

# FACHCURRICULUM

## Bewegung und Sport

SCHULJAHR 2017 / 2018  
5. Klasse

**Fachoberschule für Wirtschaft, Grafik und Kommunikation**  
**Julius und Gilbert Durst**

Die Fachlehrer/Innen:

Prof. Kiesenhofer Thomas .....

Miterrutzner Karl .....

Prof. Plangger Regina .....

Brixen, am 20. Oktober 2017

## Fach: Bewegung und Sport

### Kompetenzen am Ende der 5. Klasse

Fertigkeiten	Kenntnisse	Mögliche Lerninhalte	Kompetenzen
<b>Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- den eigenen Körper wahrnehmen und sich mit Freude bewegen, die konditionellen und koordinativen Fähigkeiten verbessern, sich durch Bewegung ausdrücken, Bewegungsabläufe situationsgerecht und zielorientiert anwenden</li> <li>- den Wert von aktiver Sportausübung für die Gesundheit erkennen und einen aktiven Lebensstil pflegen</li> <li>- Fitness mit entsprechenden Maßnahmen verbessern</li> </ul>
die persönliche sportmotorische Entwicklung organisieren und fördern	Bewegungs- und Sporterziehung	Menschenpyramiden auch in Kombination mit turnerischen Elementen, Gymnastik mit und ohne Geräte (Seil, Hanteln, Bänke, Bälle usw.), Tänze, Jonglieren und Balancieren, Hindernisläufe, Bewegungserfahrungen unter Verwendung von Geräten und Hilfsgeräten.	
Bewegungsrhythmus und Bewegungsgestaltung an sportliche Techniken anpassen	Bewegungsrhythmus und Bewegungsfluss		
die eigenen sportlichen Fähigkeiten und Leistungen einschätzen und mittels objektiver Kriterien einordnen	Spezifische sportliche Leistungskriterien		
<b>Sportmotorische Qualifikationen</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Kompetenzen in versch. Individual- und Mannschaftssportarten in technischer und taktischer Hinsicht anwenden, sich Leistungsvergleichen im Sinne einer korrekten Ethik und unter Beachtung der geltenden Regeln und des Fairplay stellen sowie verschiedene Rollen übernehmen</li> </ul>
Physisches und psychisches Wohlbefinden durch geplantes Üben herstellen	Fitness und Gesundheitssport	Dauerlauf, Staffelläufe, Circuittraining, Übungen zur Verbesserung der Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Gelenkigkeit, Gleichgewicht und Koordination nach der Dauer-, Intervall- und Wiederholungsmethode	
Trainingsmethoden situationsgerecht auswählen und anwenden	Prinzipien und Methoden der Leistungsverbesserung		
Bewegungsabläufe unter Anwendung der richtigen Technik gezielt einsetzen	Technische Elemente und Grundlagen mehrerer Sportarten	Leichtathletik: Laufen, Springen, Werfen; Mehrkämpfe; Boden- und Gerätturnen: Sprung-, Roll-, Felg-, Kipp- und Überschlagbewegungen	
<b>Bewegungs- und Sportspiele</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Kompetenzen in versch. Individual- und Mannschaftssportarten in technischer und taktischer Hinsicht anwenden, sich Leistungsvergleichen im Sinne einer korrekten Ethik und unter Beachtung der geltenden Regeln und des Fairplay stellen sowie verschiedene Rollen übernehmen</li> </ul>
Technik und Taktik anwenden, aktiv an Sportspielen und Mannschaftsspielen teilnehmen und wetteifern;	Kleine Spiele, Sportspiele und Mannschaftsspiele	Übungen zum Verbessern und Festigen der Grundfertigkeiten bis hin zur Feinformung; Anwenden von Grundfertigkeiten in vereinfachten Spielsituationen, Spielen unter Anwendung gezielter Taktiken in den Ball- und Sportspielen wie z.B. Volleyball, Handball, Basketball, Fußball, Badminton, Tischtennis, Unihoc; Regelkunde.	
Regeln einhalten und fair spielen	Regeln und Fairness		

<b>Fertigkeiten</b>	<b>Kenntnisse</b>	<b>Mögliche Lerninhalte</b>	<b>Kompetenzen</b>
<b>Bewegung und Sport im Freien</b>			- Bewegung, Spiel und Sport in Einklang mit Natur, Umwelt und notwendigen Sicherheitsaspekten ausüben
in natürlicher Umgebung Bewegung und Sport ausüben	Sportarten im Freien	Bewegung und Sport im Gelände, Ball- und Laufspiele, Slackline, Parcour, Balancieren, Hindernisse überwinden, Orientierungsläufe, New Games, Nutzen von verschiedenen Sportanlagen und Spielplätzen in der freien Natur	
Verantwortung übernehmen für einen schonenden Umgang mit der Natur	Umweltgerechter Sport in der Natur		

## Übergreifende Kompetenzen

Folgende übergreifende Kompetenzen mit den entsprechenden Fertigkeiten, Haltungen und Kenntnissen als Grundlage für ein lebensbegleitendes Lernen und für eine erfolgreiche Lebensgestaltung können im Fach Bewegung und Sport erworben werden:

Aus dem Bereich „soziale Kompetenz und Bürgerkompetenz“:

