

# Schullehrplan Sport

Bildungszentrum für Technik Frauenfeld



Sportteam  
01.01.2016

## Inhaltsverzeichnis

1. Ziele des Sportunterrichts	3
1.1. Pädagogischer Doppelauftrag	3
1.2. Berufsbezogene Akzentuierung	3
2. Handlungsbereiche	3
2.1. <b>Spiel</b> – spielen und Spannung erleben	3
2.2. <b>Wettkampf</b> – leisten und sich messen	3
2.3. <b>Ausdruck</b> – gestalten und darstellen	4
2.4. <b>Herausforderung</b> – erproben und Sicherheit gewinnen	4
2.5. <b>Gesundheit</b> – ausgleichen und vorbeugen	4
3. Kompetenzen	4
4. Schullehrplan Sport	4
5. Qualifizierung der Lernenden	41

## 1. Ziele des Sportunterrichts

### 1.1. Pädagogischer Doppelauftrag

Die Lernenden erschliessen beim sportlichen Bewegen sowohl die Sport- und Bewegungskultur und entwickeln sich ganzheitlich in ihrer Persönlichkeit weiter – dies in körperlicher, motorischer, sozialer, kognitiver und emotionaler Hinsicht. Um dieses Ziel zu erreichen, stellt der Sportunterricht sportliche Bewegungs- und Handlungsaufgaben, bei deren praktische Bewältigung die Lernenden entwicklungsrelevante Erfahrungen machen.

### 1.2. Berufsbezogene Akzentuierung

Der Sportunterricht nimmt Bezug auf die Lebensbereiche und Beziehungsebenen der Lernenden und verknüpft diese über vielfältige Akzentuierungen. Die vermittelnden Kompetenzen fördern körperliche Fertigkeiten, Kenntnisse und Haltungen, die entweder direkt zur Ausübung einer Tätigkeit in einem Beruf erforderlich sind oder die indirekt bzw. präventiv unterstützen.

## 2. Handlungsbereiche

Jeder Handlungsbereich fasst wesentliche Merkmale der Sport- und Bewegungskultur zusammen. Pro Handlungsbereich sind aus den Zielen jeweils drei zentrale Anforderungen abgeleitet. 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).

### 2.1. **Spiel** – spielen und Spannung erleben

Merkmale und pädagogische Zielsetzungen siehe RLP  
Anforderungen

- Spiele alleine, zu zweit und in Gruppen ausführen
- Spiele, deren Regeln und Taktiken analysieren und anpassen
- Spiele verändern, erfinden und Spielgelegenheiten schaffen.

### 2.2. **Wettkampf** – leisten und sich messen

Merkmale und pädagogische Zielsetzungen siehe RLP  
Anforderungen

- Aspekte der Leistungsfähigkeit kennen, erleben und vergleichen
- Leistungskriterien erkennen, analysieren und punktuell verbessern
- Sportliche Wettkampfformen kreieren, durchführen und daran teilnehmen

**2.3. Ausdruck – gestalten und darstellen**

Merkmale und pädagogische Zielsetzungen siehe RLP  
Anforderungen

- Aspekte des Bewegungsrepertoires, der Körpersprache und des Körperausdrucks erweitern
- Bewegungsformen entwickeln, präsentieren und den kreativen Umgang damit erlernen

**2.4. Herausforderung – erproben und Sicherheit gewinnen**

Merkmale und pädagogische Zielsetzungen siehe RLP  
Anforderungen

- Eigene Fähigkeiten realistisch einschätzen, nutzen und dabei die Sicherheit beachten
- Fähigkeiten und Sicherheitsbewusstsein entwickeln und Sicherheitsvorkehrungen treffen
- Sportliche Herausforderungen gestalten und sicher durchführen

**2.5. Gesundheit – ausgleichen und vorbeugen**

Merkmale und pädagogische Zielsetzungen siehe RLP  
Anforderungen

- Gesundheitsförderliches Sport- und Bewegungsverhalten kennen und ausüben
- Körperliche Funktionsfähigkeit erhalten und steigern
- Präventive und gesundheitsfördernde Potenziale von Sport und Bewegung nutzen

### 3. Kompetenzen

Für jeden Handlungsbereich lassen sich zu fördernde Fachkompetenzen und überfachliche (oder transversale) Kompetenzen definieren:

- Fachkompetenz
- Selbstkompetenz
- Sozialkompetenz
- Methodenkompetenz

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

### 4. Schullehrplan Sport

	<h1>Badminton</h1>	
	<b>Spiel</b>	<b>Wettkampf</b>

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende  ...halten sich an die Spielregeln	...unterstützen und motivieren andere  ...legen Taktiken fest und setzen sie um  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor	...analysieren Erfolge und Misserfolge	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen

	<h1>Baseball</h1>	
	<h2>Spiel</h2>	<h2>Wettkampf</h2>

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorschlägen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



# Eishockey

**Spiel**

**Wettkampf**

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

## Lernerfolgskontrollen:

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen





	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen

	<b>Fussball</b>	
	<b>Spiel</b>	<b>Wettkampf</b>

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



# Handball

**Spiel**

**Wettkampf**

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

## Lernerfolgskontrollen:

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



# Smolball

**Spiel**

**Wettkampf**

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen

	<b>Speedminton</b>	
	Spiel	Wettkampf

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



# Tchoukball

**Spiel**

**Wettkampf**

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen





	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



# Touchrugby

**Spiel**

**Wettkampf**

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>	<b>Die Lernenden...</b>
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

## Lernerfolgskontrollen:

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen

	<h1>Volleyball</h1>	
	<h2>Spiel</h2>	<h2>Wettkampf</h2>

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...wenden die Grundtechniken und Spieltaktiken an.  ...kennen die Regeln und verschiedene Spielformen.	...variieren verschiedene Grundtechniken und Spieltaktiken  ...passen die Spielformen an und variieren sie	...organisieren und analysieren Spielaktivitäten.
<b>Selbstkompetenz</b>	...machen aktiv mit und engagieren sich.  ...sich auf Unbekanntes und Neues einlassen.	...kennen ihre eigenen Leistungsgrenzen und verbessern sie.  ...gehen positiv mit dem Gewinnen und Siegen um.	...übernehmen verschiedene Rollen.
<b>Sozialkompetenz</b>	...akzeptieren und integrieren Mitspielende.  ...halten sich an die Spielregeln.	...unterstützen und motivieren andere.  ...legen Taktiken fest und setzen sie um.  ...wenden Fairplay-Regeln an.	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen (Schiedsrichter).
<b>Methodenkompetenz</b>	...analysieren gemeinsam Spiele und gehen Verbesserungen an.  ...nehmen Regeländerungen und Spielanpassungen vor.	...analysieren Erfolge und Misserfolge.	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.

