

FACHMITTELSCHULE

SPORT

Lehrplan 2013

| | | 1. Klasse | 2. Klasse | 3. Klasse |
|------------|-------------------|-----------|-----------|-----------|
| Berufsfeld | Lektionendotation | Sport | Sport | Sport |
| Alle | Grundlagenfach | 3 | 3 | 3 |

Lernziele

Sport

Der Sportunterricht ist Teil einer umfassenden Persönlichkeitserziehung.
Im Sportunterricht sollen die Schülerinnen und Schüler

- sich aus Lust und Freude bewegen: Als Ausgleich zum Alltag, für die eigene Fitness und für das eigene Wohlbefinden
- neue Bewegungen ausprobieren und lernen und dabei vielfältige Körper, Sach- und Naturerfahrungen sammeln.
- Bewegungsabläufe ästhetisch gestalten, variieren und darstellen; sich ausdrücken
- etwas systematisch üben; sportliche Leistung erleben; Erwartungen erfüllen; Leistungsgrenzen erfahren und respektieren
- etwas wagen, sich messen und wetteifern; gegeneinander spielen und kämpfen
- den Teamgeist mittragen, miteinander spielen und gestalten, kooperieren, gemeinsam etwas unternehmen und erleben
- zum selbständigen, gesundheitswirksamen Sporttreiben animiert und darauf vorbereitet werden
- auf weiterführende Ausbildungen und Studien vorbereitet werden

Stoffprogramm

1. Klasse

- *Leichtathletik* Sport
Schulung der elementaren Bewegungsmuster **laufen, springen, werfen**.
Einführung in mindestens zwei Disziplinen.
- *Geräteturnen* Schulung der elementaren Bewegungsmuster **balancieren, klettern und drehen**. Einführung und Schulung von einfachen, bewegungsverwandten Elementen und/oder Bewegungsfolgen an verschiedenen Geräten.
- *Spiele* Einführung und Schulung der Technik und Taktik von verschiedenen Sportspielen
- *Bewegen, Darstellen, Tanzen*
Grundformen der Gymnastik und des Tanzes, Erarbeitung einfacher Tänze und Bewegungsfolgen mit Handgeräten, Rhythmusschulung

2. Klasse

Sport

- *Leichtathletik* Schulung der elementaren Bewegungsmuster **laufen, springen, werfen**. Einführung in mindestens zwei weitere Disziplinen
- *Geräteturnen* Schulung der elementaren Bewegungsmuster **balancieren, klettern und drehen**. Einführung und Schulung von einfachen, bewegungsverwandten Elementen und/oder Bewegungsfolgen an weiteren Geräten.
- *Spiele* Einführung und Schulung der Technik und Taktik von weiteren Sportspielen
- *Bewegen, Darstellen, Tanzen* Grundformen der Gymnastik und des Tanzes, Erarbeitung einfacher Tänze und Bewegungsfolgen mit Handgeräten, Rhythmusschulung

3. Klasse

Sport

Weitere Vertiefung der Bereiche Leichtathletik, Geräteturnen, Sportspiele, Gymnastik und Tanz.

- *Schwimmen* Einführung und Schulung einer Schwimmtechnik, Ausdauerschwimmen
- *Externe Aktivitäten* Klettern, Eishockey, Squash, Beach Volleyball, Tischtennis, etc.

1.-3. Klasse

Sport

- *Koordination* Training der koordinativen Fähigkeiten (balancieren, rhythmisieren, differenzieren, reagieren und orientieren)
- *Kondition* Training von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit
- *Anlässe* Vorbereitung auf Sporttage, Mittelschul-meisterschaften und weitere Wettkämpfe