



# Übergangslehrplan Sport

Kindergarten, Primarstufe, Sekundarstufe I



Der vorliegende Übergangslernplan Sport basiert auf dem «Bildungs- und Lehrplan Volksschule, Fachbereich Sport, des Kantons St. Gallen» (2008).

Die Inhalte sind nicht neu, sondern Auszüge aus dem eidgenössischen Lehrmittel «Sporterziehung» (2005) ergänzt mit Anweisungen der «Orientierungshilfe zum Lehrmittel Sporterziehung» (2000).

Der Übergangslernplan Sport: Kindergarten, Primarstufe, Sekundarstufe I wurde vom Bildungsrat verabschiedet und auf das Schuljahr 2010/11 in Kraft gesetzt (Beschluss des Bildungsrates vom 17. März 2010 betreffend Übergangslernplan Sport: Kindergarten, Primarstufe, Sekundarstufe I).

# Inhalt

## Übergangslernplan Sport

### **Leitlinien**

Bedeutung des Faches Sport	02
Richtziele in den vier Kompetenzen	02
Hinweise	03

### **Grobziele**

Grobziele in den sechs Lernbereichen	04
Erläuterungen	05

### **Kindergarten**

Grobziele im Kindergarten	06
---------------------------	----

### **Unterstufe**

Grobziele in der Unterstufe, 1.-2. Klasse	09
---	----

### **Mittelstufe I**

Grobziele in der Mittelstufe I, 3.-4. Klasse	12
--	----

### **Mittelstufe II**

Grobziele in der Mittelstufe II, 5.-6. Klasse	15
---	----

### **Sekundarstufe I**

Grobziele in der Sekundarstufe I, 1.-3. Klasse	18
--	----

### **Anhang**

Orientierungshilfe zum Lehrmittel Sporterziehung	
--	--

# Leitlinien

## Bedeutung des Faches Sport

### Harmonische Entwicklung

Die Bewegung ist ein Wesensmerkmal des Menschen. Regelmässige und dosierte Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote unterstützen eine harmonische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Sie leisten einen positiven Beitrag zur Gesundheit und zum allgemeinen Wohlbefinden.

### Sinnvolles Freizeitverhalten

Bewegung, Spiel und Sport fordern und fördern den Menschen ganz und unmittelbar. Gezielte und vielfältige Körper-, Bewegungs- und Sporterfahrungen motivieren über die Schulzeit hinaus zu sinnvoller sportlicher Betätigung.

### Sinnerfülltes Handeln

Vielfältige Körper-, Bewegungs- und Sporterfahrungen führen die Schülerinnen und Schüler zu sportlicher Handlungsfähigkeit. Durch ein breites Angebot erleben die Schülerinnen und Schüler ihre sportliche Betätigung als sinnerfülltes Handeln.

### Soziale Fähigkeiten

Bewegung und Sport sind geeignete Erfahrungsfelder für das menschliche Zusammenleben. Sie fördern soziale Fähigkeiten, bieten Möglichkeiten zum gemeinsamen, verantwortungsvollen Handeln und können dazu beitragen, Konflikte zu lösen.

Bewegung und Sport in der Schule orientiert sich auch nach aussen (Sportveranstaltungen, Sportvereine, Freizeitangebote).

### Orientierungsmöglichkeit

Eine zeitgemässe Bewegungs- und Sporterziehung in der Schule stellt sich dieser Herausforderung und bietet den Kindern und Jugendlichen entsprechende Orientierungshilfen an.

### Lernbereiche

Der Fachbereich Sport gliedert sich analog des Lehrmittels «Sporterziehung» in folgende Lernbereiche:

- Bewegen, Darstellen, Tanzen
- Balancieren, Klettern, Drehen
- Laufen, Springen, Werfen
- Spielen
- Bewegung und Sport im Freien
- Bewegung und Sport im Wasser

## Richtziele in den vier Kompetenzen

### Fachkompetenz erweitern

Die Schülerinnen und Schüler erfahren und entdecken Bewegung als ästhetisches Ausdrucks- und Gestaltungsmittel. Sie gestalten Bewegungsfolgen, verfeinern sportliche Fertigkeiten, üben und präsentieren Tanzformen. Sie benützen vielfältige Sport- und Spielgeräte und betätigen sich in verschiedenen Sportarten. Sie verbessern durch gezieltes Trainieren die eigene Leistung. Die eigenen körperlichen, technischen sowie taktischen Möglichkeiten und Leistungsgrenzen werden erkannt, akzeptiert, richtig eingeschätzt und weiterentwickelt.

### Methoden-/Lernkompetenz erweitern

Die Schülerinnen und Schüler entwickeln die Fähigkeit, das eigene Bewegungslernen bewusst, zielorientiert, ökonomisch und kreativ zu gestalten und dabei auf ein Repertoire geeigneter Methoden und Lernstrategien zurückzugreifen.

### Sozialkompetenz erweitern

Die Schülerinnen und Schüler messen sich im Spiel, bei Bewegungsaufgaben und bei Wettkämpfen, vergleichen sich mit sich selbst und mit andern und lernen, Risiken richtig einzuschätzen. Sie meistern auch schwierige Situationen und gewinnen dadurch Vertrauen zu sich selber und zu andern. Sie erfahren Zugehörigkeit und Solidarität im Team, bringen eigene Bedürfnisse ein und nehmen Rücksicht auf Anliegen anderer.

