



LEHRPLAN DER GYMNASIALSTUDIEN

STUDIENBEREICH SPORT KÖRPERERZIEHUNG

1. Stundendotation pro Woche

Stufen	1	2	3	4
Grundlagenfach	3	3	3	3
Schwerpunktfach	-	-	-	-
Ergänzungsfach	-	-	2	2

2. Bildungsziele

Die körperlichen Aktivitäten und der Sport sind ein Grundelement der Erziehung, des sozialen Lebens und der Kultur. Sie beinhalten wichtige Faktoren für den Ausgleich, die Gesundheit, die Entfaltung, die Autonomie, die Kommunikation und die Anpassung.

Das Unterrichtsfach der körperlichen Aktivitäten, Sport-, Körper- und Bewegungserziehung, strebt drei grosse Zielsetzungen an:

- Die Entwicklung der möglichen Handlungen und Reaktionen gegenüber dem physischen und psychischen Umfeld des Menschen (Entwicklung der Mittel körperlicher Aktivitäten)
- Die Übermittlung kultureller Elemente, durch Zustimmung der Anwendung körperlicher Aktivitäten, welche bestimmte Handlungen in der Zivilisation ausmachen (soziale Erfahrungen)
- Die Fähigkeit erwerben, Kompetenzen in verschiedenen Fachbereichen, Situationen und auserschulischen Umgebungen anzuwenden

In diesem Sinne und auf das schweizerische Lehrmittel abstützend, muss die Sport-, Körper- und Bewegungserziehung folgende Punkte beinhalten:

- Sich wohl und gesund fühlen, in Form sein (sich im Gleichgewicht und in Harmonie bewegen)
- Entdecken, erfahren und lernen (Bereicherung seiner Motorik, Erwerb von Wissen und Kompetenzen)
- Gestalten und darstellen (die Bewegung als Mittel des Ausdruckes und der Kommunikation benützen)
- Üben und leisten (seine Grenzen erfahren, üben um sich zu verbessern)
- Herausfordern und wetteifern (sich selbst und anderen gegenüber messen)
- Dabei sein und dazugehören (gemeinsam etwas unternehmen und erleben; kooperieren; den Teamgeist mittragen; miteinander spielen und gestalten)

3. Richtziele

Bei der Aufteilung der Richtziele in 3 Kategorien (Grundkenntnisse, Grundfertigkeiten, Grundhaltungen) ist es von Vorteil, diese Ziele in Form von Kompetenzen zu formulieren. Dadurch verhindert man eine induktive Aufgliederung. Die Kompetenz ist die Aneignung von Zusammenhängen und Querverbindungen der unterschiedlichen Arten von Mitteln, welche die Sport-, Körper- und Bewegungserziehung entwickelt. Folgende Bereiche sind wichtig zu beherrschen: die verschiedenen Fähigkeiten, die motorischen Geschicklichkeiten, die methodischen Geschicklichkeiten, die Kenntnisse und die Einstellungen.

Es geht darum, folgende Frage zu beantworten: "Welches sind die Kompetenzen, die die Studenten nach ihrem Gymnasiumsabschluss beherrschen müssen?"

3.1. Kompetenzen

- Fähig sein, seine Energie, unter Berücksichtigung der eigenen Person, anderer Personen und der Umwelt, in Aktivitäten zu investieren
- Fähig sein, seine Gesundheit zu erhalten und zu bewahren
- Fähig sein, einen Lernprozess autonom und eine Aktivität mit einer optimalen Vorbereitung durchzuführen
- Fähig sein, sich an Gruppenarbeiten zu beteiligen
- Fähig sein, möglichst erfolgreich mittel- bis langfristige Projekte zu leiten
- Fähig sein, ein begeisterter und kritischer Zuschauer und/oder ein aktiver Freizeitsportler zu sein
- Fähig sein, seine Persönlichkeit auszudrücken und seine Kreativität zu entwickeln durch eine oder mehrere körperliche Tätigkeiten
- Durch festgelegte oder abgemachte Regeln und Normen muss der Ethik grosse Bedeutung beigemessen werden
- Förderung der Wahrnehmung des Körpers und der Umwelt durch den Sport
- Den Sport als Ausgleich betreiben

4. Grobziele – Lerninhalte – Querverweise

4.1. Sport-, Körper- und Bewegungserziehung: Grundlagenfach

Die im **Grundlagenfach** enthaltenen Lerninhalte sind Vorschläge zur optimalen Verwirklichung und Realisierung der Grobziele. Diese Lerninhalte können je nach Infrastruktur und Unterrichtsbedingungen der verschiedenen Kollegien angepasst werden.