**Lernerfolgskontrollen:**

- Technikparcours
- Spiel: Anwendung von versch. technischen/taktischen Elementen



# Orientierungslauf

**Wettkampf**

**Gesundheit**

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...erkennen ihre Leistungsfähigkeit in Verbindung mit den Konditionsfaktoren  ...orientieren sich selbstständig anhand einer Karte  ...erkennen anhand eine Karte mögliche Routen	...können sich in Aspekten der Koordination, Kondition und Taktik verbessern	
<b>Selbstkompetenz</b>	...können die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen  ...überwinden sich im Wettkampf Leistung zu erbringen	...können die Kräfte auf die Strecke einteilen und setzen ihre läuferischen Möglichkeiten richtig ein	
<b>Sozialkompetenz</b>	...unterstützen sich und motivieren sich gegenseitig		
<b>Methodenkompetenz</b>	...kennen Methoden ihre Leistung zu verbessern		

**Lernerfolgskontrollen:**

Die Lernenden absolvieren einen OL (Stadt-OL) auf Zeit. Pro nicht gefundenen Posten gibt es einen Zeitzuschlag.

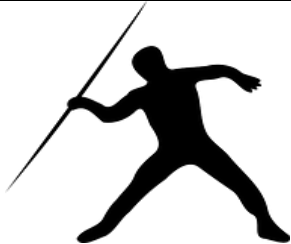
	<h1>Hürdenlauf</h1>	
	<h2>Wettkampf</h2>	<h2>Herausforderung</h2>

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...kennen und wenden die Grundtechnik des Hürdenlaufes an	...können einzelne Knotenpunkte der Lauftechnik verbessern	...beurteilen ihre Lauftechnik
<b>Selbstkompetenz</b>	...können die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen ...lassen sich auf neue Herausforderungen ein	...können die eigene Leistungsentwicklung beurteilen und beeinflussen	
<b>Sozialkompetenz</b>	...geben sich gegenseitig Tipps zur Verbesserung	...motivieren sich und andere die Technik zu verbessern	
<b>Methodenkompetenz</b>	...wenden hilfreiche Bewegungslernmethoden an	...können Bewegungsabläufe analysieren	...kennen Möglichkeiten, um Wettkampfformen zu verändern

**Lernerfolgskontrollen:**

Anhand eines Wettkampfes auf Zeit wird die Note eruiert.

Die Technik des Lernenden wird nach vorgegebenen Knotenpunkten benotet.

	<h1>Speerwurf</h1>	
	<h2>Wettkampf</h2>	<h2>Herausforderung</h2>

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...kennen und wenden die Grundtechnik des Speerwurfes an  ...kennen den Bewegungsablauf beim Speerwurf  ...beachten Sicherheitsvorkehrungen. haben Respekt vor dem Speer. Sicherheitsabstand wird eingehalten. Alle zusammen holen den Speer.	...können einzelne Knotenpunkte der Wurftechnik verbessern  ...beurteilen Gefahren und Risiken angemessen	...beurteilen ihre Wurftechnik
<b>Selbstkompetenz</b>	...können die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen  ...lassen sich auf neue Herausforderungen ein	...können die eigene Leistungsentwicklung beurteilen und beeinflussen	
<b>Sozialkompetenz</b>	...geben sich gegenseitig Tipps zur Verbesserung	...motivieren sich und andere die Technik und die Wurfweite zu verbessern  ...weisen auf Gefahren hin und geben Hinweise zur Sicherheit	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen
<b>Methodenkompetenz</b>	...wenden hilfreiche Bewegungslernmethoden an	...können Bewegungsabläufe analysieren  ...wenden Grundsätze zur Gewährleistung der Sicherheit an	

**Lernerfolgskontrollen:**

Anhand eines Wettkampfes auf die Weite wird die Note eruiert.

Anhand eines Wettkampfes, bei welchem auf ein Ziel am Boden geworfen wird, wird die Note eruiert.

Die Technik des Lernenden wird nach vorgegebenen Knotenpunkten benotet.



	<b>Stabhochsprung</b>	
	<b>Wettkampf</b>	<b>Herausforderung</b>

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...kennen und wenden die Grundtechnik des Stabhochsprunges an  ...beachten Sicherheitsvorkehrungen und haben Respekt von der Sportart.	...können einzelne Knotenpunkte der Technik verbessern  ...beurteilen Gefahren und Risiken angemessen	...beurteilen ihre Technik
<b>Selbstkompetenz</b>	...können die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen  ...lassen sich auf neue Herausforderungen ein	...können die eigene Leistungsentwicklung beurteilen und beeinflussen	
<b>Sozialkompetenz</b>	...geben sich gegenseitig Tipps zur Verbesserung	...motivieren sich und andere die Technik und die Sprunghöhe zu verbessern  ...weisen auf Gefahren hin und geben Hinweise zur Sicherheit	
<b>Methodenkompetenz</b>	...wenden hilfreiche Bewegungslernmethoden an	...können Bewegungsabläufe analysieren  ...wenden Grundsätze zur Gewährleistung der Sicherheit an	

**Lernerfolgskontrollen:**

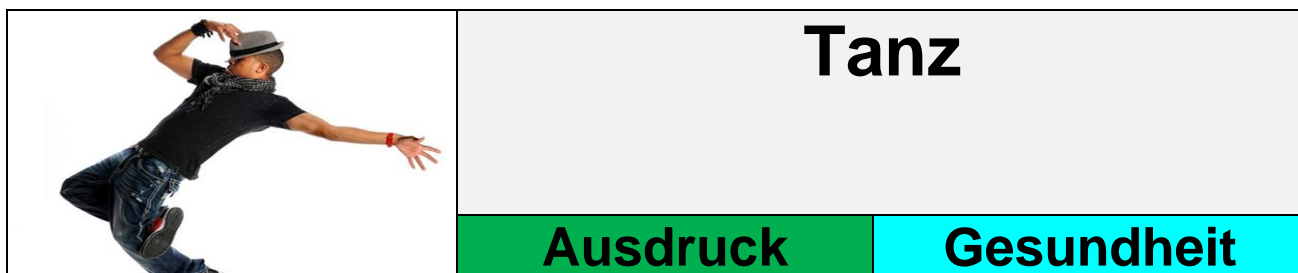
Anhand eines Wettkampfes auf die Höhe wird die Note eruiert.

