

# FACHCURRICULUM BEWEGUNG UND SPORT

*1. bis 5. Klasse, Realgymnasium und Technologische Fachoberschule*

## **Ziele**

Der Unterricht von Bewegung und Sport bietet den Schülerinnen und Schülern Körper-, Bewegungs-, Sport- und Sozialerfahrungen. Das regelmäßige und zielgerichtete Bewegen und Sporttreiben fördert in hohem Maße die ganzheitliche Entwicklung der Jugendlichen. Dies trägt zum physischen und psychischen Wohlbefinden jeder und jedes Einzelnen bei und leistet einen entscheidenden Beitrag zur Lernfähigkeit und Gesundheit der Schülerinnen und Schüler. Der Unterricht ermöglicht vielfältige Körpererfahrungen, bei denen die Schülerinnen und Schüler ihre motorischen Eigenschaften verbessern, sportliche Fertigkeiten erlernen und Bewegungsabläufe individuell gestalten.

Die Schülerinnen und Schüler nehmen den eigenen Körper bewusst wahr und setzen sich individuelle Lern- und Leistungsziele. Sie vergleichen und messen sich im Spiel und bei Wettkämpfen und lernen Risiken richtig einzuschätzen. Sie meistern auch schwierige Situationen und gewinnen dadurch Vertrauen zu sich selbst und zu anderen. Sie erfahren Zugehörigkeit und Solidarität, bringen die eigenen Bedürfnisse ein und nehmen Rücksicht auf andere. Die Schülerinnen und Schüler kennen und schätzen die Auswirkungen regelmäßiger sportlicher Aktivität und stehen einem aktiven Lebensstil positiv gegenüber. Die Jugendlichen entwickeln das Bedürfnis, gut in Form zu sein, um die psychophysischen Erfordernisse beim Studium und im Beruf, beim Sport und in der Freizeit angemessen bewältigen zu können. Die Schülerinnen und Schüler handeln sicherheits- und umweltbewusst in der Natur und nutzen Möglichkeiten technischer Hilfsmittel sinnvoll.

## **Kompetenzen am Ende des 1. Bienniums**

*Die Schülerin, der Schüler kann*

- den eigenen Körper wahrnehmen und sich mit Freude bewegen, die konditionellen und koordinativen Fähigkeiten verbessern, sich durch Bewegung ausdrücken, Bewegungsabläufe gestalten und variieren
- die Kompetenzen in verschiedenen Individual- und Mannschaftssportarten in technischer und taktischer Hinsicht erweitern, sportliche Leistung erleben und respektieren sowie sportbezogene Rollen übernehmen
- den Wert einer gesunden Lebensführung für das eigene Wohlbefinden im Alltag erkennen, mit anderen kooperieren, den Teamgeist mittragen und durch positive Erlebnisse Selbstvertrauen aufbauen
- Bewegung, Spiel und Sport in der Natur umweltbewusst ausüben, Verantwortung für die eigene und die Sicherheit anderer übernehmen

## **Kompetenzen am Ende der 5. Klasse**

*Die Schülerin, der Schüler kann*

- verschiedene Individual- und Mannschaftssportarten ausführen, technisch-taktische Bewegungsabläufe situationsgerecht und zielorientiert anwenden sowie die Fitness

- mit entsprechenden Maßnahmen verbessern
- den Wert von aktiver Sportausübung für die Gesundheit erkennen und einen aktiven Lebensstil pflegen
  - sich Leistungsvergleichen im Sinne einer korrekten Ethik und unter Beachtung der geltenden Regeln und des Fairplay stellen sowie Sportaktivitäten für sich und andere organisieren und verschiedene Rollen übernehmen
  - sich kritisch mit der Welt des Sports und der technischen Entwicklung auseinandersetzen und Bewegung, Spiel und Sport in Einklang mit Natur, Umwelt und notwendigen Sicherheitsaspekten ausüben

## **BEWERTUNGSKRITERIEN**

### **Didaktische und methodische Hinweise in Bezug auf die Bewertung**

Die motorischen Qualifikationen werden bewertet mit standardisierten Eigenschafts- und Fertigkeitstests.

Überprüft werden der konditionelle Zustand (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, usw.) und die motorischen Fertigkeiten in den wichtigsten Schulsportarten (Ball sportarten, Geräteturnen, usw.).

Ein besonders großes Augenmerk wird auf den Bereich des affektiven und sozialen Lernens des Schülers gelegt. Dies bezieht sich vor allem auf dessen Lern- und Mitarbeitsbereitschaft. Kriterien wie Interesse am Fach, regelmäßige Teilnahme am Unterricht, Fairness, Hilfsbereitschaft, Selbständigkeit, Einsatzwille und Leistungsbereitschaft werden mit einer Mitarbeitsnote am Ende eines jeden Semesters bewertet und ergeben neben den oben genannten Lernzielkontrollen die Gesamtnote.

Auch die aktive Teilnahme eines Schülers an den schulinternen, bzw. schulexternen Sportveranstaltungen kann bei der Notenvergabe berücksichtigt werden.