Grobziele	Lerninhalte	Querverweise
1. Jahr - Vertiefen der Kenntnisse einiger Aktivitäten und notwendige für die Praxis unternehmen - Das Bewusstsein des Körpers durch Lernstrategien und zweckgebundene Anpassungen entdecken und vertiefen - Die Elemente Aufwärmung und Erholung in den sportlichen Aktivitäten richtig anwenden und die Notwendigkeit der Pflege des Körpers verstehen - Sicherheitssinn und Zusammenarbeit entwickeln durch Kontrolle des eigentlichen Entwicklungsprozesses der betätigten Aktivität	- Leichtathletik, im Freien, Spiel - Körperliche Ausdrucksarten, Entspannungstechniken - Ausdauer, Kondition - Geräteturnen, Akrobatik, Wasseraktivitäten	Die vielfältigen Möglichkeiten der Sport-, Körper- und Bewegungserziehung und der interdisziplinäre Charakter der Sportwissenschaft sind günstige Voraussetzungen für eine vernetzte Arbeitsweise, vor allem an thematischen Tagen, Projekt- und Studienwochen.

<p>2. Jahr</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auf eine rationelle und spontane Art und Weise die Organisation und Durchführung verschiedener Aktivitäten erarbeiten - Die relativen Erfolgskriterien einer körperlichen Aktivität definieren - Die Wahrnehmung seines Körpers stimulieren und die Übertragung von einer zur anderen Aktivität realisieren - Durch Kenntnisse der Grundprinzipien des Trainings seine Leistungen verbessern und die Folgen im Bereiche Gesundheit kennen. 	<ul style="list-style-type: none"> - Spiele und Mannschaftsspiele, unterschiedliche Wettkämpfe - Leistungs- und Ausdrucksaktivitäten - Erholungsaktivitäten (Massage, Stretching, usw.), Rhythmik - Ausdauer, Kondition 	<p>Die vielfältigen Möglichkeiten der Sport-, Körper- und Bewegungserziehung und der interdisziplinäre Charakter der Sportwissenschaft sind günstige Voraussetzungen für eine vernetzte Arbeitsweise, vor allem an thematischen Tagen, Projekt- und Studienwochen.</p>
<p>3. und 4. Jahr</p> <ul style="list-style-type: none"> - Neue Experimente erleben oder die nötigen Kompetenzen entwickeln um eine, auf eigenes Risiko, praktische Aktivität zu realisieren oder eine von einer anderen Kultur abstammenden, zu verstehen - Aktivitäten auswählen, welche eine Entwicklung des persönlichen Niveaus auf eine autonome Art und Weise erlauben und dieses auch taxieren. - Durch das Sporttreiben können Freude, Gesundheit und Training Faktoren allgemeinen Ausgleichs sein - Aktivitäten ausüben, welche eine differenzierte Annäherung der Lernstrategien erlauben 	<ul style="list-style-type: none"> - Neue Sportarten (Intercross, Baseball, Tchoukball), Aktivitäten im Freien - Leichtathletik, Gymnastik - Aktivität nach Wahl - Wintersportarten, Rückschlagspiele 	<p>Die vielfältigen Möglichkeiten der Sport-, Körper- und Bewegungserziehung und der interdisziplinäre Charakter der Sportwissenschaft sind günstige Voraussetzungen für eine vernetzte Arbeitsweise vor allem an thematischen Tagen, Projekt- und Studienwochen und für die Maturaarbeit.</p>

4.2. Sport-, Körper- und Bewegungserziehung: Ergänzungsfach

Das Ergänzungsfach versucht dieselben Allgemein- und Grundziele zu erreichen, wie das obligatorische Unterrichtsfach.

Der Unterschied vom Ergänzungsfach zum Grundlagenfach besteht darin, noch spezielle Zusatzziele wie nachstehend definiert zu bearbeiten.

Die Sport-, Körper- und Bewegungserziehung als Ergänzungsfach muss:

- die Inhalte des obligatorischen Unterrichts vertiefen und vervollständigen
- eine weitreichende Ausbildung bieten, welche den Schülern erlaubt, mit grösserem Bewusstsein eine sportliche Aktivität zu betreiben
- die nötigen Bedingungen schaffen für eine wissenschaftliche und kulturelle Annäherung des Sportes und aktuelle Themen im Sport erfassen

- dazu beitragen, das Phänomen Sport mit Hilfe der Verknüpfung von Theorie und Praxis besser zu verstehen
- den Schülern erlauben, eine kritische Meinung über die gegenseitige Beeinflussung von Sport und Gesundheit zu entwickeln
- erlauben, die Wichtigkeit des Sportes und der Erziehung für die Berufswelt offensichtlich zu erkennen

Die Rubrik "Zusammenhängende Fächer" wird in Form von Themen vorgeschlagen. Es ist wichtig, die Verknüpfung von Inhalten und Zusammenhängen der Fächer hervorzuheben. Dies zieht einen breiten Umfang an fächerübergreifenden Möglichkeiten nach sich.