	<h1>Schwimmen 600m</h1>	
	<b>Wettkampf</b>	<b>Gesundheit</b>

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	<p>... erlernen den Bewegungsablauf des Brustschwimmens oder des Krauls und setzen diesen um</p> <p>...wissen die wichtigsten Knotenpunkte des Brustschwimmens oder des Krauls und wenden diese an</p> <p>...schwimmen eine Distanz von 600m</p>	<p>...verbessern die Bein- Arm-koordination</p> <p>...schwimmen im Bruststil oder Kraul eine Distanz von 600m ohne Unterbruch</p>	
<b>Selbstkompetenz</b>	<p>...können die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen</p> <p>...überwinden sich die 600m durchzuziehen</p>	<p>...können die Kräfte auf die 600m einteilen</p>	
<b>Sozialkompetenz</b>	<p>...unterstützen sich und geben sich gegenseitig Tipps zur Verbesserung</p>		
<b>Methodenkompetenz</b>	<p>...kennen Methoden ihre Leistung zu verbessern</p> <p>...wissen, wo sie sich Informationen und Ratschläge holen können, um sich zu verbessern</p>	<p>...können die Schwimmtechnik analysieren</p>	

**Lernerfolgskontrollen:**

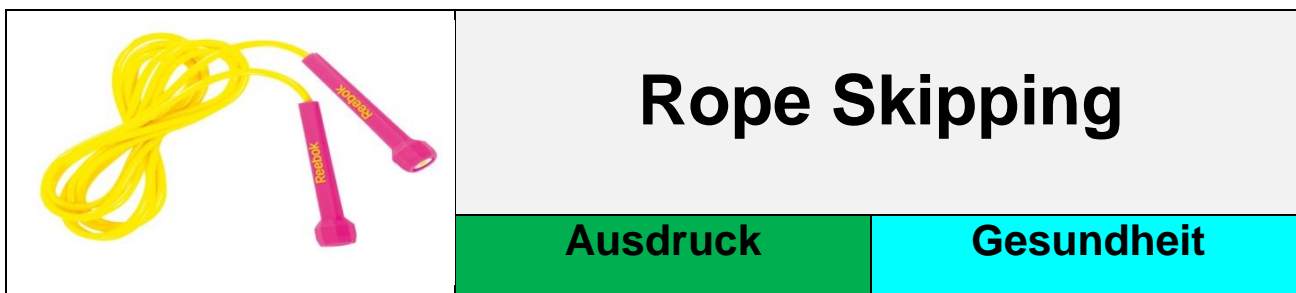
Die Lernenden schwimmen die Distanz von 600m auf Zeit.



	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	<p>...können sich rhythmisch zu Musik mit unterschiedlichen Tempi ausdrücken</p> <p>...sind in der Lage vorgezeigte Bewegungsabfolgen selbstständig in der Gruppe vorzuführen</p> <p>...nehmen verschiedene Anfangs- und Schlussposen ein</p>	<p>...wissen sich auf verschiedenen Ebenen (tief, mittel, hoch) vielfältig zu bewegen</p> <p>...können sich nach Mustern im Raum bewegen (Formationen und Raumwege)</p>	<p>...können sich akzentuiert zu Musik ausdrücken</p> <p>...können sich zu unbekannter Musik spontan kreativ, vielfältig und im Raum bewegen</p>
<b>Selbstkompetenz</b>	<p>...setzen verschiedene Körperteile bewusst ein und isolieren andere</p> <p>...lernen die Wirkung vom individuellen Tanz auf andere kennen</p>	<p>...akzeptieren den individuellen Ausdruck anderer</p>	<p>...binden einen selbstgewählten Gegenstand wirkungsvoll in einen Improvisationstanz ein</p>
<b>Sozialkompetenz</b>	<p>...akzeptieren und respektieren die Vielfalt vom individuellen Ausdruck</p>	<p>...beurteilen nach einem Bewertungsraster die Vorführung anderer und geben sich gegenseitig konstruktive Rückmeldungen</p>	<p>...können in spontan gebildeten Gruppen Bewegungsabfolgen gestalten und vorführen</p>
<b>Methodenkompetenz</b>	<p>...erlernen Tanzschritte durch Halbieren und Verdoppeln der Tempi</p>	<p>...kennen Übungen zum Verstärken des individuellen Ausdrucks</p>	<p>...erarbeiten in Gruppen eine Bewegungsabfolge und führen diese vor</p>

**Lernerfolgskontrollen:**

- Die Lernenden führen erlernte Tanzschritte / Bewegungsabfolgen vor.
- Die Lernenden können eine vorgegebene Bewegungsabfolge von ungefähr 10 x 8 Zeiten in Kleingruppen vorführen.
- Die Lernenden setzen die erlernten Tanzelemente frei in einem Improvisationstanz um.



	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	<p>...erlernen Sprungformen alleine, zu zweit und in der Gruppe</p> <p>...erarbeiten Grundsprünge im Vorwärts- und Rückwärtsschwung</p> <p>...können den Takt verschieden schneller Musikstücken mit dem Rope übernehmen</p> <p>...können eine vorgegebene Sprungabfolge während einer Zeitlimite in drei Versuchen fehlerfrei durchspringen</p>	<p>...verfügen über ein Repertoire alternativer Sprungformen (z.B. Strecksitz)</p> <p>...können zu zweit das Langseil rhythmisch schwingen und wissen, wie sie darin ein- und auslaufen müssen</p> <p>...sind in der Lage 10 Sprungformen à je 10 Wiederholungen fehlerfrei vorzuführen</p>	<p>...erweitern ihr Repertoire durch selbstständig einstudierte Sprungformen</p> <p>...können vier selbstgewählte Sprungformen im Langseil und zwei im Double Dutch sicher ausführen</p>
<b>Selbstkompetenz</b>	<p>...verbessern die individuelle Technik anhand der Selbstbeobachtung und -einschätzung</p>	<p>...bringen sich nach individuellen Ressourcen in Gruppenarbeiten konstruktiv und zielgerichtet ein</p>	<p>...können sich zu verschiedenen Musikstilen und -tempi mit dem Rope ausdrücken</p>
<b>Sozialkompetenz</b>	<p>... können die erlernten Sprungformen in unterschiedlichen Gruppenkonstellationen erfolgreich durchführen</p>	<p>...geben sich gegenseitig konstruktives Feedback über Kurzpräsentationen</p>	<p>...können in Gruppen eine Sprungabfolge erarbeiten und diese zu einer Kurzpräsentation zusammenfügen</p>
<b>Methodenkompetenz</b>	<p>...erarbeiten in Teilschritten selbständig neue Sprungformen</p>	<p>...erstellen eine Übungsreihe zum Erlernen einer anspruchsvollen Sprungform</p>	<p>... können sich gegenseitig in Gruppen neue Sprungformen beibringen</p>

