



Berufsfachschule
Gesundheit & Soziales
Brugg



Schullehrplan

SPORT

Inhaltsverzeichnis

1	EINLEITUNG	2
2	RAHMENLEHRPLAN FÜR DEN SPORTUNTERRICHT AN BERUFSSCHULEN	3
3	ZIELE DES SPORTUNTERRICHTS	4
3.1	Handlungsbereiche.....	4
3.2	Kompetenzen	4
4	HANDLUNGSBEREICHE	6
	HANDLUNGSBEREICH: SPIEL - SPIELEN UND SPANNUNG ERLEBEN.....	6
	HANDLUNGSBEREICH: WETTKAMPF – LEISTEN UND SICH MESSEN.....	7
	HANDLUNGSBEREICH: AUSDRUCK – GESTALTEN UND DARSTELLEN	8
	HANDLUNGSBEREICH: HERAUSFORDERUNG – ERPROBEN UND SICHERHEIT GEWINNEN.....	10
	HANDLUNGSBEREICH: GESUNDHEIT – AUSGLEICHEN UND VORBEUGEN.....	11
5	UNTERRICHT	13
5.1	Unterrichtsgestaltung	13
5.2	Sicherheit und Unfallprävention	13
6	QUALIFIZIERUNG DER LERNENDEN	14
7	LERNZIELE	16
7.1	Lernziele Handlungsbereich Spiel	16
7.2	Lernziele Handlungsbereich Wettkampf.....	21
7.3	Lernziele Handlungsbereich Ausdruck	22
7.4	Lernziele Handlungsbereich Herausforderung	24
7.5	Lernziele Handlungsbereich Gesundheit	25

8 ANHANG	33
I Übergabeprotokoll Sport.....	33
II Regelblatt Sportunterricht.....	41
III Beurteilungskonzept Selbst- und Sozialkompetenz.....	42
IV Verknüpfungen andere Fachbereiche.....	44

1 Einleitung

Der Übergang von der obligatorischen Schulzeit in die Lehre ist für junge Erwachsene ein wesentlicher Schritt in ihrer persönlichen Entwicklung. Er führt zu markanten Veränderungen im Bereich der Arbeits- und Freizeitgestaltung und zu erhöhten körperlichen und geistigen Belastungen, vor allem auch durch unregelmässige Arbeitszeiten und Wochenenddienste in den Gesundheitsberufen. Diesen Gegebenheiten muss der Sportunterricht an der Berufsschule Rechnung tragen. Sport fördert das physische, psychische und soziale Wohlbefinden sowie die Gesundheit. Der Unterricht thematisiert beim gemeinsamen Erleben von Bewegung Aspekte der Gemeinschaftsfähigkeit und beeinflusst die Integrations- und Teamfähigkeit der Lernenden. Laut wissenschaftlichen Studien reduzieren viele Jugendliche mit dem Eintritt in die Arbeitswelt ihre sportlichen Aktivitäten oder geben diese sogar auf. Es gehört deshalb zu den Aufgaben des Sportunterrichts, bei den Lernenden die Lust an der Bewegung zu erhalten und die positiven Auswirkungen des Sporttreibens auf die Gesundheit und den Alltag darzulegen, mit dem Ziel, sie für lebenslanges sportliches Engagement zu aktivieren.

2 Rahmenlehrplan für den Sportunterricht an Berufsschulen

Der Rahmenlehrplan (RLP)¹ für den Sportunterricht an Berufsschulen vom 24. September 2014 bildet die Grundlage für den Schullehrplan Sport an der Berufsfachschule für Gesundheit und Soziales Brugg (BFGS). Der Sportunterricht bietet ein ideales Trainingsfeld zur Förderung der Handlungsfähigkeit der Lernenden. In Artikel 51 der Sportförderungsverordnung (SpoFöV) 4 ist das Obligatorium für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung wie folgt festgelegt:

“Für Lernende der zwei- bis vierjährigen beruflichen Grundbildung nach dem Berufsbildungsgesetz vom 13. Dezember 2002 ist der regelmässige Sportunterricht an den Berufsfachschulen obligatorisch.” (RLP S. 1)

Der Mindestumfang an obligatorischem Sportunterricht ist differenziert in Artikel 52 Absatz 1 und 2 dargelegt und richtet sich nach Angebot und Dauer der beruflichen Grundbildung:

“...bei der betrieblich organisierten Grundbildung umfasst der Sportunterricht:

- a) bei schulischem Unterricht von weniger als 520 Jahreslektionen allgemeinbildenden und berufskundlichen Unterrichts: zusätzlich mindestens 40 Lektionen Sportunterricht;
- b) bei schulischen Unterricht von mehr als 520 Jahreslektionen allgemeinbildenden und berufskundlichen Unterrichts: zusätzlich mindestens 80 Lektionen Sportunterricht.“

(RLP, S. 1)

An der BFGS Brugg sind wir in der unglücklichen Lage den gesetzlichen Anforderungen nur teilweise gerecht zu werden. Dies heisst im konkreten Fall, dass im ersten und zweiten Lehrjahr der EFZ Ausbildungen (Fachfrau/Fachmann Gesundheit und Fachfrau/Fachmann Betreuung) je zwei Lektionen Sport pro Woche und bei der EBA Ausbildung (Assistent/in Gesundheit und Soziales) eine Wochenlektion in den beiden Lehrjahren unterrichtet werden. Im dritten Lehrjahr der EFZ Ausbildungen kann aufgrund mangelnder Hallenkapazität kein Sportunterricht ermöglicht werden. Auch die Lernenden der Berufsmaturität haben keinen Sportunterricht.

¹ Rahmenlehrplan für Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung, Bern, 24.9.2014, SBFI, Link: www.baspo.ch/rlp

3 Ziele des Sportunterrichts

Im Zentrum des Sportunterrichts stehen die Jugendlichen als individuelle Persönlichkeiten. Er leistet einen wesentlichen Beitrag zu einer ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung. Im Rahmen seines pädagogischen Auftrages nimmt der Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung Bezug auf die Lebensbereiche und Beziehungsebenen der Lernenden. So zielt der Sportlehrplan (SLP) darauf ab, die sportspezifischen Inhalte mit denjenigen der Berufsbildung der Fachrichtung Gesundheit und Soziales überall dort miteinander zu verknüpfen, wo es sinnvoll erscheint und didaktisch umsetzbar ist. So kann z.B. das Thema Belastung am Arbeitsplatz über die Vermittlung von Wissen im Umgang mit Stress gekoppelt werden oder im Fitnessraum Techniken zu korrektem „Heben und Tragen“ angegangen werden. Die Verknüpfungen mit den unterschiedlichen Fachbereichen der Gesundheitsberufe sind im Anhang (Anhang Nr) aufgeführt.

3.1 Handlungsbereiche

Im RLP werden fünf Handlungsbereiche unterschieden, welche die Vielzahl an Sportarten und Bewegungsformen zusammenfassen:

- Spiel: spielen und Spannung erleben
- Wettkampf: leisten und sich messen
- Ausdruck: gestalten und darstellen
- Herausforderung: erproben und Sicherheit gewinnen
- Gesundheit: ausgleichen und vorbeugen

Die erwähnten Handlungsbereiche bilden die Basis für die ausgewählten Kompetenzen der vier Sportsemester an der BFGS. Zur Konkretisierung werden im weiteren Verlauf des SLP für jeden Handlungsbereich die aus pädagogischer Sicht vorrangigen Lernziele ausgeführt und auf unsere Berufsgruppen angepasst.

3.2 Kompetenzen

Um die Bewegungsaufgaben erfolgreich zu bewältigen, sind verschiedene Kompetenzen notwendig. Im Sportunterricht werden neben der Fachkompetenz vor allem auch überfachliche Kompetenzen gefördert. Der RLP definiert die Kompetenzen wie folgt:

Fachkompetenz: Die zum zielorientierten Handeln erforderlichen fachlichen Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten.

Selbstkompetenz: Die zur Identitätsentwicklung und zum selbstbestimmten Handeln erforderlichen Selbstwahrnehmungen und Motive (z.B. Körperwahrnehmung).

Sozialkompetenz: Die zum angemessenen Umgang mit anderen erforderlichen sozialen Fähigkeiten (z.B. Team- und Kommunikationsfähigkeit).

Methodenkompetenz: Auch lernmethodische Kompetenz. Die zur individuellen Weiterentwicklung und möglichst lebenslang erfolgreichen Teilhabe an der Sport- und Bewegungskultur erforderlichen Fähigkeiten zum selbständigen Lernen, Üben und Trainieren (z.B. Wie verbessere ich meine eigene Sprungkraft?).



Abbildung 1: Handlungsbereiche und Anforderungen

Im SLP werden die Informationsziele des RLP konkretisiert, die Ziele im Sportunterricht formuliert und auf die Bedürfnisse der Lernenden abgestimmt, sowie die Lernziele den einzelnen Handlungsbereichen zugeordnet. Die Umsetzung des RLP und des SLP wird als dauerhafte Aufgabe angesehen, die ständig weiterentwickelt und angepasst wird.

4 Handlungsbereiche

Die nachfolgenden Darstellungen zeigen aus den Anforderungen abgeleitete Kompetenzbeschreibungen. Die Beschreibungen sind den vier Kompetenzausrichtungen Fachkompetenz, Selbstkompetenz, Sozialkompetenz und Methodenkompetenz zugeordnet und dienen der Herleitung der Lernziele für die BFGS in Kapitel 8.