Grobziele	Lerninhalte	Querverweise
3. und 4. Jahr - Vertiefen und Beherrschen der technischen Grundbasis und Taktik sowie die sozialen und affektiven Fähigkeiten bei jeder sportlichen Aktivität erweitern - Seine persönliche Leistung in verschiedenen Bereichen praktischer Aktivitäten verbessern - Theoretische Kenntnisse erlangen, welche erlauben, die Prozesse, die den Sport beherrschen zu verstehen (Aspekt des Fächerübergreifens)	- Gymnastik und Ausdrucksaktivitäten - Spiele - Rückschlagspiele - Athletische Aktivitäten und Kondition - Wassersport - Wintersport und Gleitsportarten - Aktivitäten in der freien Natur - Kampfsport - Sportarten aus einer anderen Kultur, alte Sportarten, neue Sportarten - Vorbeugung, Entspannung und Theorie	- Biologie, Physik, Chemie - Wirtschaft und Recht - Geschichte, Geographie - Pädagogik, Psychologie - Bildliche Kunst, Musik - Andere Fächer (Informatik, Sprachen, usw.)

5. Methodisch-didaktische Hinweise

- Die pädagogische Handlung stützt sich sowohl auf den Entwicklungsprozess als auch auf die Zielsetzung ab
- Die Schüler sind handelnde Personen ihrer Ausbildung und beteiligen sich im Bereich der vom Lehrplan definierten Grenzen am Konzept und an der Festlegung des Lehrplanes
- Die differenzierte Pädagogik erlaubt, den Lernenden, ins Zentrum der Hauptaufgaben zu stellen
- Die Lehrpläne müssen flexibel genug sein um die verschiedenen Unterrichtsformen wertvoll einsetzen zu können (Gemeinschaftsarbeit, Team-Teaching, Blockarbeit, usw.)
- Die Ausbildung geschieht mit Hilfe von Projekten (Sporttage, Themenblöcke, Thematische- und Sportwochen, usw.)
- Die Zweisprachigkeit wird, je nach den zur Verfügung gestellten Mitteln, in den Klassen eingeführt
- Die Informatik dient als Unterstützung im Unterrichtsfach, im Konzept und bei der Festlegung des Lehrplanes, in der globalen Organisation oder "beim auf die Beine stellen" von Projekten und Sporttagen.

6. Möglichkeiten des fächerübergreifenden Unterrichts

6.1. Vorrangige Bemerkungen

- Das Unterrichten nach Projekten basiert auf den Zusammenhängen des Unterrichtsstoffes der obligatorischen Fächer und der Ergänzungsfächer.
- Der theoretische Stoff wird in erster Linie vom Sportlehrer vermittelt.
- Eine Zusammenarbeit mit anderen Unterrichtsfächern kann in gewissen wissenschaftlichen, artistischen, kulturellen Bereichen, usw. vorgesehen werden.
- Bei der Verwirklichung von Projekten kann auch eine Zusammenarbeit innerhalb eines Fachs oder mehrerer Fächer sinnvoll sein, z.B. bei der Maturitätsarbeit, bei thematischen Modulen, bei Sport- und Projektwochen, bei Sporttagen, bei Studienreisen, bei fächerübergreifenden Wochen, bei zweisprachigen Werkstätten, bei Gesundheitsfragen.

6.2. Fächerübergreifende Vorschläge

Die unten erwähnten Vorschläge sind in Form von Themen formuliert. Dies ermöglicht eine grosse Anzahl von Verknüpfungen herzustellen. Mit Verknüpfungen ist gemeint, ein Thema in sich selbst zu entwickeln (Interdisziplinarität) oder die Beziehung des Themas zwischen verschiedenen Unterrichtsfächern (Transdisziplinarität). Das Erfassen eines Themas muss sowohl durch eine horizontale wie auch vertikale Annäherung erfolgen.

6.2.1. Thema 1 : Sein Körper und der Sport

<i>Biologie</i>	der Bewegungsapparat, der Stoffwechsel
<i>Physik</i>	die Mechanik, das Trägheitsgesetz, der Druck
<i>Chemie</i>	das Doping
<i>Psychologie</i>	die Abhängigkeiten, die Gesundheit

6.2.2. Thema 2 : Die Umwelt und der Sport

<i>Geschichte</i>	die Olympiaden
<i>Geografie</i>	die Umwelt, die Geologie, die Kartographie
<i>Psychologie, Pädagogik</i>	die Lernmethoden, der geistige Gesichtspunkt (geistiges Training, Motivation, der soziale Gesichtspunkt (die Verhaltensweisen), der emotionale Gesichtspunkt)
<i>Bildliche Kunst</i>	die Fotografie, das Video, das Kino, das Zeichnen
<i>Musik</i>	der Rhythmus
<i>Wirtschaft u. Recht</i>	das Sponsoring, das Marketing, die sportlichen Veranstaltungen, die Sportvereine, die Finanzen, die Regeln, die Statuten, der Sport im Unternehmen
<i>Sprachen</i>	der Journalismus, die Medien