**Lernerfolgskontrollen:**

- Die Lernenden können eine vorgegebene Sprungabfolge während einer Zeitlimite in drei Versuchen maximal oder fehlerfrei durchspringen.
- Die Lernenden können aus einer Auswahl 10 verschiedene Sprungformen à 10 Wiederholungen vorführen (Variation aus Vorwärts- und Rückwärtsschwüngen, sowie alternativen Sprungabfolgen).
- Die Lernenden führen zu zweit zu einem eigenen Musikstück eine Kurzpräsentation vor (60-90 Sekunden).



# Partnerakrobatik

**Ausdruck**

**Herausforderung**

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	<p>...kennen die Sicherungsgriffe der Partnerakrobatik und wenden diese in der Erlernphase der Figuren gegenseitig korrekt an</p> <p>...erlernen Akrobatikfiguren zur zweit und in der Gruppe</p>	<p>...wissen, wie sie einzelne Figuren mit akrobatischen Elementen zusammenführen können</p>	<p>...können die erlernten Akrobatikfiguren in einer Abfolge zusammenhängen und zu einem Musikstück vorführen</p> <p>...können in einer Gruppe nach individuellen Ressourcen eine 6er Figur erarbeiten und vorführen</p>
<b>Selbstkompetenz</b>	<p>...können eigene Übungsausführungen nach einem gegebenen Raster beurteilen</p>	<p>...nehmen nach individuellen Ressourcen die sinnvollste Position bei den Figuren ein</p>	
<b>Sozialkompetenz</b>	<p>...unterstützen und sichern sich gegenseitig unaufgefordert</p> <p>...erlernen zu zweit selbstständig aus einem vorgegebenen Katalog Akrobatikfiguren</p>	<p>...geben dem Übungspartner zur gemeinsamen Verbesserung eine konstruktive Rückmeldung und zum Erhalt der Sicherheit klare Anweisungen</p> <p>...beurteilen andere Partnerakrobatikfiguren auf deren korrekte Durchführung und erarbeiten gegebenenfalls Verbesserungsvorschläge</p>	<p>...können in der Führungsrolle eine Gruppenakrobatikfigur nach individuellen Ressourcen anleiten und durchführen</p>
<b>Methodenkompetenz</b>	<p>...kennen die Sicherheitsbestimmungen der Partnerakrobatik</p>	<p>...entwickeln selbstständig eine kleine Übungsreihe zum Erlernen einer Akrobatikfigur</p>	<p>...bringen sich gegenseitig in 4er Gruppen 2er und 4er Figuren bei und gestalten damit eine Kurzvorführung</p>

**Lernerfolgskontrollen:**

- Die Lernenden können aus einer Auswahl verschiedene 2er, 3er, 4er und 6er Figuren vorführen.
- Die Lernenden können bei vorgegebenen Akrobatikfiguren korrekte Hilfestellungen einnehmen.
- Die Lernenden führen zu viert zu einem eigenen Musikstück eine Kurzpräsentation vor (60-90 Sekunden).
- Die Lernenden kennen sechs verschiedene Sicherheitsvorschriften.

	<b>Parkour/Hindernislauf</b>	
	Ausdruck	Wettkampf

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...können Bewegungen, Bewegungsfolgen, Techniken nachahmen/kopieren	...gestalten eigene Bewegungsabläufe	...erstellen gemeinsam einen eigenen Hindernislauf/Parkour.
<b>Selbstkompetenz</b>	...entdecken durch neue Bewegungen neue Stärken und Schwächen	...erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten  ...arbeiten an einer eigenen Darbietung	...erstellen gemeinsam einen eigenen Hindernislauf/Parkour.  ...können einen vorgegebenen/gemeinsam erstellten Hindernislauf/Parkour mit verschiedenen Elementen und Geräten auf Zeit absolvieren.
<b>Sozialkompetenz</b>	...tolerieren ungewohnte und neue Bewegungsformen von anderen.	...beurteilen vorgezeigte Bewegungsformen fair und konstruktiv.  ...nehmen Kritik und Korrekturen entgegen und setzen diese um  ...unterstützen und motivieren andere.	...erstellen gemeinsam einen eigenen Hindernislauf/Parkour.
<b>Methodenkompetenz</b>		...erarbeiten mit gegenseitiger Unterstützung Bewegungsfolgen und -abläufe	...erstellen gemeinsam einen eigenen Hindernislauf/Parkour.

**Lernerfolgskontrollen:**

Einen (von den Lernenden gestalteten) Hindernislauf/Parkour auf Zeit absolvieren

**(Achtung – bei gefährlichen Übungsteilen ist Vorsicht geboten, weil der Zeitdruck zu hoher Risikobereitschaft führen kann!!!)**

Der individuelle Stil/Ausdruck bei der Hindernislauf-/Parkourabsolvierung wird von den Mitlernenden bewertet