Handlungsbereich:

Spiel - spielen und Spannung erleben

a) Pädagogische Zielsetzungen

- Erleben des Spiels als eigenständige und spannende Tätigkeit
- Verstehen, Einhalten und bewusstes Handhaben von Spielregeln
- Anpassen des Spielcharakters durch bewusste und kreative Änderung der Regeln
- Ableitung und Anpassung von Spielformen oder Erfindung neuer Spiele
- Aneignung von sozialem Handeln im Sport und in anderen Lebensbereichen
(Fairness, moralische Urteilsfähigkeit, Konfliktlöse- und Teamfähigkeit)

b) Anforderungen/Kompetenzen

<i>Anforderungen</i>	<i>Grundfähigkeiten: Spiele alleine, zu zweit und in Gruppen ausführen</i>	<i>Entwicklung: Spiele, deren Regeln und Taktiken analysieren und anpassen</i>	<i>Kreativität: Spiele verändern, erfinden und Spielgelegenheiten schaffen</i>
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<i>Fachkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • kennen verschiedene Spiele (Spielideen, Regeln) • wenden Grundtechniken an und variieren diese • verstehen einfaches taktisches Verhalten und können es anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> • analysieren Spielsituationen • richten ihr Handeln auf erfolgreiches Spielen aus • verändern die Regeln im Hinblick auf das Gelingen des Spiels 	<ul style="list-style-type: none"> • entwickeln Spielideen • planen, organisieren und führen Spielaktivitäten durch
<i>Selbstkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • schätzen ihre Spielfähigkeiten realistisch ein • können mit Sieg und Niederlage umgehen 	<ul style="list-style-type: none"> • verhalten sich regelkonform und zeigen eigene Regelverstöße an • leiten ein Spiel 	<ul style="list-style-type: none"> • erleben und erkennen ihre planerischen und organisatorischen Fähigkeiten • erkennen Spielmöglichkeiten und nehmen sie wahr
<i>Sozialkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Handeln Spielregeln kooperativ aus 	<ul style="list-style-type: none"> • Lassen alle am Spiel teilhaben 	<ul style="list-style-type: none"> • Sind tolerant gegenüber Mitspielenden mit

	<ul style="list-style-type: none"> • Akzeptieren Team- und Schiedsrichterentscheide 	<ul style="list-style-type: none"> • Weisen sich gegenseitig auf Regelverstöße hin • Ermutigen Mitspielende 	anderen Vorstellungen und Fähigkeiten
<i>Methodenkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Erkennen spezifische Zugänge zu unterschiedlichen Spielen 	<ul style="list-style-type: none"> • Testen methodische Aufbauformen von Spielideen 	<ul style="list-style-type: none"> • Variieren Spielmöglichkeiten und erfinden neue • Gehen bei Konflikten lösungsorientiert vor

c) Handlungsmöglichkeiten

- Kleine Spiele (Schnapp-, Tupf-, Völkerballformen)
- Grosse Spiele (Basketball, Fussball, Handball, Unihockey, Volleyball)
- Trendsportspiele (Smolball, Ultimate, Intercrosse, Tchoukball, Kinball)
- Rückschlagspiele (Badminton, Tennis, Tischtennis, Baseball)

Handlungsbereich:

Wettkampf – leisten und sich messen

a) Pädagogische Zielsetzungen

- Erleben der Spannung des Leistungsvergleichs
- Erschliessung der Attraktivität der individuellen Leistungssteigerung
- Erfolgsorientierte Umsetzung der Fähigkeiten im Wettkampf
- Entwicklung einer realistischen Selbsteinschätzung
- Befähigung zur Teilnahme an Wettkämpfen
- Organisation schulischer Wettkampfformen
- Respektvoller Umgang mit Leistungsschwächeren, Tolerieren von Leistungsunterschieden

b) Anforderungen/Kompetenzen

<i>Anforderungen</i>	<i>Grundfähigkeiten: Aspekte der Leistungsfähigkeit kennen, erleben und vergleichen</i>	<i>Entwicklung: Leistungskriterien erkennen, analysieren und punktuell verbessern</i>	<i>Kreativität: Sportliche Wettkampfformen kreieren, durchführen und daran teilnehmen</i>
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<i>Fachkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Erkennen ihre Leistungsfähigkeit in Verbindung mit den 	<ul style="list-style-type: none"> • Können sich in Aspekten der Koordination, Kondition und Taktik 	<ul style="list-style-type: none"> • Können verschiedene Arten von Leistungsfähigkeit unterscheiden

	Konditionsfaktoren <ul style="list-style-type: none"> • Vergleichen verschiedene Arten ihrer Leistungsfähigkeit in Wettkampfformen 	verbessern <ul style="list-style-type: none"> • Verbessern individuell gewählte Leistungsaspekte 	<ul style="list-style-type: none"> • Kreieren Wettkampfformen mit angepassten Leistungskriterien
<i>Selbstkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Können die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen • Überwinden sich, im Wettkampf Leistung zu erbringen und sich einzusetzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Können die eigene Leistungsentwicklung beurteilen und beeinflussen • Können Siege und Niederlagen einordnen 	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeiten mit Durchhaltevermögen und Willen an ihren Zielen • Schätzen die Teilnahme ebenso hoch ein wie das Siegen
<i>Sozialkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Respektieren unterschiedliche, individuelle Leistungsniveaus • Geben sich gegenseitig Tipps zur Verbesserung 	<ul style="list-style-type: none"> • Erkennen gegenseitig Stärken und nutzen diese in Gruppenvergleichen • Einigen sich in Gruppenwettkämpfen auf gemeinsame Taktiken 	<ul style="list-style-type: none"> • Sind bereit, Wettkampfformen mit Chancengleichheit für alle zu gestalten • Akzeptieren innerhalb der Wettkampfgruppe Fehler und Unvermögen
<i>Methodenkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Kennen Methoden zur Steigerung von Leistungsaspekten • Können sich relevante Informationen zur Leistungsverbesserung besorgen 	<ul style="list-style-type: none"> • Wählen für den Leistungsvergleich die für sie erfolgsversprechende Ausführungsart • Können angewandte Ausführungsarten analysieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Kennen Möglichkeiten, um Wettkampfformen zu verändern (erleichtern, zu erschweren) • setzen sich Ziele und können das Erreichte überprüfen

c) Handlungsmöglichkeiten

- Einzelwettkämpfe (12-min Lauf, Ausdauerlauf, qims-Fitnessstest)
- Gruppenwettkämpfe (Stafetten, Spielwettkämpfe, CrossFit-Klassenwettkampf)
- Kämpfen, Selbstverteidigung (BFGS-Challenge)

Handlungsbereich:

Ausdruck – gestalten und darstellen

a) Pädagogische Zielsetzungen

- Erschließung des Bewegungspotenzials und des Wesens der Körpersprache
- Erweiterung des Bewegungsrepertoires und der Ausdrucksmöglichkeiten
- Erreichen von beabsichtigten Eindrücken bei Betrachtern
- Entwicklung der Urteilsfähigkeit über die Wirkung von Bewegungen
- Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper
- Aufbau eines positiv-realistischen Körperkonzepts

b) Anforderungen/Kompetenzen

<i>Anforderungen</i>	<i>Grundfähigkeiten: Aspekte des Bewegungsrepertoires, der Körpersprache und des Körperausdrucks erweitern</i>	<i>Entwicklung: Bewegungsformen entwickeln, präsentieren und den kreativen Umgang damit erlernen</i>	<i>Kreativität: Eigene und fremde Bewegungsformen wahrnehmen und einschätzen</i>
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<i>Fachkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • können Bewegungen, Bewegungsfolgen, Techniken nachahmen/ kopieren • können sich rhythmisch zu Musik bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> • kennen und erproben verschiedenartige Präsentationsinhalte und -formen • gestalten eigene Bewegungsabläufe 	<ul style="list-style-type: none"> • schätzen Bewegungsformen nach vorgegebenen, eigenen Kriterien ein • beurteilen sich selber kriterienorientiert
<i>Selbstkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • lassen sich auf ungewohnte und unbekannte Bewegungsformen ein • entdecken durch neue Bewegungen neue Stärken und Schwächen 	<ul style="list-style-type: none"> • eruieren Vor- und Nachteile von verschiedenen Präsentationsformen • arbeiten an einer eigenen Darbietung 	<ul style="list-style-type: none"> • kennen Methoden zur Einschätzung von Bewegungen und wenden diese an
<i>Sozialkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • tolerieren ungewohnte und neue Bewegungsformen von anderen • können Bewegungsvorgaben innerhalb von Gruppen gestalten 	<ul style="list-style-type: none"> • lernen den Umgang mit eigenen Emotionen bei Darbietungen • nehmen Kritik und Korrekturen entgegen und setzen diese um 	<ul style="list-style-type: none"> • beurteilen die Wirkung, die Ausführung der eigenen Bewegungsformen • urteilen über und für sich selber
<i>Methodenkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • kennen Vorgehensweisen, um neue Bewegungen zu erlernen • kennen Ausdruckskriterien zur Bewegungsgestaltung 	<ul style="list-style-type: none"> • erarbeiten mit gegenseitiger Unterstützung Bewegungsfolgen und -abläufe • integrieren bei Gruppengestaltungen die Stärken der Einzelnen 	<ul style="list-style-type: none"> • beurteilen vorgezeigte Bewegungsformen fair und konstruktiv • geben hilfreiche und optimierende Rückmeldungen

c) Handlungsmöglichkeiten

- Geräteturnen (Trampolin, Schaukelringe, Reck, Barren)
- Akrobatik, Bodenturnen
- Jonglage
- Tanz, Bewegung zur Musik (Ropeskipping, Aerobic)

Handlungsbereich:

Herausforderung – erproben und Sicherheit gewinnen

a) Pädagogische Zielsetzungen

- Erschliessung des Reizvollen an sportlichen Herausforderungen
- Erkennen des Risikos bei Bewegungsanforderungen
- Treffen von Sicherheitsvorkehrungen
- Einschätzung und angemessene Beurteilung von Gefahren und eigenen Fähigkeiten
- Entwicklung des Selbstvertrauens
- Einholen und Annehmen von kompetenter Unterstützung und Hilfestellung anderer

b) Anforderungen/Kompetenzen

<i>Anforderungen</i>	<i>Grundfähigkeiten: Eigene Fähigkeiten realistisch einschätzen, nutzen und dabei die Sicherheit beachten</i>	<i>Entwicklung: Fähigkeiten und Sicherheitsbewusstsein entwickeln und Sicherheitsvorkehrungen treffen</i>	<i>Kreativität: Sportliche Herausforderungen gestalten und sicher durchführen</i>
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<i>Fachkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten • können ihre Fähigkeiten einschätzen • beachten Sicherheits- vorkehrungen 	<ul style="list-style-type: none"> • beurteilen Gefahren und Risiken angemessen • kennen Sicherheitstechniken und wenden diese an • erkennen Reize von sportlichen Wagnissen 	<ul style="list-style-type: none"> • variieren individuelle Bewegungsherausforderungen sicher • beurteilen ihre Bewegungsformen nach eigenen oder vorgegebenen Kriterien
<i>Selbstkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • lassen sich auf neue Herausforderungen ein • überwinden sich (in gesichertem Rahmen), unbekannte Bewegungen zu erproben 	<ul style="list-style-type: none"> • kennen eigene Grenzen und stehen dazu • thematisieren eigene Fähigkeiten • ordnen eigene Emotionen ein 	<ul style="list-style-type: none"> • entscheiden sich begründet für oder gegen eine Herausforderung und wählen entsprechende Sicherheitsvorkehrungen
<i>Sozialkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • leisten zuverlässig und kompetent Hilfestellung • erkennen die Fähigkeiten von Mitlernenden und nutzen sie in der Gruppe 	<ul style="list-style-type: none"> • erkennen negativen Gruppendruck und verhindern ihn • weisen auf Gefahren hin und geben Hinweise zur Sicherheit 	<ul style="list-style-type: none"> • klären Rollen, vereinbaren Regeln und halten sich daran • übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen

<i>Methodenkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> kennen Methoden zur Selbst- und zur Fremdeinschätzung wenden hilfreiche Bewegungslernmethoden an 	<ul style="list-style-type: none"> können Bewegungsabläufe analysieren wenden Grundsätze zur Gewährleistung der Sicherheit an 	<ul style="list-style-type: none"> wenden objektive Kriterien zur Beurteilung von Fähigkeiten an halten sich an Sicherheitsstandards
--------------------------	---	---	--

c) Handlungsmöglichkeiten

- Klettern
- Geräteturnen (Trampolin, Schaukelringe, Reck, Barren)
- Hindernisparcours
- Slackline

Handlungsbereich:

Gesundheit – ausgleichen und vorbeugen

a) Pädagogische Zielsetzungen

- Befähigung zum körpergerechten und verletzungspräventiven Sporttreiben
- Erschließung von ausgleichenden und erholenden Aktivitäten
- Orientierung an gesundheitsrelevanten Erfahrungen (Vorbildern) aus Beruf und Freizeit
- Kompensation unzureichender oder einseitiger körperlicher Beanspruchung
- Stärkung der physischen, psychischen und sozialen Ressourcen
- Integration von Bewegung in eine gesunde Lebensweise
- Anwendung von Aufbaumethoden nach Verletzungen oder Krankheit (aktive Rekonvaleszenz)

b) Anforderungen/Kompetenzen

<i>Anforderungen</i>	<i>Grundfähigkeiten: Gesundheitsförderliches Sport- und Bewegungsverhalten kennen und ausüben</i>	<i>Entwicklung: Körperliche Funktionsfähigkeit erhalten und steigern</i>	<i>Kreativität: Präventive und gesundheitsfördernde Potenziale von Sport und Bewegung nutzen</i>
	Die Lernenden...	Die Lernenden...	Die Lernenden...
<i>Fachkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> erleben Bewegung und Sport als relevanten Aspekt ihrer Gesundheit kennen die Aspekte von Gesundheit und wissen, wie diese beeinflusst werden können 	<ul style="list-style-type: none"> kennen die Faktoren physischer Leistungsfähigkeit und können einzelne davon steigern erkennen präventiv wertvolle Sport- und Bewegungsformen und wenden sie an 	<ul style="list-style-type: none"> kennen die gegenseitige Beeinflussung von körperlichen und geistigen Abläufen können ihre Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden

			erhalten und steigern
<i>Selbstkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • können ihre Gesundheit reflektieren und sich darüber austauschen • realisieren körperliche Belastungen und deren Auswirkungen 	<ul style="list-style-type: none"> • sind ehrlich und kritisch gegenüber sich selber können das eigene Bewegungsverhalten bezüglich Gesundheit beurteilen und dosieren 	<ul style="list-style-type: none"> • setzen erkannte Optimierungen im eigenen Bewegungsverhalten um • überwinden die eigene Bequemlichkeit und sind aktiv
<i>Sozialkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • verhalten sich so, dass alle die Sport- und Bewegungsaktivitäten als gesundheitsfördernd erleben 	<ul style="list-style-type: none"> • geben eigene Erfahrungen weiter • unterstützen und motivieren andere 	<ul style="list-style-type: none"> • nutzen soziale Kontakte im Umfeld ihrer Bewegungsaktivitäten als einen Aspekt ihrer Gesundheit
<i>Methodenkompetenz</i>	<ul style="list-style-type: none"> • wenden gesundheitsfördernde Arten der körperlichen Betätigung an • besorgen sich zweckdienliche Informationen 	<ul style="list-style-type: none"> • können einzelne Trainingsformen (inkl. Rekonvaleszenz) anwenden • setzen sich eigene Ziele und arbeiten darauf hin 	<ul style="list-style-type: none"> • steigern mit Bewegungsaktivitäten ihr aktuelle Wohlbefinden • nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen

c) Handlungsmöglichkeiten

- Kraft- und Fitnesstraining
- Haltungsschulung
- Theoretische Grundlagen (Anatomie, Physiologie)
- Entspannungsmassnahmen

5 Unterricht

Zur Erreichung der Handlungsfähigkeit im Sport sind nachfolgende Aspekte der Unterrichtsgestaltung entscheidend. Eine übergeordnete Rolle nimmt die aktive Sicherheitserziehung ein.

5.1 Unterrichtsgestaltung

Der Stoffplan für den Sportunterricht soll die in Kapitel 5 aufgeführten Handlungsbereiche abdecken. Bei der Auswahl der Themenbereiche achtet die Sportlehrperson darauf, dass die verschiedenen Sportkulturen ausgewogen berücksichtigt werden. Bei der Übergabe einer Klasse an eine andere Sportlehrperson wird mit dem Übergabeprotokoll (siehe Anhang NR) gewährleistet, dass es zu einer reibungslosen und transparenten Weiterführung der Inhalte kommt.

5.2 Sicherheit und Unfallprävention

Der Sportunterricht trägt durch die Förderung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten sowie der individuellen Körperwahrnehmung zu einer Verminderung des Unfallrisikos und somit zu einer verbesserten Verletzungsprophylaxe in verschiedenen Lebensbereichen bei. Die Lernenden werden für ein sicheres Übungsumfeld sensibilisiert und in die Verantwortung miteinbezogen. Dadurch wird der Sportunterricht zur aktiven Sicherheitserziehung für alle Lebensbereiche.

6 Qualifizierung der Lernenden

Die Grundlage für die Qualifizierung der Lernenden bildet die Weisung der BFGS „Leistungsbeurteilungen“ aus dem vademecum. Die Leistungsbeurteilungen erscheinen durch Noten im Zeugnis. Im Semesterzeugnis ist für jede/n Berufslernenden eine Sportnote von 1 bis 6 einzutragen. Neben der sportlichen Leistung (Sachkompetenz) wird die Selbst- und Sozialkompetenz beurteilt. Die Lernkontrollen sowie alle Infos zur Regelung und Qualifizierung sind in einem separaten Bewertungshandbuch aufgelistet. Dieses dient den Sportlehrpersonen zur objektiven Leistungsbeurteilung der Berufslernenden.

Die Sportnote an der BFGS setzt sich wie in der Abbildung 2 dargestellt zusammen.

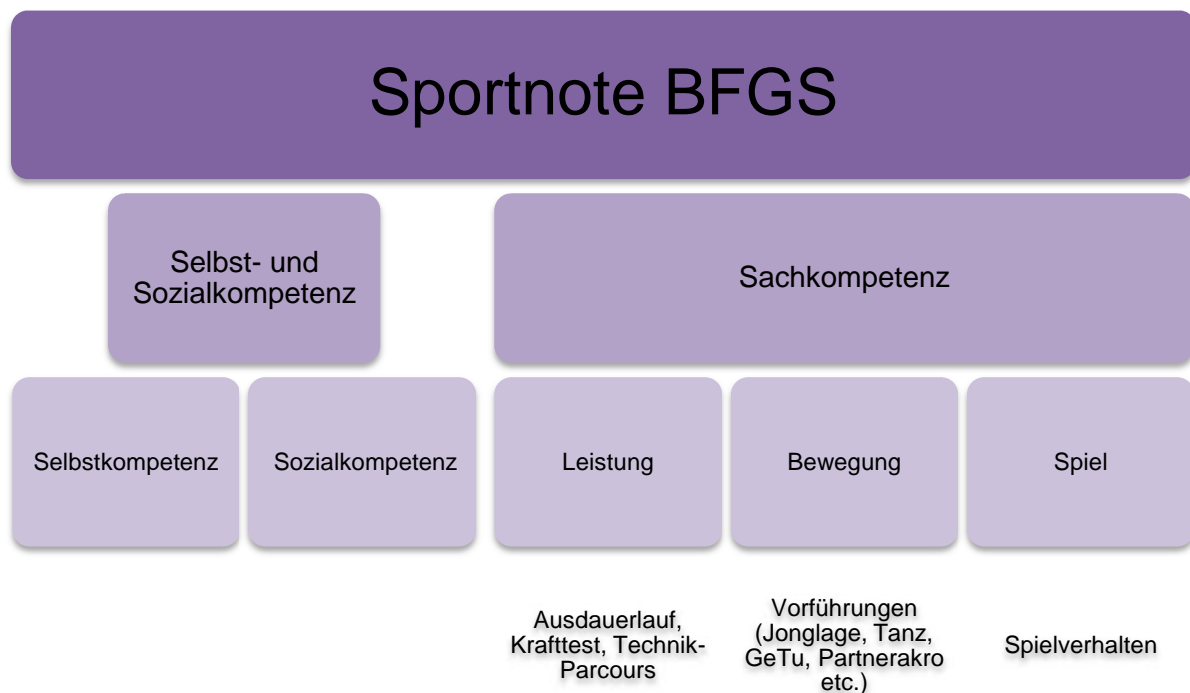


Abbildung 2: Zusammensetzung der Sportnote

Der Sportunterricht lebt wie wohl kein anderes Fach vom Engagement und dem Sozialverhalten der Berufslernenden (zwei für Arbeitnehmende mitentscheidende Faktoren im Berufsalltag). Daher sollte der Sport diese Aufgabe auch wahrnehmen und die Berufslernenden in diesem Bereich objektiv beurteilen.