Weiters werden Schüler mit Befreiung von der aktiven Teilnahme am Unterricht zu Schiedsrichtertätigkeiten, Sichern und Helfen an Geräten und für den Geräteaufbau eingesetzt. Sie legen durch sportspezifische Vorträge oder schriftliche Arbeiten ihre Kenntnisse im Fach dar.

### **Gewichtung:**

Leistungsnoten werden mit 100% gewichtet; Theorienoten werden mit 75% gewichtet und die Mitarbeit nach Ermessen des Professors zwischen 75 und 100% gewichtet.

### **Bewertungskriterien: Kompetenzbereiche und Kompetenzen**

Fachkompetenz (FK) Fähigkeiten, Fertigkeiten, Wissen Methodenkompetenz (MP)

Beobachtung, Organisation Personale Kompetenz (PK) Motivation, Leistungsbereitschaft

Soziale Kompetenz (SK) Kooperation, Fairplay, Zuverlässigkeit, Theoretisches Wissen (TW)

### **Anmerkungen**

Zu Beginn eines jeden Schuljahres werden die Bewertungskriterien in den einzelnen Klassen mit den Schülern eingehend besprochen.

Allgemeine Lernzielkontrollen haben die Aufgabe anhand von möglichst objektiven Kriterien zu überprüfen, ob und in welchem Ausmaß die im Unterricht angestrebten Ziele erreicht worden sind. Dazu eignen sich sportmotorische Tests, Vielseitigkeitsbewerbe und andere Leistungserhebungen, sowie eine systematische Beobachtung während des Unterrichts. Leistungskontrollen können einen Lern- und Übungsreiz für die Schüler darstellen und auch als Rückmeldungen für die Unterrichtsplanung und –durchführung herangezogen werden.

## 1. Biennium

RG und TFO

Fertigkeiten	Kenntnisse
Richtige motorische Bewegungsabläufe in komplexen Situationen einsetzen	Körperfunktionen und Bewegungsmöglichkeiten
Rhythmus bei Bewegungsabläufen gestalten	Bewegungsrhythmus

### Sportmotorische Qualifikationen

Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Gleichgewicht aufbauen und festigen	Kondition und Koordination
Bewegungsabläufe unter Anwendung der richtigen Techniken verbessern	Technische Elemente und Grundlagen mehrerer Sportarten

### Bewegungs- und Sportspiele

Technik und Taktik anwenden und aktiv auch in der Gruppe bei Mannschafts- und Sportspielen mitwirken	Sportspiele und Mannschaftsspiele
Verschiedene Rollen übernehmen und sich fair verhalten	Regeln und Fairness

### Bewegung und Sport im Freien und im Wasser

Sport und Spiel im Freien ausüben	Motorische und sportliche Aktivitäten in der Natur (z.B. Wintersport, Radfahren usw.)
Schwimmtechniken festigen.	Spiel und Sport im Wasser

### 1. Klasse Lerninhalte

Motorische Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Schnelligkeit)

Kleine Spiele,

Grundfertigkeiten der großen Spiele (Basket, Volleyball, Fußball, Floorball, Handball)

Rückschlagspiele (Badminton, Tischtennis, Tennis), Fitness/Kondition, Bodenturnen und Geräteturnen, Gymnastik, Tanz und Rhythmik mit und ohne Kleingeräte, Orientierungslauf, Leichtathletik, Wintersportarten, Schwimmen, Akrobatik, Klettern, kognitive Lerninhalte (Regelkunde, Gesundheitserziehung)

## 2. Klasse Lerninhalte

Motorische Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Schnelligkeit)

Kleine Spiele,

Grundfertigkeiten und weiterführende Übungen (MÜR) der großen Spiele (Basket, Volleyball, Fußball, Floorball, Handball) Rückschlagspiele (Badminton, Tischtennis, Tennis), Fitness/Kondition, Bodenturnen und Geräteturnen, Gymnastik, Tanz und Rhythmik mit und ohne Kleingeräte, Orientierungslauf, Leichtathletik, Wintersportarten, Schwimmen, Akrobatik, Klettern, (Regelkunde, Gesundheitserziehung)

## 2. Biennium

Fertigkeiten	Kenntnisse
Motorische Bewegungsabläufe auch unter Belastung korrekt ausführen	Haltungsschulung
Rhythmus bei Bewegungsabläufen auch mit dem Partner abstimmen, Kreativität entwickeln	Unterschiedliche Bewegungsrhythmen

## Sportmotorische Qualifikation

Bewegungsabläufe unter Anwendung der richtigen Technik festigen	Technische Elemente und Grundlagen mehrerer Sportarten
Trainingsmethoden situationsgerecht auswählen und anwenden	Prinzipien und Methoden der Leistungsverbesserung
Freude an Bewegung, Spiel und sportlicher Leistung zeigen	Vielfältiges sportmotorisches Können

## Bewegungs- und Sportspiele

Verschiedene Rückschlagspiele ausüben	Sportspiele
Aktiv an Mannschaftsspielen teilnehmen und eigene Stärken einbringen	Mannschaftsspiele
Regeln einhalten und fair spielen	Regeln und Fairness