# Parcours

**Herausforderung**

**Wettkampf**

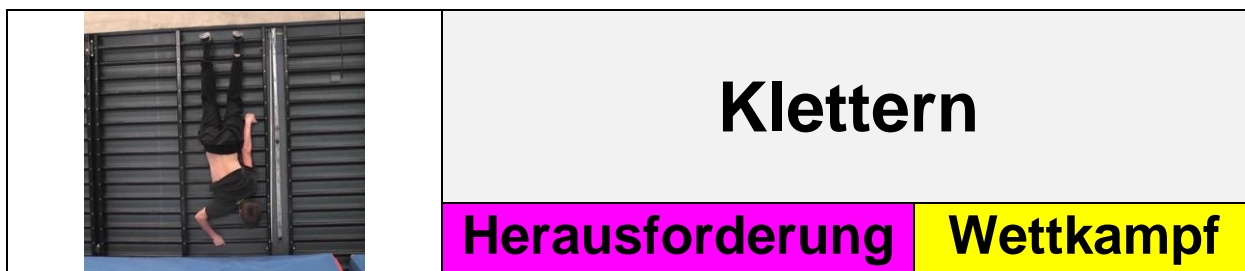
	<b>Grundfähigkeiten erfüllt oder nicht erfüllt</b>	<b>Entwicklung erfüllt oder nicht erfüllt</b>	<b>Kreativität erfüllt oder nicht erfüllt</b>
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...können die Grätsche am Bock  ...können den Katzensprung oder die Sprunghocke am Bock	...erkennen Sicherheitstechniken und wenden diese an  ...beurteilen Gefahren und Risiken angemessen ...erkennen Reize von sportlichen Wagnissen	...können den Diebsprung am Bock  ...können den Eckenlauf am Bock
	...können den Hocksprung am Kasten ...können den Wandschritt am Kasten ...können die Kastenrolle am Kasten	...können den Tic-Tac am Kasten ...können den Pferdestoss am Kasten	...variieren individuelle Bewegungsherausforderungen sicher
	...können am Barren den Twister mit Kastenoberteil als Hilfe ...können den Affenschwung am Barren ...können den Durchbruch am Barren mit Fusshilfe	...können den Wandaufschwung am Barren ...können den Durchbruch am Barren ohne Fusshilfe	
	...können den Wall spin mit schräg gestelltem Kastendeckel an der Wand ...können den Wall up an der Wand ...können den Armsprung an der Wand	...können den 360° Wall up an der Wand	...können den 360° Wall up zum Armhang an der Wand
	...können ihre Fähigkeiten einschätzen ...beachten Sicherheitsvorkehrungen ...erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten		...können die Hohe Wende an der Sprossenwand  ...können den Stützprung mit halber Drehung an der Sprossenwand
	...können den Stützprung mit halber Drehung am Reck ...können den Drehhocksprung am Reck		...können den Stützüberschlag vorwärts am Reck

<b>Selbstkompetenz</b>	<p>...lassen sich auf neue Herausforderungen ein</p> <p>...überwinden sich (in gesicherten Rahmen), unbekannte Bewegungen zu erproben</p>	<p>...kennen eigene Grenzen und stehen dazu</p> <p>...thematisieren eigene Fähigkeiten</p> <p>...ordnen eigene Emotionen ein</p>	<p>...entscheiden sich begründet für oder gegen eine Herausforderung und wählen entsprechende Sicherheitsvorkehrungen</p>
<b>Sozialkompetenz</b>	<p>...erkennen die Fähigkeiten von Mitlernenden und nutzen sie in der Gruppe</p> <p>...leisten zuverlässig und kompetent Hilfestellung</p>	<p>...weisen auf Gefahren hin und geben Hinweise zur Sicherheit</p> <p>...erkennen negativen Gruppendruck und verhindern ihn</p>	<p>...klären Rollen, vereinbaren Regeln und halten sich daran</p> <p>...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen</p>
<b>Methodenkompetenz</b>	<p>...wenden hilfreiche Bewegungslernmethoden an</p>	<p>...können Bewegungsabläufe analysieren</p> <p>...wenden Grundsätze zur Gewährleistung der Sicherheit an</p>	<p>...halten sich an Sicherheitsstandards</p>

**Lernerfolgskontrollen:**

Die Lernenden können am Test ein Lernziel auswählen und dieses demonstrieren. Bei Erfüllen des Lernziels erfolgt die entsprechende Note.






	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...können an der Sprossenwand eine Drehung um die Längsachse des Körpers machen	...können an der Sprossenwand eine horizontale Körperlage einnehmen  ...erkennen Sicherheitstechniken und wenden diese an  ...beurteilen Gefahren und Risiken angemessen	...können an der Sprossenwand ein „Rad“ (Drehung um die Tiefenachse des Körpers klettern  ...können an der Sprossenwand eine Drehung um die Breitenachse des Körpers machen
	...können ihre Fähigkeiten einschätzen  ...beachten Sicherheitsvorkehrungen  ...erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten	...können um die beiden Holme eines Barrens herumklettern  ...können im Zickzack um die Holme von zwei Barren klettern  ...können unterhalb von zwei Barren mit dem Kopf voraus klettern	...können unterhalb von zwei Barren mit den Füßen voraus klettern, und dabei die Füße nur mit den Fussballen aufsetzen  ...variieren individuelle Bewegungsherausforderungen sicher
		...können am Reck aus dem Hang in den Sitz gelangen  ...erkennen Reize von sportlichen Wagnissen	...können kopfüber (!) am Reck an nur einer Hand hängen  ...können mindestens 5 sec. kopfüber am Reck an den Füßen hängen
	...können stehend von einem Ringpaar ins nächste wechseln  ...können hangend von einem Ringpaar ins nächste wechseln ...können wie in einem Kamin zwischen drei Kletterstangen hochklettern  ...können mit Hilfe der Kletterstangen die Wand hochgehen	...können aus dem Hangen zum Stehen in den Ringen kommen  ...können „im Slalom“, ohne den Boden zu berühren, um die Kletterstangen herum klettern	...können aus dem Hangen zum Stehen in den Ringen kommen aber nur an einem Ring  ...können um den Bock herum klettern, ohne den Boden zu berühren

<b>Selbstkompetenz</b>	...lassen sich auf neue Herausforderungen ein  ...überwinden sich (in gesicherten 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
<b>Sozialkompetenz</b>	...erkennen die Fähigkeiten von Mitlernenden und nutzen sie in der Gruppe  ...leisten zuverlässig und kompetent Hilfestellung	...weisen auf Gefahren hin und geben Hinweise zur Sicherheit  ...erkennen negativen Gruppendruck und verhindern ihn	...klären Rollen, vereinbaren Regeln und halten sich daran  ...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen
<b>Methodenkompetenz</b>	...wenden hilfreiche Bewegungslernmethoden an	...können Bewegungsabläufe analysieren  ...wenden Grundsätze zur Gewährleistung der Sicherheit an	...halten sich an Sicherheitsstandards

**Lernerfolgskontrollen:**

Die Lernenden können am Test ein Lernziel auswählen und dieses demonstrieren. Bei Erfüllen des Lernziels erfolgt die entsprechende Note.