Für die Selbst- und Sozialkompetenz wird am Ende jedes Semesters die Zeugnisbeilage der BFGS als Grundlage zur Fremdbeurteilung der Lernenden eingesetzt. Über die im Sport

relevanten formativen Indikatoren wird eine Note gesetzt (siehe Bewertungshandbuch). Diese Note wird zu einem Viertel zur Gesamtnote Sport gerechnet. Für die Sachkompetenz werden pro Semester mindestens zwei Beurteilungsbereiche getestet, wobei ein Test aus dem Bereich Leistung sein muss. Der nicht bewertete Teilbereich wird im darauffolgenden Semester des selben Jahres beurteilt. So ergibt sich pro Schuljahr und Berufslernenden, dass alle Beurteilungsbereiche mindestens einmal getestet werden.

7 Lernziele

Die Lernziele werden nach den fünf Handlungsbereichen, welche in Kapitel 5 vorgestellt wurden, sortiert und in die unterschiedlichen Anforderungen gegliedert. Zusätzlich wird unterschieden, ob die Lernziele für alle Berufsgruppen gelten oder zusätzliche Ziele für die einzelnen Fachrichtungen präsentiert werden. Die Verknüpfungen mit den anderen Fachbereichen sind zusätzlich im Anhang IV dargestellt. Der Bereich „Kreativität“ wurde dabei bewusst weggelassen, und der Fokus auf die Grund- und Entwicklungsfähigkeiten gelegt. In der jeweiligen untersten Spalte der Tabelle wird dargestellt, ob im Bewertungshandbuch zu diesem Teilbereich eine Leistungskontrolle existiert.

7.1 Lernziele Handlungsbereich Spiel

Nebenspielsportarten/Trendspiele		
Die Lernenden...	Grundfähigkeiten	Entwicklung
		<ul style="list-style-type: none"> - Lassen sich auf neue Spiele ein, erproben diese und üben sie ein. - Wenden neue Sportmaterialien an und lernen neue Spielsporttechniken - Verhalten sich entsprechend den vorgegebenen Spielregeln
AGS	Lernen neue Spiele kennen und kennen Varianten, um diese mittels zu vereinfachen. Wenden das Wissen zu Kommunikation, Auftreten und Verhalten in Gruppen aus dem Berufskundeunterricht im Sport an und reflektieren ihre eigene Rolle in der Gruppe.	
FAGE	Wenden das Wissen zu Kommunikation, Auftreten und Verhalten in Gruppen aus dem Berufskundeunterricht im Sport an und reflektieren ihre eigene Rolle in der Gruppe.	
FABE	Anpassen der Spielregeln und Spielformen auf unterschiedliche Altersgruppen oder Beeinträchtigungen der Teilnehmenden. Wenden das Wissen zu Kommunikation, Auftreten und Verhalten in Gruppen aus dem Berufskundeunterricht im Sport an und reflektieren ihre eigene Rolle in der Gruppe.	

Themen	<p>Tchoukball</p> <p>Kinball</p> <p>Speedminton</p> <p>Baseball</p> <p>Ultimate</p> <p>Flag Football</p> <p>Touchrugby</p> <p>Smolball</p> <p>Lacross</p> <p>Beachvolleyball</p> <p>Tischtennis</p>
Lernerfolgs-Kontrollen	keine

Kleine Spiele		
Die Lernenden...	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - kennen die Spielregeln von verschiedenen kleinen Spielen - können stehend und laufend Pässe fangen - wenden einfaches taktisches Verhalten wie Freilaufen/Decken korrekt an 	<ul style="list-style-type: none"> - leiten selber kleine Spiele an - reflektieren ihre Rolle als Teammitglieder - bringen situativ passende Vorschläge zu Regelanpassungen ein
AGS	<p>Kennen die Grundregeln der Spiele und lernen sich fair und kooperativ zu verhalten</p> <p>Kennen verschiedene kleine Spiele und kennen Varianten um die Spiele (in ihren Berufsalltag) einzubinden</p>	
FABE	Kennen verschiedene kleine Spiele für den Berufsalltag mit Kindern und Menschen mit Beeinträchtigungen und leiten diese an.	
Themen	<p>Lauf- und Fangspiele</p> <p>Kreisspiele</p> <p>Kleine Ballspiele wie Völkerball, Sitzball, Brennball, Jägerball etc.</p>	
Lernerfolgs-Kontrollen	keine	

Basis-Spielsportarten

Basketball		
	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - können den Ball fangen, annehmen und sicher zuwerfen (Druckpass) - können den Ball mit der linken und rechten Hand prellen (Dribbling) - können erfolgreich auf den Korb werfen - können Technik und Taktik im Spiel anwenden (Regelverhalten, Angriff, Verteidigung und Fairplay) 	<ul style="list-style-type: none"> - können mit dem Ball trickreich werfen, fangen und prellen - können erfolgreich auf den Korb werfen (Standwurf, Standwurf ab 3-Punkte Linie, Korbleger sowohl von linker wie auch rechter Seite des Korbes) - kennen die Regeln, so dass auch ein Spiel als Schiedsrichterfunktion geleitet werden kann
Lernerfolgs-Kontrollen	Technikparcours Korbleger auf Zeit Spielbeobachtung	

Fussball		
	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - können den Ball nahe am Fuss führen, unter Kontrolle halten und so abdecken, dass er nicht an den Gegenspieler gerät. - können genaue und flache Pässe zum Mitspieler abgeben - sind fähig, einen flach gespielten Ball anzunehmen - entwickeln ein taktisches Verhalten und können sich in der offensiven Bewegung freilaufen (herauslaufen aus dem Deckungsschatten und/oder lösen vom Gegenspieler - verstehen es, sich in der Defensive zwischen ballführendem Gegenspieler und Tor zu stellen und freistehende Gegenspieler zu decken - kennen die Fussballspielregeln für die Schule 	<ul style="list-style-type: none"> - können den Ball aus der Bewegung heraus und aus verschiedenen Positionen aufs Tor schiessen. - sind in der Lage einen Kopfball auszuführen. - können den Doppelpass anwenden. - sind fähig, mit verschiedenen, im Fussball zugelassenen, Körperteilen den Ball zu jonglieren - beherrschen unterschiedliche Täuschungen.
Lernerfolgs-Kontrollen	Technikparcours Spielbeobachtung	

Handball		
	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - können den Ball beidhändig im Spiel sicher fangen - können einen korrekten Kern- und Sprungwurf ausführen. - können präzise auf ein Ziel werfen - können Technik und Taktik im Spiel anwenden (Regelverhalten, Angriff, Verteidigung und Fairplay) - kennen die Handballregeln für die Schule 	<ul style="list-style-type: none"> - führen eine korrekte Täuschung aus.
Lernerfolgs-Kontrollen	Technikparcours Spielbeobachtung	

Unihockey		
	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - können den Stock korrekt halten und den Ball unter Kontrolle dribbeln. - sind fähig, einen flach gespielten Ball anzunehmen. - können stehend und im Laufen - können gezielt aufs Tor schießen - entwickeln ein taktisches Verhalten und können sich in der offensiven Bewegung freilaufen (herauslaufen aus dem Deckungsschatten und/oder lösen vom Gegenspieler) - verstehen es, sich in der Defensive zwischen ballführendem Gegenspieler und Tor zu stellen und freistehende Gegenspieler zu decken - kennen die Unihockeyregeln für die Schule 	<ul style="list-style-type: none"> - beherrschen erweiterte Dribbling-, Pass- und Torschusstechniken
Lernerfolgs-Kontrollen	Technikparcours Spielbeobachtung	

Volleyball		
	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - können die Flugbahn des Volleyballes einschätzen und ihre Position entsprechend einnehmen - können das obere Zuspiel (Pass) ausführen - können das untere Zuspiel (Manschette) ausführen - können den Aufschlag (Service) von oben und / oder von unten auszuführen - können die Technik im Spiel 2:2 bis 4:4 über drei Ballberührungen im Kleinfeld anwenden - kennen die Volleyballspielregeln für die Schule 	<ul style="list-style-type: none"> - können den korrekten Angriffsschlag (Smash) - kennen das korrekte Verteidigungsverhalten am Netz (Block) - spielen 6 gegen 6 (grosses Feld)
Lernerfolgs-Kontrollen	Spielbeobachtung Technik (Oberes Zuspiel, Manchette, Aufschlag)	

Badminton		
	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - sind fähig, einen gespielten Shuttle mit Vor- und Rückhand zu treffen und zurückzuschlagen. - sind fähig, die Grundschläge (Clear, Drop und Smash) mit der Vorhand richtig auszuführen. - kennen die Grundtechniken und Regeln des Aufschlags. - laufen immer zur Mitte, wenn sie verteidigen und beobachten ihren Gegner - kennen die Regeln des Badmintonspiels im Einzel 	<ul style="list-style-type: none"> - kennen die Badmintonspielregeln und – Taktiken im Doppel und wenden diese an.
Lernerfolgs-Kontrollen	Spielverhalten und Technik	