## Bewegung und Sport im Freien und im Wasser

In natürlicher Umgebung Bewegung und Sport ausüben	Sportarten im Freien
--	----------------------

In verschiedenen Lagen schwimmen, im Wasser spielen	Spiel und Sport im Wasser
---	---------------------------

### 3. Klasse Lerninhalte

Motorische Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Schnelligkeit)

Kleine Spiele,

Grundfertigkeiten und weiterführende Übungen (MÜR) der großen Spiele (Basket, Volleyball, Fußball, Floorball, Handball) Rückschlagspiele (Badminton, Tischtennis, Tennis), Fitness/Kondition, Bodenturnen und Geräteturnen, Gymnastik, Tanz und Rhythmik mit und ohne Kleingeräte, Orientierungslauf, Leichtathletik, Wintersportarten, Schwimmen, Trendsportarten, Akrobatik, Klettern, (Regelkunde, Gesundheitserziehung), kognitive Fähigkeiten (Spieltaktik), selbständig spielen (fair spielen und situativ angepasst handeln), Kampfsportarten, Selbstverteidigung, optimales Agieren und Reagieren auf verschiedenste Spielsituationen und Spielbedingungen

### 4. Klasse Lerninhalte

Motorische Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Schnelligkeit)

Kleine Spiele,

Grundfertigkeiten und weiterführende Übungen (MÜR) der großen Spiele (Basket, Volleyball, Fußball, Floorball, Handball) Rückschlagspiele (Badminton, Tischtennis, Tennis), Fitness/Kondition, Bodenturnen und Geräteturnen, Gymnastik, Tanz und Rhythmik mit und ohne Kleingeräte, Orientierungslauf, Leichtathletik, Wintersportarten, Schwimmen, Trendsportarten, Akrobatik, Klettern, (Regelkunde, Gesundheitserziehung), kognitive Fähigkeiten (Spieltaktik), selbständig spielen (selbständig fair spielen und situativ angepasst handeln), Kampfsportarten, Selbstverteidigung, optimales Agieren und Reagieren auf verschiedenste Spielsituationen und Spielbedingungen

### Überfachliche Zusammenarbeit

#### Bezug zu überfachlichen Kompetenzen

Gesundheitserziehung (Biologie), Erste Hilfe (Biologie), Sporternährung (Biologie), Fachterminologie in den Fremdsprachen, Biomechanik (Physik), Fairness und rücksichtsvolles Handeln (Ethik / Religion)

### 5. Klasse

Fertigkeiten	Kenntnisse
Die persönliche sportmotorische Entwicklung organisieren und fördern	Bewegungs- und Sporterziehung
Bewegungsrhythmus und Bewegungsgestaltung an sportliche Techniken anpassen	Bewegungsrhythmus und Bewegungsfluss
Die eigenen sportlichen Fähigkeiten und Leistungen einschätzen und mittels objektiver Kriterien einordnen	Spezifische sportliche Leistungskriterien

### **Sportmotorische Qualifikationen**

Bewegungsabläufe unter Anwendung der richtigen Technik gezielt einsetzen	Technische Elemente und Grundlagen mehrerer Sportarten
Physisches und psychisches Wohlbefinden durch geplantes Üben herstellen	Fitness und Gesundheitssport

### **Bewegungs- und Sportspiele**

Bei Sportspielen und Mannschaftsspielen aktiv teilnehmen und wetteifern	Mannschafts- und Sportspiele
Einzel- und Mannschaftsbewerbe situationsgerecht organisieren und auswerten	Organisation und Auswertung

### **Bewegung und Sport im Freien und im Wasser**

Verantwortung übernehmen für einen schonenden Umgang mit der Natur	Umweltgerechter Sport in der Natur
Sich in der Natur und am Berg bewegen und orientieren	Orientierung und Sicherheit
In mehreren Lagen schwimmen, Tauchen und im Wasser spielen	Schwimmtechniken und Spielaktivitäten

### **5. Klasse Lerninhalte**

Motorische Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Schnelligkeit)

Kleine Spiele,

Grundfertigkeiten und weiterführende Übungen (MÜR) der großen Spiele (Basket, Volleyball, Fußball, Floorball, Handball) Rückschlagspiele (Badminton, Tischtennis, Tennis), Fitness/Kondition, Bodenturnen und Geräteturnen, Gymnastik, Tanz und Rhythmik mit und ohne Kleingeräte, Orientierungslauf, Leichtathletik, Wintersportarten, Schwimmen, Akrobatik, Trendsportarten, Klettern, (Regelkunde, Gesundheitserziehung), kognitive Fähigkeiten (Spieltaktik), selbständig spielen (selbständig fair spielen und situativ angepasst handeln), Kampfspiele, Selbstverteidigung, optimales Agieren und Reagieren auf verschiedenste Spielsituationen und Spielbedingungen

### **Überfachliche Zusammenarbeit**

#### **Bezug zu überfachlichen Kompetenzen**

Gesundheitserziehung (Biologie), Erste Hilfe (Biologie), Sporternährung (Biologie), Fachterminologie in den Fremdsprachen, Biomechanik (Physik), Fairness und rücksichtsvolles Handeln (Ethik / Religion)