken zur Raumgestaltung, denn mit entsprechender Struktur und sinnvollen Regeln können Verletzungen vermindert werden.

Sekundäre Unfallprävention

Bei allen Sportarten/ Disziplinen definieren die Lehrpersonen, wann eine Schutzausrüstung empfohlen wird oder obligatorisch getragen werden muss.

Tertiäre Unfallprävention

Verhalten bei einem Unfall: Bei Unfällen gilt das Weisungsblatt des BZLT vom 31.05.2018 und der durch die Notfall-APP vorbestimmte Ablauf.

Sollte es zu einem Unfall kommen, wissen die Sportlehrpersonen, was zu tun ist:

- In einem ersten Schritt analysiert die Sportlehrperson, ob es sich um eine leichte Verletzung handelt oder nicht. Im Zweifel wird von einer nicht leichten Verletzung ausgegangen.
- Falls es sich um eine leichte Verletzung handelt, steht den Sportlehrpersonen ein kleiner Erste Hilfe-Raum mit den notwendigen Erste Hilfe-Materialien und einer Liege zur Verfügung.
- Sofern es sich nicht um eine leichte Verletzung handelt, entscheidet die Sportlehrperson, wie die/der Lernende zu versorgen ist und ob die Ambulanz gerufen wird oder die/der Lernende mit

dem Limmattaxi (nur bei Bagatellfällen; Telefon: 044 742 31 31) ins Spital gefahren wird; im Zweifel ist die Ambulanz zu rufen.

- Das Taxi wird direkt über die Sportlehrperson oder das Sekretariat angeboten (die Verrechnung wird mit der Leiterin Zentrale Dienste geregelt).
- Die/der Lernende sowie eine Begleitperson (bspw. 2. Lernende/r) fährt ins Spital.
- Die Sportlehrperson meldet den Vorfall unter Angabe von Name, Unfallhergang und Klasse an die Leiterin Zentrale Dienste Nathalie De Ruijter und dem Sicherheitsbeauftragten.
- Die Leiterin Zentrale Dienste (oder im Falle ihrer Abwesenheit der SIBE) informiert die/den zuständigen Abteilungsleitende/n und die Assistentin. Diese informieren umgehend die Eltern der/des Lernende/n.

6. Qualität

Die Qualitätsansprüche an den Sportunterricht erfordern, dass ...

- das Fach Sport im gesamtschulischen Qualitätsmanagement integriert ist. Der Unterricht der Sportlehrer und Sportlehrerinnen wird regelmässig beurteilt. Dabei werden auch Rückmeldungen von Lernenden eingeholt und Unterrichtsbesuche untereinander organisiert.
- die am BZLT im Sport eingesetzten Lehrpersonen in der beruflichen Grundbildung über die erforderliche berufs- und fachspezifische Ausbildung verfügen oder kurz vor deren Abschluss stehen.
- der Schullehrplan Sport periodisch überprüft und weiterentwickelt werden muss.
- die Sportlehrpersonen sich regelmässig weiterbilden und sich fachlich auf dem aktuellen Stand befinden. Die Schulleitung unterstützt die fachliche Weiterbildung der Sportlehrpersonen.
- eine gemeinsame Sammlung (OneDrive) von Zielen, Stoffplänen, Leistungstests, verschiedenen Unterlagen (Arbeitsaufträge, Übergabeprotokoll etc.) und Checklisten die Basis für einen qualitativ hochstehenden Unterricht bilden.
- an obligatorischen Fachbereichssitzungen Informationen ausgetauscht, Probleme besprochen, Projekte geplant und organisiert werden.
- die Lehrkräfte nebst ihrem Unterricht an der Mitarbeit bei der Planung, Organisation und Durchführung von Sportanliegen und -projekten im Rahmen ihrer Anstellung verpflichtet sind.
- bei Klassenwechsel die Kontinuität der Lerninhalte garantiert werden kann, wobei Übergabeprotokolle zum Einsatz kommen.
- bei nötigen Stellvertretungen möglichst intern eine Stellvertretung organisiert wird.

Das Qualitätsmanagement (QM) der Schule dient der Sicherung und Weiterentwicklung der Schulqualität sowie der Rechenschaftslegung. Das QM legt die Basis für Entwicklung und Innovation und geht einher mit der Schulentwicklung, welche die drei Bereiche Organisations-, Personal- und Unterrichtsentwicklung umfasst. Das QM unterstützt unter anderem auch die Qualitätsansprüche des Sportbereichs und sorgt bei Entwicklungsprozessen für die erforderlichen Ressourcen.

7. Quellenverzeichnis und Links

- Kantonaler Lehrplan für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung. René Wyttenbach, Marianne Leu, Bruno Räss, Jean-Pierre Brêchet, Karin Ryser, Annina Baumann, 3. April 2017
- SBFI Rahmenlehrplan für Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung. Bern:BBL2014
- Vonlanthen, 2019
- Pädagogisches Grundverständnis 2020. BZLT Version Juni 2020
- Lehrmittel Sporterziehung Band 5 (6. – 9. Schuljahr) und Band 6 (10. – 13. Schuljahr) Autorenteam / BASPO / Online Version: www.mobilesport.ch.