7.2 Lernziele Handlungsbereich Wettkampf

Kämpfen und Raufen		
	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - treten Zweikampfherausforderungen an (mit und ohne Körperkontakt) - kennen die Spielregeln für ein faires Kämpfen (mit und ohne Körperkontakt) und halten sich daran - dosieren ihre Kraft angemessen und rücksichtsvoll gegenüber den Kontrahenten - können durch Körperkontakt bedingte Hemmschwellen abbauen und gleichzeitig die Grenzen ihrer körperlichen Selbstbestimmung äussern 	<ul style="list-style-type: none"> - kennen spezifische Techniken aus einer Kampfsportart - der Umgang mit Aggression und körperlichen Angriffen wird anhand von Selbstverteidigungs-Möglichkeiten thematisiert.
AGS	Lernen durch Bewegungen und Bewegungsspiele mögliche Coping-Strategien (und den Abbau von Aggressionen) kennen. Kennen wichtige Aspekte zum Thema Sicherheit und präventive Massnahmen im Sportunterricht	
FAGE	Erkennen von körperlichen Hemmschwellen durch das Erleben von Körperkontakt in Zweikampfsituationen. Durch Kampfbewegungen (z.B. aus dem Judo) kann das Thema Kinästhetik aufgegriffen werden. (Wenig Kraftaufwand für Bewegen von Gegner, geschickte Positionswahl, Bewegungswahrnehmung)	
FABE	Kennen angemessene Raufspiele für (Klein-)Kinder und sind im Stande den Kindern ein faires und risikofreies Kämpfen zu vermitteln. Durch Kampfbewegungen (z.B. aus dem Judo) kann das Thema Kinästhetik aufgegriffen werden. (Wenig Kraftaufwand für Bewegen von Gegner, geschickte Positionswahl, Bewegungswahrnehmung)	
Themen	kleine Zweikampfformen (aus den Bereichen Reaktion, Gleichgewicht, Kraft und Ausdauer) Aggressionsabbau Selbstverteidigung Boxen ...	
Lernerfolgs-Kontrollen	Keine	

7.3 Lernziele Handlungsbereich Ausdruck

Tanzen und Aufführungen		
Die Lernenden...	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - Können sich beim Aufwärmen mit Musik im Takt bewegen (mit und ohne Handgeräte) - Erarbeiten in der Gruppe eine eigene Choreographie und führen diese vor 	<ul style="list-style-type: none"> - können ein Lied auszählen - Lernen die Grundsschritte von mindestens zwei verschiedenen Tanzarten (Aerobic, Step-Aerobic, Hip-Hop., Salsa, Jazz, Volkstanz...) - kennen die Namen der Tanzgrundschritte - bringen die selber zusammengestellte Choreographie ihren Mitlernenden bei
AGS	Kennen kleine Tanz- und Rhythmusspiele für ihren Berufsalltag Können in Gruppen Aufträge annehmen und diese gemeinsam umsetzen. Die eigene Körpersprache und das Auftreten werden thematisiert und geschult.	
FAGE	Die eigene Körpersprache und das Auftreten werden thematisiert und geschult.	
FABE	Kennen kleine Tanz- und Rhythmusspiele für Kinder und Menschen mit Beeinträchtigungen. Die eigene Körpersprache und das Auftreten werden thematisiert und geschult.	
Themen	Rope-Skipping Handgeräte-Kombinationen (Hanteln, Seile, Stäbe, Keulen, Bälle, Reifen) Tanz	
Lernerfolgs-Kontrollen	Tanz: Eigene Choreographie erarbeiten und vorzeigen Aerobic: Abfolge vorzeigen und eigenen Block gestalten Rope Skipping: Choreographie erlernen und vorführen.	

Geräteturnen und Akrobatik

	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - können einzelne Elemente sicher turnen - können einzelne Elemente verbinden und kombinieren (Bewegungsfluss) - können sich selber reflektieren (Lernprotokoll, Video) - können die Gefahren beim Turnen an Geräten richtig einschätzen und minimieren 	<ul style="list-style-type: none"> - können sowohl einzeln wie auch in der Gruppe turnen - können in Gruppenarbeit aktive Unterstützungsarbeit (helfen, sichern, motivieren) leisten - können sich selber und innerhalb der Gruppe reflektieren (Lernprotokoll, Video)
AGS	<p>Kennen die wichtigsten Verhaltensregeln zum Thema Sicherheit mit und an den Geräten</p> <p>Lernen sich selber einzuschätzen und allenfalls vorhandene Ängste zu überwinden und so mehr Selbstvertrauen und Sicherheit zu gewinnen (eigene Ressourcen verwalten).</p>	
FAGE	<p>Kennen die wichtigsten Verhaltensregeln zum Thema Sicherheit mit und an den Geräten.</p> <p>Erkennen durch eigenes Erleben vertrauensfördernde Kriterien beim Helfen und Sichern an Geräten. (Transfer zu Vertrauen Klienten – Betreuung/Pflege möglich)</p>	
FABE	<p>Kennen die wichtigsten Verhaltensregeln zum Thema Sicherheit mit und an den Geräten</p> <p>Kennen verschiedene Übungen zum Thema „Mut tut gut“ und können die Übungen mit Kindern und Menschen mit Beeinträchtigungen sicher und vielseitig umsetzen.</p> <p>Erkennen durch eigenes Erleben vertrauensfördernde Kriterien beim Helfen und Sichern an Geräten. (Transfer zu Vertrauen Klienten – Betreuung/Pflege möglich)</p>	
Lernerfolgs-Kontrollen	<p>Übungsabfolge erarbeiten und vorzeigen</p>	

7.4 Lernziele Handlungsbereich Herausforderung

Herausforderung		
	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - können sich selbst und die eigene Leistung einschätzen - können sich realistische Ziele setzen - kennen und erkennen Sicherheitsrisiken und setzen sich keinen Gefahren aus - setzen sich mit dem Thema „gegenseitiges Vertrauen“ auseinander - kennen Massnahmen, welche auf das Vertrauen fördernd wirken 	<ul style="list-style-type: none"> - können das Erreichen der eigenen Ziele beurteilen, Schlüsse daraus ziehen und für zukünftige Aufgaben anpassen - kennen Sicherungstechniken und können diese anwenden - Erleben die Bedeutung von bewusster Atmung in Stress-/Wagnissituationen.
AGS	<p>Kennen verschiedene Spiele zum Thema Kooperation und lernen miteinander bestimmte Aufgaben zu lösen.</p> <p>Kennen kleine Spiele zum Kennenlernen und Kooperationsübungen (Thema: Aktivierung im Berufsalltag)</p>	
FAGE	<p>Kennen verschiedene Spiele zum Thema Kooperation und lernen miteinander bestimmte Aufgaben zu lösen</p> <p>Kennen kleine Spiele zum Kennenlernen und Kooperationsübungen (Thema: Aktivierung im Berufsalltag)</p> <p>Erkennen durch eigenes Erleben vertrauensfördernde Kriterien beim Helfen und Sichern an Geräten. (Transfer zu Vertrauen Klienten – Betreuung/Pflege möglich)</p>	
FABE	<p>Kennen kleine Spiele zum Kennenlernen und Thema Kooperation (Rituale mit Kindern und Menschen mit Beeinträchtigungen)</p> <p>Erkennen durch eigenes Erleben vertrauensfördernde Kriterien beim Helfen und Sichern an Geräten. (Transfer zu Vertrauen Klienten – Betreuung/Pflege möglich)</p>	
Themen	<p>Parcours</p> <p>Klettern/Bouldern</p> <p>GeTu</p> <p>Maxitrampolin</p> <p>Kooperations- und Vertrauensübungen</p>	
Lernerfolgs-Kontrollen	<p>Rope Skipping (Leistungsnote)</p>	

7.5 Lernziele Handlungsbereich Gesundheit

Ausdauer		
Die Lernenden..	Grundfähigkeiten	Entwicklung
	<ul style="list-style-type: none"> - können ihren Puls manuell auszählen - kennen den Unterschied zwischen Ruhe- und Belastungspuls - absolvieren eine Ausdauerleistung 	<ul style="list-style-type: none"> - führen ein Bewegungstagebuch (SchrittzählerApp) - verbessern ihre Ausdauer - kennen unterschiedliche Ausdauerformen
AGS	<p>Kennen die Auswirkungen von Ausdauersport auf den Körper (spez. Vitalzeichen)</p> <p>Kennen die Wichtigkeit von wirksamer Atmung im Sport und die Funktionen im Körper (Gasaustausch/ Dilatation)</p> <p>Kennen die Wichtigkeit von Ausdauersport in Bezug auf bestimmte chronische Krankheiten und was es dabei zu beachten gilt (Sicherheitsvorkehrungen)</p>	
FAGE	<p>Kennen die Auswirkungen von Ausdauersport auf den Körper (spez. Vitalzeichen)</p> <p>Kennen die Wichtigkeit von wirksamer Atmung im Sport und die Funktionen im Körper (Gasaustausch/ Dilatation)</p> <p>Kennen die Wichtigkeit von Ausdauersport in Bezug auf bestimmte chronische Krankheiten und was es dabei zu beachten gilt (Sicherheitsvorkehrungen)</p>	
FABE	<p>Kennen die Wichtigkeit von Ausdauer in Bezug auf die Entwicklung des Kindes</p> <p>Lernen Übungen kennen, welche im Bereich Ausdauer kindergerecht umgesetzt werden können (Lauf Dein Alter etc.)</p>	
Themen	<p>spielerische Ausdauer (Stafetten, kleine Laufspiele, etc.)</p> <p>Ausdauergeräte im Kraftraum</p> <p>OL</p> <p>Ausdauerlauf</p>	
Lernerfolgs-Kontrollen	<p>12-Minuten-Lauf</p> <p>Ausdauerlauf Outdoor (Baslerstrasse 2.2 km bzw. Mülimatt 2.7 km)</p>	