	<h1>Barren</h1>	
	<b>Herausforderung</b>	<b>Wettkampf</b>

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	<p>...können 3x Schwingen, Rückschwung zum „Affentanz“, Vorschwung, Rückschwung zur Wende und Niedersprung</p> <p>...können ihre Fähigkeiten einschätzen</p> <p>...erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten</p>	<p>...können 3x Schwingen, Rückschwung zum „Affentanz“, Vorschwung, Rückschwung, Vorschwung und Kehre mit ¼ Dr. zum Stand (Blick zum Barren)</p>	<p>...können 3x Schwingen, 1x Transit, Rückschwung zum „Affentanz“, Vorschwung, Rückschwung, Vorschwung und Kehre mit ¼ Dr. zum Stand (Blick zum Barren)</p> <p>...können 3x Schwingen, 2x Transit, Rückschwung zum „Affentanz“, Vorschwung und Kehre mit ¼ Dr. zum Stand (Blick zum Barren)</p>
<b>Selbstkompetenz</b>	<p>...lassen sich auf neue Herausforderungen ein</p> <p>...überwinden sich (in gesicherten Rahmen), unbekannte Bewegungen zu erproben</p>	<p>...kennen eigene Grenzen und stehen dazu</p> <p>...thematisieren eigene Fähigkeiten</p> <p>...ordnen eigene Emotionen ein</p>	
<b>Sozialkompetenz</b>	<p>...erkennen die Fähigkeiten von Mitlernenden und nutzen sie in der Gruppe</p>		
<b>Methodenkompetenz</b>	<p>...wenden hilfreiche Bewegungslernmethoden an</p>	<p>...können Bewegungsabläufe analysieren</p>	

**Lernerfolgskontrollen:**


Die Lernenden zeigen eine unter den Fachkompetenzen aufgeführte Elemente Verbindung.

	<h1>Minitrampolin</h1>	
	<b>Herausforderung</b>	<b>Wettkampf</b>

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...springen eine Sprungrolle auf den Mattenberg ...können ihre Fähigkeiten einschätzen	...springen eine Hechtrolle auf den Mattenberg ...erkennen Sicherheitstechniken und wenden diese an ...beurteilen Gefahren und Risiken	...springen einen Salto vorwärts gehockt zum Stand auf den Mattenberg ...springen einen Salto vorwärts gebückt zum Stand auf den Mattenberg
	...springen einen Streck sprung (mit 1/2 Dr.) auf den Mattenberg	...springen einen Streck sprung mit 1/1 Dr. auf den Mattenberg	...springen einen Streck sprung mit 1 1/2 Dr. auf den Mattenberg
	...beachten Sicherheitsvorkehrungen	...springen zum Handstand und lassen sich mit gestrecktem Körper auf den Mattenberg zur Rückenlage fallen ...erkennen Reize von sportlichen Wagnissen	...springen einen 3/4 Salto vorwärts gestreckt zur Rückenlage auf den Mattenberg ...springen einen 3/4 Salto vorwärts gestreckt mit 1/2 Dr. zur Bauchlage auf den Mattenberg
	...erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten	...springen einen Auerbachsalto 1/4 gestreckt zur Rückenlage auf den Mattenberg	...springen einen Auerbachsalto 1/4 gestreckt mit 1/2 Dr. zur Bauchlage auf den Mattenberg
<b>Selbstkompetenz</b>	...lassen sich auf neue Herausforderungen ein ...überwinden sich (in gesicherten 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
<b>Sozialkompetenz</b>	...erkennen die Fähigkeiten von Mitlernenden und nutzen sie in der Gruppe		
<b>Methodenkompetenz</b>	...wenden hilfreiche Bewegungslernmethoden an	...können Bewegungsabläufe analysieren  ...wenden Grundsätze zur Gewährleistung der Sicherheit an	...halten sich an Sicherheitsstandards

**Lernerfolgskontrollen:**

Die Lernenden zeigen ein unter den Fachkompetenzen aufgeführtes Element.

	<h1>Schaukelringe</h1>	
	<b>Herausforderung</b>	<b>Ausdruck</b>

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...können Vorschaukeln und ½ Drehung., Vorschaukeln und ½ Dr., Vorschaukeln und ½ Dr. zum Niedersprung	...können Vorschaukeln und Heben zum Sturzhang, Rückschaukeln im Sturzhang, Vorschaukeln im Sturzhang und Senken zum Hang, Rückschaukeln, Vorschaukeln im Hang und ½ Dr. zum Niedersprung	...können Vorschaukeln und Heben zum Sturzhang, Rückschaukeln im Sturzhang und Pendel, Vorschaukeln im Sturzhang und Senken m. ½ Dr. zum Hang, Vorschaukeln mit 1/2 Dr. zum Niedersprung
	...können ihre Fähigkeiten einschätzen  ...beachten Sicherheitsvorkehrungen ...erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten	...können Vorschaukeln und Heben zum Sturzhang, Rückschaukeln im Sturzhang und Pendel, Vorschaukeln im Sturzhang und Senken zum Hang, Rückschaukeln, Vorschaukeln im Hang und ½ Dr. zum Niedersprung ...erkennen Sicherheitstechniken und wenden diese an ...beurteilen Gefahren und Risiken angemessen ...erkennen Reize von sportlichen Wagnissen	...können Vorschaukeln und Heben zum Sturzhang, Rückschaukeln im Sturzhang und Pendel, Vorschaukeln im Sturzhang und Senken m. ½ Dr. zum Hang, Vorschaukeln mit 1/2 Dr., Vorschaukeln und Salto rw. zum Niedersprung ...variieren individuelle Bewegungsherausforderungen sicher
<b>Selbstkompetenz</b>	...lassen sich auf neue Herausforderungen ein ...überwinden sich (in gesicherten Rahmen), unbekannte Bewegungen zu erproben	...kennen eigene Grenzen und stehen dazu ...thematisieren eigene Fähigkeiten	...entscheiden sich begründet für oder gegen eine Herausforderung und wählen entsprechende Sicherheitsvorkehrungen
<b>Sozialkompetenz</b>	...erkennen die Fähigkeiten von Mitlernenden und nutzen sie in der Gruppe ...leisten zuverlässig und kompetent Hilfestellung	...weisen auf Gefahren hin und geben Hinweise zur Sicherheit	...klären Rollen, vereinbaren Regeln und halten sich daran ...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen
<b>Methodenkompetenz</b>	...wenden hilfreiche Bewegungslernmethoden an	...können Bewegungsabläufe analysieren  ...wenden Grundsätze zur Gewährleistung der Sicherheit an	...halten sich an Sicherheitsstandards

**Lernerfolgskontrollen:**

Die Lernenden zeigen eine unter den Fachkompetenzen aufgeführte Elemente Verbindung.



