

# Sport

(Grundlagenfach)

## 1. Allgemeines

1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	
Stundendotation	3 / 3	3 / 3	3 / 3	3

## 2. Leitideen und Richtziele

Die Sporterziehung leistet einen wesentlichen Beitrag zu einer harmonischen Ausbildung des Körpers, des Gemüts, des Willens und des Verstandes.

Der Schulsport soll der Gesundheit dienen. Er strebt mit der Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und mit seinem Beitrag zur ganzheitlichen Bildung physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden an. Die Auswahl der Sportarten hat zum Ziel, die Schülerinnen und Schüler zur aktiven Gestaltung ihres Bewegungsalltags zu ermuntern, ihr Verantwortungsbewusstsein gegenüber ihrem eigenen Körper und der Umwelt zu fördern und ihr Naturerlebnis zu vertiefen.

Der Sportunterricht bezweckt die Schulung des Körpers als Organismus und Ausdrucksmittel sowie die systematische Förderung der psychomotorischen Fähigkeiten. Es sollen Bewegungserfahrungen vielfältig erweitert und gesichert werden. In Einzel- und Mannschaftssportarten sollen die Schülerinnen und Schüler unterschiedlichste Fertigkeiten und Einstellungen erwerben sowie im Spiel wichtige menschliche Grund-einsichten gewinnen; dadurch werden sie befähigt, aus einem vielseitigen Angebot die ihnen gemässen Bewegungs-, Spiel- und Sportformen auszuwählen und selbstständig zu pflegen.

Im Grundlagenfach Sport liegt das Schwergewicht auf der praktischen Betätigung in verschiedenen Sportbereichen. Abgestützt auf Erkenntnisse der Sportwissenschaft und aktueller Entwicklungen im Sportgeschehen sollen die Schülerinnen und Schüler Sport als vielseitiges Phänomen erleben und kennenlernen.

Bei der Unterrichtsgestaltung sollen die Geschlechts- und Begabungsunterschiede berücksichtigt werden.

Die Schülerinnen und Schüler sollen die ethischen Grenzen bei Wettkämpfen erkennen und zu sportlichem Verhalten (wie z.B. Hilfsbereitschaft, Fairplay, Selbstdisziplin) geführt werden.

Die vielfältigen Möglichkeiten der Sporterziehung und der interdisziplinäre Charakter der Sportwissenschaft sind günstige Voraussetzungen für eine fächerübergreifende, vernetzte Arbeitsweise im Projekt- und Werkstattunterricht sowie in Studienwochen und Lagern.

## 3. Grobziele und Lerninhalte

### Grundkenntnisse

#### Schülerinnen und Schüler

- erkennen die körperliche Leistungsfähigkeit als Teil ihrer Gesundheit und Fitness
- erwerben und vertiefen Kenntnisse in verschiedenen Sportarten
- sehen und erleben sich selbst als körperlich-seelisch-geistige Einheit
- kennen Regeln und ihre Bedeutung im Sport

### Grundfertigkeiten

#### Schülerinnen und Schüler

- wenden die eigenen sportlichen Fähigkeiten und Neigungen vielseitig an
- erweitern und verfeinern ihr sportliches Bewegungsrepertoire
- integrieren die Bewegungs-, Entspannungs- und Regenerationsformen in eine gesunde Lebensführung
- entwickeln durch gezielte Übungen die motorischen Fähigkeiten und die ihnen zugrunde liegenden Organsysteme
- entwickeln eine allgemeine und spezifische Spielfähigkeit
- setzen den Körper bewusst als Ausdrucksmittel ein
- betreiben in der Natur verschiedene sportliche Aktivitäten.

### Grundhaltungen

#### Schülerinnen und Schüler

- begreifen Bewegung und Gesundheit als untrennbar miteinander verbundene Phänomene

- eignen sich ein faires, sportliches Verhalten anderen und sich selbst gegenüber an
- begreifen Bewegung, Spiel, Sport und Wettkampf als Teil des kulturellen Lebens
- beobachten und beurteilen die Bedeutung des Sports in unserer Gesellschaft und seine Entwicklung kritisch.

### **Kernstoff 1. und 2. Klasse**

- Prinzipien des Ausdauer-, Kraft- und Beweglichkeitstrainings werden im Unterricht erlebbar gemacht
- die koordinativen Fähigkeiten werden gefördert
- Leichtathletik: ausgewählte Disziplinen werden eingeführt bzw. vertieft
- Spielsport: allgemeine Spielfähigkeit mit (in)direktem Partner-Gegner-Bezug; verschiedene Formen der Rückschlagspiele mit deren wesentlichen technischen und taktischen Elementen
- ästhetisch-gestalterischer Sport: Bewegungsfolgen mit oder ohne Gerät
- Sportarten in der Natur.

### **Kernstoff 3. und 4. Klasse**

Die in den ersten zwei Jahren eingeführten Disziplinen werden vertieft und akzentuiert.

### **Ergänzungsstoff**

Vertiefung von neigungsbezogenen Aktivitäten in den Bereichen Spielen, Leisten, Gestalten; aufnehmen neuer Bewegungs- und Spieltrends; punktuelle theoretische Auseinandersetzung mit ausgewählten Bereichen des Sports als Begleitung der praktischen Stoffvermittlung.

## **4. Querverweise und Möglichkeiten für fächerübergreifenden Unterricht**

Biologie:	Körperfunktionen / Anatomie und Physiologie in Theorie und Praxis
Geografie:	Orientierungslauf / Kartenlesen in Theorie und Praxis
Zeichnen:	Bewegungsabläufe / Bewegungen erleben und zeichnen
Deutsch:	Theater
Geschichte:	Olympische Bewegung
Musik:	Tanz