Kraft		
	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - führen ein Trainingsprotokoll (Kraft- und Ausdauergeräte) - kennen für die verschiedenen Muskelgruppen Kraftübungen und können diese variieren - kennen unterschiedliche Krafttrainingsformen - unterscheiden zwischen statischen und dynamischen Kraftübungen - kennen Grundsätze zur Trainingslehre im Kraftbereich 	<ul style="list-style-type: none"> - variieren den Widerstand (Gewicht) entsprechend ihrem Trainingszustand - kennen für die verschiedenen Muskelgruppen Kraftübungen für ein individuelles Trainingsprogramm zu Hause - kennen berufsbezogene muskuläre Dysbalancen und wissen Ausgleichsmöglichkeiten - Wissen, was beim Krafttraining an den Geräten beachtet werden muss und setzen dies um.
AGS	Kennen Übungen zur Stärkung des Beckenbodens Kennen Übungen zum Thema „Rückenschule“ und können diese aktiv anwenden Lernen Übungen zum Thema „Sturz-Prophylaxe“ kennen. (Insbesondere Gleichgewicht-, Kraft-, Reaktionsübungen)	
FAGE	Kennen Übungen zur Stärkung des Beckenbodens und können diese anleiten Kennen Übungen zum Thema „Rückenschule“ und können diese aktiv anwenden Lernen Übungen zum Thema „Sturz-Prophylaxe“ kennen und wenden diese aktiv an. (Insbesondere Gleichgewicht-, Kraft-, Reaktionsübungen)	
FABE	kennen Übungen für Krafttraining mit Kindern Kennen Übungen zum Thema „Rückenschule“ und können diese aktiv anwenden.	
Themen	Kraftgeräte freie Kraftübungen, Crossfit Groupfitness (Pilates, M.A.X., BBP, etc.)	
Lernerfolgskontrollen	CrossFit-Test <i>Globaler Rumpfkrafttest</i> <i>Standweitsprung</i> <i>Sit-Ups</i> <i>Liegestütze</i> <i>Bänkli Hüof</i> <i>Rückenübung</i> Ein Krafttrainingsprotokoll führen	

Koordination		
Die Lernenden...	Grundfähigkeiten	Entwicklung
	<ul style="list-style-type: none"> - kennen den Begriff Koordination - und die verschiedenen koordinativen Fähigkeiten - kennen Übungen zu den unterschiedlichen koordinativen Fähigkeiten und üben sich darin 	<ul style="list-style-type: none"> - können koordinative Übungen sinnvoll erleichtern und erschweren
AGS	<p>Lernen Übungen zum Thema „Braingym“ kennen und können diese auch im Alltag anwenden (Aktivierung)</p> <p>Kennen die Wichtigkeit von Koordinationsübungen für Sturz-Prophylaxe und Altersentwicklung</p> <p>Im Selbstversuch erleben die Lernenden Sinneseinschränkungen in den Bereichen Auge und Ohr. Sie werden im Rahmen von Parcours in die Situation von Menschen mit beeinträchtigter Seh-/Hörfähigkeit versetzt.</p>	
FAGE	<p>Lernen Übungen zum Thema „Braingym“ kennen und können diese auch im Alltag anwenden (Aktivierung)</p> <p>Kennen die Wichtigkeit von Koordinationsübungen für Sturz-Prophylaxe und Altersentwicklung.</p> <p>Im Selbstversuch erleben die Lernenden Sinneseinschränkungen in den Bereichen Auge und Ohr. Sie werden im Rahmen von Parcours in die Situation von Menschen mit beeinträchtigter Seh-/Hörfähigkeit versetzt.</p>	
FABE	<p>kennen die sensiblen Phasen für das Erlernen der Koordination.</p> <p>Wissen, wie Übungen alters- und entwicklungsentsprechend angepasst werden können (Kinder verschiedenen Alters, Menschen mit Beeinträchtigungen).</p> <p>Im Selbstversuch erleben die Lernenden Sinneseinschränkungen in den Bereichen Auge und Ohr. Sie werden im Rahmen von Parcours in die Situation von Menschen mit beeinträchtigter Seh-/Hörfähigkeit versetzt.</p>	
Themen	<p>Jonglage, Dribbling</p> <p>Slackline</p> <p>Einrad</p> <p>Sypoba</p> <p>Koordinationsspiele (Reaktion, Gleichgewicht, Orientierung, Differenzieren, Rhythmisieren)</p> <p>Laufschule</p>	
Lernerfolgs-Kontrollen	<p>Drei Jonglierformen vorzeigen</p>	

Haltung		
Die Lernenden...	Grundfähigkeiten	Entwicklung
		<ul style="list-style-type: none"> - kennen die Kriterien einer ergonomischen Haltung (stehen, sitzen) und Bewegung - kennen Übungen für einen starken Rücken und Rumpf und führen diese korrekt aus - nehmen sich ihrer eigenen Körperhaltung (sitzen, stehen, gehen) wahr.
AGS	<p>Können die Übungen der Rückenschule aktiv anwenden</p> <p>Kennen einzelne Übungen zum Thema Schmerzlinderung im Bereich Rückenbeschwerden? (Mobilisationsübungen und Entspannungstechniken)</p>	
FAGE	wenden ihr aus der Berufskunde vorhandenes Wissen zum Thema Ergonomie und Körperhaltung praktisch an.	
FABE	wenden ihr aus der Berufskunde vorhandenes Wissen zum Thema Ergonomie und Körperhaltung praktisch an.	
Lernerfolgs-Kontrollen	Keine	

Aktivierung / Aufwärmen leiten		
	Grundfähigkeiten	Entwicklung
Die Lernenden...	<ul style="list-style-type: none"> - planen eine kurze Sportsequenz (Einwärmen) methodisch und inhaltlich sinnvoll und führen diese mit der eigenen Klasse durch - werden sich der Rolle als Leiterperson bewusst und reflektieren das eigene Auftreten - reflektieren die Umsetzung der Sportsequenzen und erkennen Anpassungsmöglichkeiten 	<ul style="list-style-type: none"> - planen eine längere Sportsequenz (ganze Lektion) mit den Bestandteilen „Einwärmen“, „Hauptteil“, „Ausklang“ und setzen diese um.
AGS	<p>Die Lernenden setzen das im Berufskundeunterricht erlernte Wissen zum Thema Aktivierung und Organisation von Aktivitäten in Form von Bewegungsaktivitäten in der Klasse um (Anleiten von Aufwärmen und oder Rituale wie Aktivierung oder Mobilisation und Dehnübungen.</p> <p>Lernen Formen von Anpassungen im Sinne von Adapted physical activity kennen und wissen diese im Alltag mit ihren Klientengruppen umzusetzen</p>	
FAGE	<p>Die Lernenden setzen das im Berufskundeunterricht erlernte Wissen zum Thema Aktivierung und Organisation von Aktivitäten in Form von Bewegungsaktivitäten in der Klasse um</p> <p>Im Sinne von „Adapted physical activity“ kann gemeinsam mit den Lernenden diskutiert werden, wie Bewegungssequenzen für verschiedene Klientengruppen (ältere Menschen, Psychatriepatienten, Kindern und Menschen mit Einschränkungen) angepasst werden könnten.</p>	
FABE	<p>Die Lernenden setzen das im Berufskundeunterricht erlernte Wissen zum Thema Aktivierung und Organisation von Sequenzen in Form von Bewegungsaktivitäten in der Klasse um</p> <p>Im Sinne von „Adapted physical activity“ kann gemeinsam mit den Lernenden diskutiert werden, wie Bewegungssequenzen für verschiedene Klientengruppen (Kinder unterschiedlicher Altersgruppe und Menschen mit Einschränkungen) angepasst werden könnten.</p>	
Lernerfolgs-Kontrollen	Aktivierung leiten	

Beweglichkeit		
Die Lernenden...	Grundfähigkeiten	Entwicklung
		<ul style="list-style-type: none"> - wissen, weshalb Stretching/Dehnen wichtig ist (Nutzen) - kennen die vier verschiedenen Dehnmethoden
AGS	Kennen Übungen zur Aktivierung (Mobilisation) und zum Abschluss des Trainings/Lektion (Dehnübungen) Können die wichtigsten Stretching-Übungen im Alltag umsetzen und eventuell mit Klienten anwenden	
FAGE	Kennen Übungen zur Aktivierung (Mobilisation) und zum Abschluss des Trainings/Lektion (Dehnübungen) Können die wichtigsten Stretching-Übungen im Alltag umsetzen und eventuell mit Klienten anwenden	
FABE	Kennen Übungen zur Aktivierung (Mobilisation) und zum Abschluss des Trainings / Lektion (Dehnübungen) Können Übungen zur Förderung der Beweglichkeit mit Kindern (Spielerische Umsetzung des Themas)	
Themen	Ein- und Ausdehnen Yoga Vergleichstests	
Lernerfolgs-Kontrollen	Beweglichkeitstest	

Entspannung		
Die Lernenden...	Grundfähigkeiten	Entwicklung
	<ul style="list-style-type: none"> - kennen die Bedeutung von Entspannung und Regeneration - kennen verschieden Entspannungstechniken 	<ul style="list-style-type: none"> - leiten eine Entspannungssequenz in der Klasse an
AGS	Kennen Techniken zur Entspannung und Regeneration und können diese im Alltag und Beruf umsetzen (Coping Techniken). Verstehen die Wichtigkeit von Entspannungstechniken in Bezug auf Schmerzen (chron. Erkrankungen)	
FAGE	Kennen Techniken zur Entspannung und Regeneration und können diese im Alltag und Beruf umsetzen (Coping Techniken) und anleiten. Verstehen die Wichtigkeit von Entspannungstechniken in Bezug auf Schmerzen (chron. Erkrankungen)	
FABE	Kennen Techniken zur Entspannung und Regeneration und können diese im Alltag und Beruf umsetzen Kennen Übungen (Rituale) für Kinder zur bewussten Entspannung (Vor dem Mittagsschlaf; Am Ende des Krippentages; zur Beruhigung etc.)	
Themen	PMR Traumreise Autogenes Training Dehnen Yoga Massage Atemübungen Wahrnehmungsübungen	
Lernerfolgs-Kontrollen	keine	

Ernährung		
Die Lernenden...	Grundfähigkeiten	Entwicklung
		<ul style="list-style-type: none"> - erkennen die Ergänzungen zur Lebensmittelpyramide, die sich durch sportliche Belastungen ergeben
AGS	Kennen die Wichtigkeit von gesunder Ernährung (in Bezug auf die Gesundheit und Sport) Kennen die Auswirkungen von bestimmten Medikamenten/Doping/Trendpräparate auf den Körper (in Bezug auf Sport)	
FAGE	Kennen die Wichtigkeit von gesunder Ernährung (in Bezug auf die Gesundheit und Sport) Kennen die Auswirkungen von bestimmten Medikamenten/Doping/ Trendpräparate auf den Körper (in Bezug auf Sport)	
FABE	Kennen die Wichtigkeit von gesunder Ernährung (in Bezug auf die Gesundheit und Sport) Gesunde Ernährung mit Kindern vorleben und dies auch im Alltag umsetzen können	
Lernerfolgs-Kontrollen	keine	

8 Anhang

I Übergabeprotokoll Sport

Dieses Dokument dient zur nahtlosen Übergabe von Sportklassen bei Sportlehrpersonenwechsel zwischen dem ersten und dem zweiten Lehrjahr. Falls es zu einem Wechsel kommt, wird dieses Dokument von der bisherigen Sportlehrperson gemeinsam mit noch weiterhin laufenden Arztzeugnissen, den ausgefüllten Gesundheitsfragebogen und allfälligen weiteren Klassenunterlagen **bis zum OE-Tag (Sommer) an die neue Sportlehrperson** überreicht.