# Aufwärmen / Kräftigen / Dehnen

**Gesundheit**

**Ausdruck**

	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	<p>...kennen für die verschiedenen Muskelgruppen Kraftübungen mit dem eigenen Körpergewicht</p> <p>...erläutern die Thematik „Muskuläre Dysbalance“ und kennen Kraftübungen, eine solche zu verhindern</p> <p>...erkennen den Sinn des Dehnens vor und nach einer sportlichen Betätigung</p> <p>...kennen zu den unterschiedlichen Muskelgruppen mindestens eine Dehnübung</p> <p>...kennen den Unterschied zwischen aktiven und passiven Dehnmethode und wissen, wann welche Methode geeignet ist</p>	<p>...erkennen präventiv wertvolle Sport- und Bewegungsformen und wenden sie an.</p>	<p>...planen ein umfassendes Aufwärmprogramm und führen dieses mit der Klasse selbständig durch</p>
<b>Selbstkompetenz</b>	<p>...können beim Aufwärmen die Koordination der Arme und Beine aufeinander abstimmen (laufen, hüpfen, gehen, dehnen, kräftigen)</p>		<p>...planen ein umfassendes Aufwärmprogramm und führen dieses mit der Klasse selbständig durch</p>
<b>Sozialkompetenz</b>	<p>...verhalten sich in der Lerngruppe so, dass alle die Sport- und Bewegungsaktivität als gesundheitsfördernd erleben</p>	<p>...unterstützen und motivieren andere</p>	<p>...planen ein umfassendes Aufwärmprogramm und führen dieses mit der Klasse selbständig durch</p>
<b>Methodenkompetenz</b>	<p>...besorgen sich zweckdienliche Informationen</p>	<p>...können einzelne Trainingsformen anwenden</p>	<p>...planen ein umfassendes Aufwärmprogramm und führen dieses mit der Klasse selbständig durch</p>

**Lernerfolgskontrollen:**

Die Lernenden planen und führen ein eigenes Aufwärmprogramm mit der Klasse durch.



# Einführung Krafraum

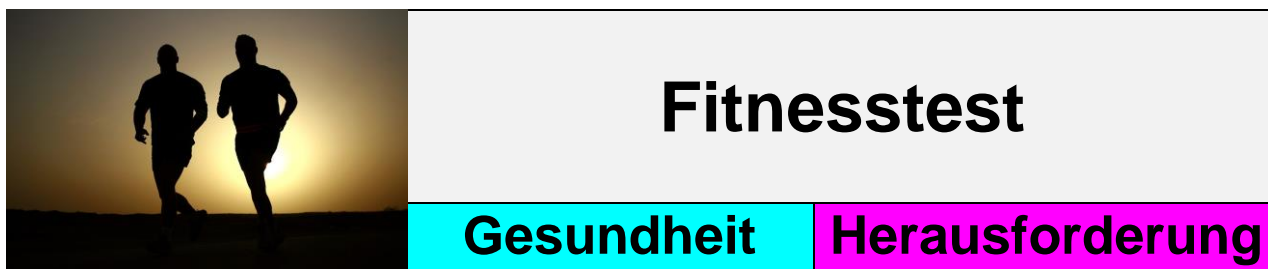
**Gesundheit**

**Ausdruck**

	<b>Grundfähigkeiten</b>	<b>Entwicklung</b>	<b>Kreativität</b>
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...kennen die Aspekte der Gesundheit und wissen, wie diese beeinflusst werden können  ...wissen, wie Kraftmaschinen funktionieren und welche Muskeln damit trainiert werden	...kennen die Faktoren physischer Leistungsfähigkeit und können einzelne davon steigern  ...erkennen präventiv wertvolle Bewegungsformen und wenden sie an	...können ihre Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden erhalten und steigern
<b>Selbstkompetenz</b>	...realisieren körperliche Belastungen und deren Auswirkungen	...können das eigene Bewegungsverhalten bezüglich Gesundheit beurteilen	...überwinden die eigene Bequemlichkeit und sind aktiv
<b>Sozialkompetenz</b>		...unterstützen und motivieren andere	...nutzen soziale Kontakte im Umfeld ihrer Bewegungsaktivität als einen Aspekt ihrer Gesundheit
<b>Methodenkompetenz</b>	...erhalten eine Einführung ins Krafttraining  ...können die Kraftmaschinen richtig einstellen	...können ihrem Trainingszustand entsprechend den Widerstand (und das Gewicht) an Kraftmaschinen wählen	...können selbständig im Krafraum trainieren

**Lernerfolgskontrollen:**

Die Lernenden erhalten eine umfassende Einführung in den Krafraum. Eine spezifische Lernerfolgskontrolle dieser Einführung/der Lernziele erfolgt nicht. Es soll zum selbständigen Krafttraining (mit oder ohne Geräte) ermuntert werden.



	Grundfähigkeiten	Entwicklung	Kreativität
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<b>Fachkompetenz</b>	...erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten		...erhalten und steigern ihre physische Leistungsfähigkeit und ihr Wohlbefinden
<b>Selbstkompetenz</b>	...realisieren körperliche Belastungen und deren Auswirkungen	...beurteilen ihr eigenes Bewegungsverhalten bezüglich Gesundheit  ...thematisieren eigene Fähigkeiten	...setzen erkannte Optimierungen im eigenen Bewegungsverhalten um
<b>Sozialkompetenz</b>		...unterstützen und motivieren andere	...übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen
<b>Methodenkompetenz</b>		...setzen sich eigene Ziele und Arbeiten darauf hin	...nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen

**Lernerfolgskontrollen:**

In jedem Lehrjahr absolvieren die Lernenden den Fitnesstest des BZT Frauenfeld (siehe „Testbatterie Fitness – BZT Frauenfeld“). Die Resultate werden mit den Lernenden individuell besprochen und davon abgeleitet das weitere Vorgehen besprochen (zukünftiges Sportverhalten der Lernenden).