<b>Fertigkeiten und Haltungen</b>	<b>Kenntnisse</b>
Rechte und Pflichten in Schule und Gesellschaft wahrnehmen	Gesetze, Mitbestimmungsmöglichkeiten
Sich an Aktivitäten zum Wohle der Gemeinschaft beteiligen	Initiativen, Projekte

## **Didaktisch methodische Hinweise**

Das Angebot an Lerninhalten ist im Fach Bewegung und Sport umfangreich und vielseitig. Eine Berücksichtigung annähernd aller Lerninhalte ist aufgrund des vorgegebenen Stundenausmaßes nicht möglich. Der Leibeserzieher hat eine Auswahl zu treffen, die sich orientieren soll am Beitrag der jeweiligen Lerninhalte für Gesundheit, Freizeitgestaltung und Wohlbefinden, an materiellen und organisatorischen Voraussetzungen, an Leistungsniveau, Entwicklungsstand und Interesse der Schüler. Die Auswahl der Lerninhalte und der gesamte Unterricht sind so zu gestalten, dass vor allem eine hohe Motivation für Sport bei allen Schülern erreicht wird. Es soll aber in jedem Fall eine vielseitige Ausbildung gesichert werden. Die Vermittlung von praktischen und theoretischen Grundlagen und Anregungen soll die Schüler befähigen, nicht nur im Unterricht, sondern auch außerhalb der Schule sowie nach Beendigung ihrer Schulzeit selbständig, verantwortungsbewusst und regelmäßig Sport zu treiben. Lerninhalte aus dem kognitiven Bereich sind grundsätzlich in unmittelbarem Zusammenhang mit dem praktischen Tun zu vermitteln.

Die Schüler sollen den Sport auch als Freiraum erfahren, in dem Entspannung, Freude und Kreativität möglich sind.

Auf der Basis gründlicher Kenntnisse sollen sie imstande sein, über die Erscheinungsformen des Sports zu reflektieren, Probleme des Sports zu erkennen und einseitige Ansichten und Festlegungen kritisch zu untersuchen.

Die Steigerung und Sicherung des Unterrichtsertrages ist durch geeignete Unterrichtsformen und Methoden anzustreben.

Die Auswahl des Lehrverfahrens (induktiv oder deduktiv) ist abhängig von den Lernzielen und Lerninhalten, vom Entwicklungs- und Leistungsstand der Schüler und von der konkreten Unterrichtssituation. Es werden methodische Übungsreihen sowie methodische Spielreihen eingesetzt.

Zu den methodischen Grundsätzen zählen außer den verbalen (Bewegungsbeschreibung, -erklärung, -aufgabe, Unterrichtsgespräch) auch die visuellen (vormachen, vorzeigen) sowie die instrumentellen (Bewegungshilfen durch Schüler oder Geräte) Maßnahmen.

## **Bewertungskriterien**

Die Note im Fach Bewegung und Sport ergibt sich aus der Bewertung folgender Leistungsbereiche:

- sportliches Eigenschafts- und Fertigniveau (wobei besonders der individuelle Lernfortschritt berücksichtigt wird)
- Einsatz, Mitarbeit, Interesse, Motivation, Leistungsbereitschaft, Einstellung zum Sport, soziales Verhalten
- Kognitive Qualifikationen (Sporttheorie, Bedeutungs- und Erscheinungsformen des Sports)

Beurteilt wird die Leistung durch folgende Lernzielkontrollen:

- Leistungskontrollen durch Testverfahren (standardisierte Eigenschafts- und Fertigkeitstests)
- Bewertung der Technik und der Ästhetik der Bewegungsausführung
- Bewertung von Bewegungsabläufen
- Persönliche Beobachtung des Bemühens, der Disziplin, der Mitarbeit, des individuellen Fortschritts und des sozialen Verhaltens der Schüler/innen
- Überprüfung der kognitiven Qualifikationen durch mündliche oder schriftliche Befragungen
- Gruppenarbeiten im kreativen und rhythmischen Bereich

## Schulsporttätigkeit

Die Fachgruppe Leibeserziehung organisiert schulinterne Sportveranstaltungen und beteiligt sich an den Meisterschaften auf Bezirks- und Landesebene.

### - Schulsporttätigkeit auf Bezirks- und Landesebene

Voraussichtlich wird unsere Schule an folgenden Disziplinen teilnehmen:

Sportspiele: Fußball, Volleyball, Handball, Basketball

Einzel sportarten: Querfeldeinlauf, Schwimmen, Ski Alpin, Snowboard, Leichtathletik, Turnen, Orientierungslauf, Tischtennis, Badminton, Tennis, Ski Nordisch, Bouldern, Triathlon, Rodeln.

Eventuelle Teilnahme an den regionalen, nationalen und internationalen Meisterschaften.

### - Projekte

Volleyballturnier: auf freiwilliger Basis nehmen höchstens zwei Mannschaften pro Klasse am schulinternen Volleyballturnier teil .Vorgesehener

Termin für alle 3., 4. und 5. Klassen ist der 19.12.2017;

Im Rahmen der Gesundheitsfördernden Schule findet für alle 5. Klassen am 01.06.2018 ein Wandertag mit Grillen statt.