Berufsfachschule
Gesundheit & Soziales
Brugg



Klasse	Turnhallen Standort bisher
Sport-Lehrperson bisher	Sport-Lehrperson neu
Klassenführung	
Dispensierte Lernende (ABU/Sport befreite, Arztzeugnisse)	
Was funktioniert gut?	
Noch offene Themenbereiche, Gewünschtes	

--

Handlungsbereich	Unterbereiche / Sportart	Erreichte Grundfähigkeiten	Entwicklung	Berufsspezifisches:	LEK:	Bemerkungen
Spiel						

Handlungsbereich	Unterbereiche / Sportart	Erreichte Grundfähigkeiten	Entwicklung	Berufsspezifisches:	LEK:	Bemerkungen

Handlungsbereich	Unterbereiche / Sportart	Erreichte Grundfähigkeiten	Entwicklung	Berufsspezifisches:	LEK:	Bemerkungen
Wettkampf						

Handlungsbereich	Unterbereiche / Sportart	Erreichte Grundfähigkeiten	Entwicklung	Berufsspezifisches:	LEK:	Bemerkungen
Ausdruck						
Herausforderung						

Handlungsbereich	Unterbereiche / Sportart	Erreichte Grundfähigkeiten	Entwicklung	Berufsspezifisches:	LEK:	Bemerkungen
Gesundheit						

Handlungsbereich	Unterbereiche / Sportart	Erreichte Grundfähigkeiten	Entwicklung	Berufsspezifisches:	LEK:	Bemerkungen

Regeln für den Sportunterricht

Ergänzung zur Vereinbarung Schul- und üK Besuch und Hausordnung

- Verhalten im Sportunterricht:
Eine aktive Teilnahme wird vorausgesetzt, ansonsten wird eine Absenz erteilt. Wir pflegen einen fairen und respektvollen Umgang miteinander.
- Absenzen:
Wer nicht mitturnen kann (Krankheit, Unwohlsein, Verletzung) ist nicht in der Sporthalle anwesend und erhält eine Absenz.
- Bekleidung:
Der Sportunterricht erfolgt in angepasster Sportbekleidung.
In der Halle müssen jeweils saubere Hallensportschuhe getragen werden. „Ballettschläppli“, „Ballerinas“, Stoffschuhe oder Anti-Rutschsocken werden aus Sicherheitsgründen nicht toleriert. Im Fitnessraum muss zwingend ein Handtuch mitgebracht werden.
Ohne Sportbekleidung ist eine Teilnahme am Unterricht nicht möglich und es folgt eine „Wegweisung aus dem Unterricht“. Es ist möglich Sportbekleidung und Handtücher im Notfall gegen eine Gebühr von 5.- pro Kleidungsstück zu mieten.
Zwecks Unfallprävention müssen lange Haare zusammengebunden werden.
- Verpflegung:
Essen ist während dem Sportunterricht untersagt, dazu gehören auch Kaugummis.
Trinken ist erlaubt, allerdings nur Wasser, und die Trinkflasche muss wiederverschliessbar sein. Die Trinkflaschen werden ausserhalb der Sporthalle deponiert.
- Beurteilung im Sportunterricht:
Am Ende des Semesters gibt eine Sportnote Rückmeldung über Leistung, die Leistungsbereitschaft und das Verhalten im Sportunterricht. Über deren Zusammensetzung und Gewichtung gibt die Sportlehrperson zu Beginn des Semesters Auskunft.

Wir empfehlen allen Schüler, alle Wertsachen in die Sporthalle mitzunehmen und diese in der Wertsachen-Kiste zu deponieren!

Das Sportlehrer-Team

III Beurteilungskonzept Selbst- und Sozialkompetenz

Beurteilungen A = „trifft völlig zu“, B = „trifft zu“, C = „trifft teilweise zu“, D = „trifft noch nicht zu“

Lernbereitschaft und Arbeitshaltung (Selbstkompetenz)				
Indikatoren Zeugnisbeilage		Anmerkungen Sport	Punkte	Bewertung Lehrperson
Ich habe die benötigten Arbeitsunterlagen dabei und bin auf den Unterricht vorbereitet	A	<ul style="list-style-type: none"> • der/die Lernende ist pünktlich zum Sportunterricht bereit • der/die Lernende trifft mit vollständiger Sportausrüstung ein 	4	
	B		3	
	C		2	
	D		1	
Ich beteilige mich aktiv am Unterrichtsgeschehen	A	<ul style="list-style-type: none"> • der/die Lernende beteiligt sich aktiv und mit einer motivierten Haltung im Sport • der/die Lernende erreicht seine individuelle physische Leistungsgrenzen • der/die Lernende ist offen für neue Herausforderungen 	4	
	B		3	
	C		2	
	D		1	
Ich pflege einen sorgfältigen Umgang mit Inventar und Materialien	A	<ul style="list-style-type: none"> • der/die Lernende benutzt Materialien sachgerecht (Spilsport, Kraftmaschinen etc.) • der/die Lernende ist um Ordnung und Sauberkeit bemüht 	4	
	B		3	
	C		2	
	D		1	
Ich erledige Arbeiten selbständig und zuverlässig	A	<ul style="list-style-type: none"> • der/die Lernende erledigt Aufträge fristgerecht • der/die Lernende führt in Auftrag gegebene Trainings- und Lernprotokolle zuverlässig • der/die Lernende übt auch intensiv, wenn selbständiges Arbeiten verlangt wird 	4	
	B		3	
	C		2	
	D		1	

Kommunikationsfähigkeit (Sozialkompetenz)				
Indikatoren Zeugnisbeilage		Anmerkungen Sport	Punkte	Bewertung Lehrperson
Ich höre dem Gegenüber aufmerksam zu und unterbreche nicht	A	<ul style="list-style-type: none"> • der/die Lernende hört den Anweisungen der Lehrperson aufmerksam zu • der/die Lernende unterbricht nicht, wenn andere sprechen 	4	
	B		3	
	C		2	
	D		1	

Ich nehme Anregungen und Feedback an	A	<ul style="list-style-type: none"> • der/die Lernende nimmt Rückmeldungen der Lehrperson an und setzt diese um • der/die Lernende nimmt Anmerkungen von anderen Berufslernenden an 	4	
	B		3	
	C		2	
	D		1	

Umgangsformen und Kooperation (Sozialkompetenz)				
Indikatoren Zeugnisbeilage		Anmerkungen Sport	Punkte	Bewertung Lehrperson
Ich unterstütze andere Lernende	A	<ul style="list-style-type: none"> • der/die Lernende verhält sich gegenüber anderen Lernenden hilfsbereit und fair • der/die Lernende integriert und unterstützt auch schwächere Lernende (z.B. im Spiel) 	4	
	B		3	
	C		2	
	D		1	
Ich leiste einen Beitrag zu einem positiven Klassenklima	A	<ul style="list-style-type: none"> • der/die Lernende hilft Material unaufgefordert aufzustellen und aufzuräumen • der/die Lernende ist offen bei Gruppeneinteilungen 	4	
	B		3	
	C		2	
	D		1	

Notengebung

$[(\text{erreichte Punktzahl} \times 5) : \text{maximale Punktzahl}] + 1$

Beispiel: Maximale Punktzahl = 52, erreichte Punktzahl 44; $44 \times 5 = 220 : 52 = 4.23 + 1 = 5.23$, gerundet ergibt die Note 5.2