Mittels dieser umfassenden Fitnesserhebung wird den Lernenden von Jahr zu Jahr ihr aktueller Fitnessstand aufgezeigt. Die Lernenden erkennen allfällige Veränderungen und ziehen, davon abgeleitet, Rückschlüsse bezüglich ihres Bewegungsverhaltens.



### 5. Qualifizierung der Lernenden

Am Bildungszentrum für Technik sind die Sportklassen nicht während der ganzen Lehre beim gleichen Sportlehrer. Um die Qualifizierung transparent zu halten, haben wir Schwerpunkte pro Semester gewählt, welche anhand der Lernziele des Schullehrplans geprüft und bewertet werden. Wie die Lernziele erreicht und überprüft werden, liegt im Ermessen der Lehrperson.

#### 5.1. 2 Lehrjahre

1. Lehrjahr	
<b>Schwerpunkte 1.Semester</b>	<b>Schwerpunkte 2.Semester</b>
Aufwärmen/Dehnen/Kräftigen	Tanz
Minitrampolin	Fussball
Volleyball	Fitnessstest oder Speerwurf/Kugelstossen
	Einführung Krafraum ohne Überprüfung

2. Lehrjahr	
<b>Schwerpunkte 3.Semester</b>	<b>Schwerpunkte 4.Semester</b>
Schwimmen 600 Meter oder Ausdauerleistung (Vitaparcours, OL, etc.)	Wahl Handlungsbereich Spiel Smolball/Tchoukball/Intercross
Barren/Schaukelringe	Wahl Handlungsbereich Herausforderung
Unihockey/Basketball	Wahl Handlungsbereich Ausdruck
	Fitnessstest
	-> 2 Leistungsnachweise aus 3 Handlungsbereichen

**5.1. 3 Lehrjahre**

1. Lehrjahr	
<b>Schwerpunkte 1.Semester</b>	<b>Schwerpunkte 2.Semester</b>
Aufwärmen/Dehnen/Kräftigen	Tanz
Minitrampolin	Fussball
Volleyball	Fitnessstest oder Speerwurf/Kugelstossen
	Einführung Krafraum ohne Überprüfung

2. Lehrjahr	
<b>Schwerpunkte 3.Semester</b>	<b>Schwerpunkte 4.Semester</b>
Schwimmen 600 Meter oder Ausdauerleistung (Vitaparcours, OL, etc.)	Basketball
Barren/Schaukelringe	Partnerakrobatik
Unihockey	Fitnessstest
	Hürdenlauf fakultativ

3. Lehrjahr	
<b>Schwerpunkte 5.Semester</b>	<b>Schwerpunkte 6.Semester</b>
Wahl Handlungsbereich Spiel Smolball/Tchoukball/Intercross/Badminton	Wahl Handlungsbereich Spiel Baseball/Handball/Ultimate
Wahl Handlungsbereich Herausforderung	Wahl Handlungsbereich Wettkampf
Wahl Handlungsbereich Ausdruck	Wahl Handlungsbereich Herausforderung
	Fitnessstest
	-> 2 Leistungsnachweise aus den 3 Handlungsbereichen

5.1. 4 Lehrjahre

1. Lehrjahr	
<b>Schwerpunkte 1.Semester</b>	<b>Schwerpunkte 2.Semester</b>
Aufwärmen/Dehnen/Kräftigen	Tanz
Minitrampolin	Fussball
Volleyball	Fitnessstest oder Speerwurf/Kugelstossen
	Einführung Krafraum ohne Überprüfung

2. Lehrjahr	
<b>Schwerpunkte 3.Semester</b>	<b>Schwerpunkte 4.Semester</b>
Schwimmen 600 Meter oder Ausdauerleistung (Vitaparcours, OL, etc.)	Basketball
Barren	Partnerakrobatik
Unihockey	Fitnessstest
	Hürdenlauf fakultativ

3. Lehrjahr	
<b>Schwerpunkte 5.Semester</b>	<b>Schwerpunkte 6.Semester</b>
Eishockey/ Alternatives Spiel	Stabhochsprung oder Hochsprung
Schaukelringe/ Alternative Herausforderung	Badminton
Rope Skipping	Fitnessstest

4. Lehrjahr	
<b>Schwerpunkte 7.Semester</b>	<b>Schwerpunkte 8.Semester</b>
Wahl Handlungsbereich Spiel Smolball/Tchoukball/Intercross	Wahl Handlungsbereich Spiel Baseball/Handball/Ultimate
Wahl Handlungsbereich Herausforderung	Wahl Handlungsbereich Wettkampf
Wahl Handlungsbereich Ausdruck	Wahl Handlungsbereich Herausforderung
	Fitnessstest
	-> 2 Leistungsnachweise aus den 3 Handlungsbereiche

1. Handlungsbereich Spiel  
spielen und Spannung erleben
2. Handlungsbereich Wettkampf  
leisten und sich messen
3. Handlungsbereich Ausdruck  
gestalten und darstellen
4. Handlungsbereich Herausforderung  
erproben und Sicherheit gewinnen
5. Handlungsbereich Gesundheit  
ausgleichen und vorbeugen

**Häufigkeit:** 3 Qualifizierungen pro Semester ergeben eine Zeugnisnote pro Semester

**Inhalt:** Qualifizierung anhand festgelegter Kompetenzen, Kriterien siehe Lernziele Schullehrplan

**Vorgehensweise:** Mind. eine Qualifizierung pro Schwerpunkt pro Semester

Die Sportnote setzt sich wie folgt zusammen:

**60% Fachkompetenz** (Leistungsnote z.B. Konditions- und Krafttests, Fitnessstest, Messbare Parameter: Zeit, Weite etc., Spieltaktik, Technik, Einsatz, etc.)

**40% überfachliche Kompetenz** (Methodenkompetenz, Sozialkompetenz, Arbeitshaltung, etc.)

**Form der Rückmeldung:** Eine Zeugnisnote pro Semester

Die Auswertung der erteilten Kompetenzbeurteilungen an die Lernenden und der gewählten Schwerpunkte pro Semester eignet sich dazu, den Schullehrplan Sport und die damit verbundenen Beurteilungsinstrumente durch die Fachschaft periodisch weiter zu entwickeln.

Das Autorenteam: Andreas Angst, Cornel Mayer, Claudia Litscher, Michael Wägeli  
Erscheinungsjahr 2016