

Lehrplan Sport

Grobziele

Die genauen Unterrichtsinhalte werden einerseits als Sport- und Spieltagprogramme für alle Klassen verbindlich vorgeschrieben und andererseits je nach Möglichkeiten und Situation innerhalb einer Klasse (Alter, Geschlecht, Klassengrösse, Stundenplan, Interessen, Leistungsvermögen, Konflikte) gemeinsam mit der Sportlehrerin oder dem Sportlehrer festgelegt.

1. und 2. Klasse

Stoffgebiete:

Fitness, Leichtathletik, Geräteturnen, Bewegungsgestaltung, Mannschafts- und Partnerspiele sowie andere Bewegungsaktivitäten.

Stufenziele:

- Die motorischen Fähigkeiten und die ihnen zugrunde liegenden Organsysteme regelmässig beanspruchen und systematisch entwickeln
- Die körperliche Leistungsfähigkeit auf einer möglichst breiten Basis ausbilden
- Grundlegende Kenntnisse in verschiedenen Sportarten vermitteln
- Gemeinschaft erfahren und Kenntnisse zur selbständigen und partnerschaftlichen Arbeitsweise erwerben

3. und 4. Klasse

Stoffgebiete:

Fitness, Leichtathletik, Geräteturnen, Bewegungsgestaltung, Mannschafts- und Partnerspiele sowie andere Bewegungsaktivitäten.

Stufenziele:

- Die körperliche Leistungsfähigkeit neben anderen Faktoren als wichtigen Bestandteil der persönlichen Gesundheit erkennen
- Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit systematisch schulen
- Wichtige Theorien aus der Trainingslehre kennen lernen
- Kenntnisse in verschiedenen Sportarten vertiefen, neue Sportarten kennen lernen und die individuelle Bewegungsqualität verbessern
- Bewegungen ausgestalten und den Körper als Ausdrucksmittel bewusst einsetzen

5. und 6. Klasse

Inhalte:

Fitness, Leichtathletik, Geräteturnen, Bewegungsgestaltung, Mannschafts- und Partnerspiele sowie andere Bewegungsaktivitäten.

Fertigkeiten und Haltungen:

- Erworbene Kenntnisse, Fertigkeiten und Haltungen anwenden
- Eigene Trainingsziele formulieren, diese konsequent verfolgen und sich über das Erreichte regelmässig Rechenschaft geben
- Selbständig und in Gruppen verantwortungsvoll ausgewählte Sportarten betreiben
- Die persönliche Leistungsbreite und -höhe in verschiedenen Sportarten erweitern
- Verpflichtungen bei Sportveranstaltungen der Schule übernehmen
- Ausgewählte Themen (z.B. Zusammenhänge zwischen dem Sport und seinem Umfeld) bearbeiten

Ergänzungsfach Sport

Bildungsziele

Die Schülerinnen und Schüler werden angehalten, die verschiedenen Möglichkeiten des Sports zur Selbsterfahrung sowie zum gemeinsamen Erleben kritisch und verantwortungsbewusst zu nutzen. Dabei setzen sie sich insbesondere mit den eigenen und den gesellschaftlichen Aspekten der Gesundheit auseinander.

Die Schülerinnen und Schüler sollen die Vielfalt, Faszination, Problematik und gesellschaftliche Bedeutung des Sportgeschehens in unserer Gesellschaft und seine Entwicklung kritisch beurteilen können.

Richtziele

Grundkenntnisse

- Die gesundheitliche Bedeutung des Sports kennen lernen und entsprechende Konsequenzen für sich persönlich und für Bereiche unserer Gesellschaft ziehen
- Zusammenhänge zwischen dem Sport und seinem Umfeld erkennen und sich damit kritisch auseinander setzen

Grundfertigkeiten

- Ein vielseitiges Körpertraining absolvieren, wobei das Durchhaltevermögen eine wesentliche Rolle spielt
- Eigene Bewegungsaktivität reflektieren und die erworbenen Erkenntnisse bewusst umsetzen im Hinblick auf eine gesundheitsorientierte Lebensführung durch erhöhte Innenorientierung, vertieftes Wissen und verbessertes (Körper-)Bewusstsein

Grundhaltungen

- Sich kritisch mit Fragen des Sports innerhalb unserer Gesellschaft auseinander setzen, Probleme und Entwicklungen von verschiedenen Seiten angehen und hinterfragen sowie komplexe Zusammenhänge verstehen

Grobziele

Die Zielsetzungen stehen in Theorie und Praxis in einer engen wechselseitigen Beziehung. Beim sportlichen Tun soll die reflektierte praktische Erfahrung im Zentrum stehen.

Stoffgebiete:

Ausgewählte Sportarten. Ausgewählte Projekte zu Fragen und Problemen des Sports mit den entsprechenden Bewegungsaktivitäten.

Ziele:

- In ausgewählten Sportarten Bewegungen unter dem Aspekt der Leistungsfähigkeit, Bewegungsqualität und/oder Ästhetik erarbeiten
- Sachverhalte, Geschehnisse und Erfahrungen beim eigenen oder fremden Sporttreiben genau beobachten und in geeigneter Form festhalten
- Ergebnisse richtig auswerten, interpretieren und umsetzen