IV Verknüpfungen andere Fachbereiche

FaGe

Mögliche Themen im Sport	1.Se m	2.Se m	3.Se m	4.Se m
Teambildung/Klassenbildung/miteinander/gegeneinander/Kommunikation im Spiel	A. 1 / A. 2	A. 2	A. 1 / A. 2	
Bewegungserfahrung/Sport mit weniger Sinnesorganen Sehen, Hören, Orientierung, Gleichgewicht	B. 1	B. 1 / E. 3	E. 3	C. 5
(Nervensystem-->) Orientierung/Gleichgewicht bei gesunden Menschen. Braingym	B. 1	B. 1 / E. 3	E. 3	C. 5
Sicherheit im Sportunterricht (Verhalten an/mit Sport-/Kraftgeräten)	E. 1			
Rückenschule, Muskelgruppen in Unterricht einbauen (Kraftübungen herausfinden, Agonist/Antagonist, damit keine Dysbalancen entstehen), Trainingslehre Basis zum Thema Muskeln, Knochen, Sehnen, Gelenke(Kniegelenkstabilisation, Fussgelenkstabilisation), Muskelpartien erlebbar machen... Bei Krafraum-Einführung Thema Katabolismus/Anabolismus aufgreifen. / Rückenschule / rüchenschonendes Heben und Tragen / physiologische Körperhaltung, Statische/dynamische Muskelarbeit, Gleichgewichtsübungen- und Reaktionsübungen als Sturzprophylaxe (adaptieren für ältere Menschen)	B. 2	B. 2	E. 3	
Sportaktivitäten gestalten/anleiten mit festgelegter Zielgruppe (Ältere Menschen, Psychiatrieklienten, ...) in Form von kleinen Bewegungsaktivitäten/kurzen Auflockerungssequenzen/Einwärmen leiten (im Sinne von Adapted Physical Activity)		F. 1 / F. 2	D. 3	
Beckenbodentraining		B. 3	B. 3	
Thema elektrolythaltige Sportgetränke, Verlust von Natrium/Kalium durch Sport und die Auswirkungen, Isotonische Getränke und deren Wirkung	B. 5		D. 4	
Ernährung für und im Sport, Sportlerernährungspyramide, (Un-)Sinn Sportler-Ergänzungsnahrung , Energiehaushalt/Leistungs-/Grundumsatz... kritischer Umgang mit Aktivitäten-Apps mit Kalorienangaben. Trinken, Wasserhaushalt, Schwitzen		D. 1 / E. 4	D. 6 / D. 4	E. 4
Ausdauertraining, Herzkreislauf selber erleben (Puls, Erholung, Belastung, ...) Fieber und Sport	D. 1		D. 1 / B. 4	B. 4
Atmung im Sport, Belastung/Entspannung, Angst und Atmung (Wagnis im Sport)			B. 4	
Entspannungsübungen, Regeneration und Erholungsphasen				B. 6
Selbst-/Fremdwahrnehmung, Feedback, Beobachtung und Wahrnehmung		A. 3 / F. 1		
Doping, Sport und Medikamente, Nebenwirkungen, Gesetzliche Grundlagen thematisieren			D. 3	
Bewegung und Sport als Gesundheitsförderung			E. 2	E. 2
Umgang mit Aggression, evtl. Selbstverteidigung				C. 5

AGS

Verknüpfungsideen Berufskunde 1, 2 und Sport (Prov. SJ 16/18)

Handlungs-kompetenz	Stichworte zu Inhalt der BK-Handlungskompetenz	Thematische Ideen zur Umsetzung im Sportunterricht
AGS		
1. Lehrjahr		
1	An- und Auskleiden, Bewegen	Theorie: Gesundheit und Sport in Verbindung bringen; Krafttraining und Dehnübungen (Mobilisieren)
1/4	Hygiene, Körperpflege	Körperpflege im Sport und danach (Regelkunde)
2	Beziehung, Zwischenmahlzeiten	Theorie: Ernährung im Sport; Interaktionen fördern (Kennenlernspiele, Kooperationsspiele)
3	Gestaltung Essraum, Haushalt	Hygiene im Raum (Reinigen der Kraftgeräte (KR); Sicherheit im KR und Halle.
6/5	Kompetenzen, Reflexion, Kommunikation, Wartung	Arbeitsaufträge im Sport, Gruppenaufträge, Feedback Möglichkeiten (Coping Strategien wie Aggressionsabbau) Sicherheit durch Prävention im Sport
3/1	Wäschepflege, Prophylaxen, Ausscheiden	Thema Hygiene/Körperpflege repetieren; Sturzprophylaxen. Rückenschule, Beckenbodentraining (gesunder Rücken)
2/3	Essen, Trinken, Einkauf, Tagesstruktur, Transport, Beziehung	Theorie: Ernährung im Sport (spez. Trinken im Sport; Ergänzungsmittel) „Gesunde Lebensmittel“ (bewusst einkaufen) Bewusste Rituale im Sport (Anfang/ Ende der Lektion)
5	Buchhaltung, Informationen	„Braingym“ im Sport (Aktivierung dadurch mehr Leistungsvermögen) Sich selber organisieren lernen: Planung von Aufwärmen, Dehnen etc.
2. Lehrjahr		
1/2	Vitalzeichen, Notfall, Ausscheiden, Prophylaxen, Medikamente	Theorie: Gesundheit im Sport (mit Pulskontrolle) Besprechung von Notfällen im Sport; Bewusste Atmung im Sport (Kraft- und Ausdauersport) Medikamente und Nebenwirkungen im Sport (Training bei Krankheit, Verletzung-> Training bei Dispens)
2/5/6	Aktivierung, Lagerbewirtschaftung, Ressourcen	Aktivierungsangebote (Turniere BFGS) nutzen; Gestaltung von Klassenturnieren, bzw. Schulturnier. Ziel: Eigene Ressourcen bewusst einschätzen lernen
4/2/6	Arbeitssicherheit, Behinderung, Kommunikation	Gesundheitsförderung und Prävention einbinden: Rückenschule repetieren

		(eigener Trainingsplan einbinden); Wichtigste Krankheitsbilder und die Wirkung von Sport Kommunikation fördern durch Gruppenspiele
2/1/6	Essen, Trinken Bewegung, Schlafen, Mann/Frau, Abhängigkeit	Repetition zu Essen und Trinken im Sport. Aktiver, passiver Bewegungsapparat repetieren (Agonist, Antagonist) Gesunder Schlaf= Gesunder Körper= Mehr Aktivität Unterschiede im Sport bei Mann/Frau-> Warum? Sucht, Abhängigkeit (Sportsucht); Gewalt und Aggression (Coping Strategien und Aggressionsabbau durch Sport)
6/5/2	Aggression Chron. Krankheiten, Beziehungssituationen, Sterben	Repetition Aggressionsabbau (jeder wählt seine mögliche Coping-Strategie und setzt diese um) Chron. Krankheiten und Sport (Ausdauer sehr wichtig) Schmerzen (im Sport) und Massnahmen zur Linderung kennen (Rückenschule, Entspannungstechniken, Traumreise, Massage etc.)

FaBe Kinderbetreuung

Verknüpfungsideen Berufskunde 1, 2 und Sport (gültig ab SJ 2013)

Handlungs-kompetenz	Stichworte zu Inhalt der BK-Handlungskompetenz	Thematische Ideen zur Umsetzung im Sportunterricht
Fachrichtung Kinderbetreuung		
1. Lehrjahr		
2	Förderung der Selbständigkeit (Entwicklungsfördernde Spielorte)	Theorie: Wichtigkeit des Spielens; Halle: Kleine Spiele für versch. Altersgruppen und Umfelder
2/3	Alltag mit förderlichen Betätigungen gestalten	Viele Spiele kennen lernen, selber variieren und gestalten (speziell: Tanz-Rhythmusspiele)
3	Entwicklungspsychologie (Entwicklung und Potenziale erkennen)	Gezielte Förderung durch Koordinationsspiele (Erleichtern, erschweren, variieren)
2/3/4	Pädagogik (Entwicklung und Autonomie fördern)	Gezielte Spiele in Gruppen mit Interaktion- Kooperation und Kommunikationsfaktoren
2. Lehrjahr		
2/3	Spezielle Anregungen, Animationsmöglichkeiten	Spiele mit Geschichten und Erlebnissen (J&S Kindersport) Aktiv Freizeitangebote planen, durchführen (Schulturnier, Vorführung etc.)
2	Psychisches und physisches Wohlbefinden erhalten und fördern	Repetition von Notfallszenario; Entsprechende Massnahmen
2	Ressourcenorientierte Unterstützung im täglichen Leben bieten	Wichtigkeit des Sports für die Gesundheit und seine Möglichkeiten-> Abwechslungsreiche Spiele
2/3	Pädagogik (Methoden zur Förderung der Selbständigkeit)	Kooperations- und Interaktionsspiele (Vertrauen durch Kooperation)
2/3/4/5	Ethik (Berufsrolle)	Vorbildfunktion wahrnehmen: Wichtigkeit von Gesundheit (durch Sport); Lernen selber Ziele zu setzen und Sequenzen zu planen (Aufwärmen bzw. Sektionen planen, durchführen, evaluieren.)

FaBe Behindertenbetreuung

Verknüpfungsideen Berufskunde 1, 2 und Sport (gültig ab SJ 2013)

Handlungs-kompetenz	Stichworte zu Inhalt der BK-Handlungskompetenz	Thematische Ideen zur Umsetzung im Sportunterricht
Fachrichtung Behindertenbetreuung		
1. Lehrjahr		
2/3	Förderung der Selbständigkeit	Theorie: Förderung der eigenen Gesundheit Kraftraum: Fitness Halle: S
2	Alters- und Ressourcenangepasste ÜBUNGEN	Kraftraum: Übungen zur Aktivierung, Förderung der Beweglichkeit Halle: Kleine Spiele zur Aktivierung
3	Psychisches und physisches Wohlbefinden fördern	Allgemeine Körperpflege; Entspannungsmethoden kennen lernen
2	Krankheiten und Notfälle erkennen	Notfallszenarien repetieren
3/4	Entwicklung und Autonomie der betreuten Personen fördern	Halle: Kennenlern- und Interaktionsspiele; Spiele für Aggressionsabbau KR: Kooperationsspiele
2. Lehrjahr		
2/3	Förderung, Unterstützung, Erhaltung der Beweglichkeit	KR: Fitness (Beweglichkeit) mit und ohne Hilfsmittel Halle: Aktivierungsspiele
3	Soziale und kulturelle Integration fördern	KR: Einzel- und Gruppenspiele fördern Halle: Kooperationsspiele
3	Kommunikation fördern	KR: Eigene Übungen aufschreiben und Protokoll führen Halle: Eigene Übungen vor der Klasse anleiten
3	Handlungsansätze für spezielle Situationen (persönliche Grenzen)	Übungen für den Umgang mit Bewältigungsstrategien (Coping)
4/5	Ethische Fragestellungen	Kooperations- und Interaktionsspiele (Vertrauen durch Kooperation)
4	Eigene Berufsrolle kennen und wahrnehmen	Vorbildfunktionen wahrnehmen auch zum Thema Gesundheit und Sport