### Selbstkompetenz erweitern

Die Schülerinnen und Schüler erleben Körper-, Bewegungs- und Sporterfahrungen als Ausgleich zu anderen Alltags-tätigkeiten. Sie erkennen und verstehen Zusammenhänge zwischen regelmässiger sportlicher Betätigung, dem allgemeinen Wohlbefinden und der Gesundheit. Sie nehmen den eigenen Körper bewusst wahr und setzen sich individuelle Lern- und Leistungsziele. Sie erwerben und entwickeln konditionelle und koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten. Sie konzentrieren sich, belasten sich bewusst und körperschonend, erholen sich gezielt und verhalten sich hygienebewusst.

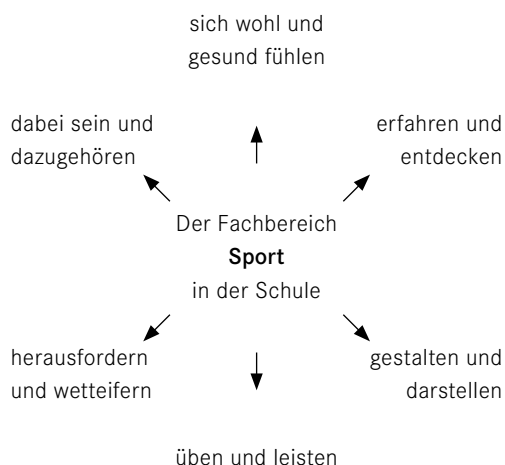
## Hinweise

### Bewegter Unterricht

Langes statisches Sitzen belastet den menschlichen Bewegungsapparat. Durch das Prinzip des bewegten Unterrichts können Überbelastungen kompensiert und die Unterrichtssequenzen abwechslungsreich gestaltet werden. Zudem wird ganzheitliches Lernen ermöglicht. In so gestalteten Unterrichtseinheiten werden möglichst alle Dimensionen des Menschseins einbezogen, Lernsituationen mit ganzheitlichem Handeln gestaltet, Lerninhalte sinnbezogen und körpernah vermittelt und Unterrichtssequenzen rhythmisiert.

### Sinngeliteter Sportunterricht

Der Sportunterricht wird sowohl von den Schülerinnen und Schülern als auch von den Lehrpersonen unterschiedlich betrachtet und hat deshalb oft unterschiedliche Bedeutungen für sie. Für die einen steht der Erwerb neuer Techniken im Vordergrund, für andere das Gefühl des Dabeiseins, für wieder andere der Wettkampfgedanke. Dementsprechend sind beim Handeln im Sportunterricht verschiedene Sinnrichtungen anzubieten. Das soll sowohl bei der Auswahl der Lerninhalte wie auch in der Unterrichtsgestaltung zum Ausdruck kommen.



### Ganzheitlich, partnerschaftlich, selbstständig

Sport unterrichten heisst immer auch erziehen. Der Sport wird deshalb nicht nur aus der Sicht sportlicher Techniken betrachtet, sondern immer auch mit Blick auf den ganzen Menschen. Lehren und Lernen wird als partnerschaftlicher Dialog verstanden. Der persönlichen Erfahrung und der Selbsttätigkeit der Schülerinnen und Schüler kommt eine grosse Bedeutung zu.

### Planen

Guter Unterricht setzt voraus, dass die Lehrperson stets von Neuem nach dem Sinn und der Bedeutung von Zielen und Inhalten fragt, die persönlichen Wertvorstellungen, Menschenbilder und Alltagstheorien sowie den eigenen Unterricht reflektiert und den jungen Menschen offen begegnet. Die Schülerinnen und Schüler sollen mit zunehmendem Alter aktiver und eigenverantwortlicher in den Unterrichtsprozess miteinbezogen werden: vom Planen über das Durchführen bis hin zum Beurteilen. Die Lehrperson ist aber in jedem Fall für Organisation und Sicherheit verantwortlich.

### Durchführen

Den Sportunterricht durchführen heisst, den Lernverlauf gestalten, Lernaufgaben stellen, das Lernen inszenieren und begleiten sowie auch mit Störungen und Konflikten umgehen.

### Beurteilen

Das Beurteilen ist Bestandteil des Unterrichts und bezieht sich auf das Unterrichtsgeschehen und auf das Unterrichten. Beim Beurteilen sind die «Grundsätze Beurteilen und Fördern B&F Kanton Zug» angemessen zu berücksichtigen. Die Lernergebnisse der Schülerinnen und Schüler können in einem Sportheft festgehalten werden. Als Lernkontrollen bieten sich die in den schweizerischen Lehrmitteln «Sporterziehung» und «Schwimmen» aufgeführten Tests und Treffpunkte an.

### Verbindliche Grundlagen

Bildungsratsbeschlüsse:

- «Übergangslehrplan Sport: Kindergarten, Primarstufe, Sekundarstufe I» vom 17. März 2010
- «Verankerung und Umsetzung Beurteilen und Fördern B&F an den gemeindlichen Schulen» vom 18. Februar 2009
- «Grundsätze Beurteilen und Fördern B&F Kanton Zug» vom 14. Januar 2009
- Rahmenkonzept «Gute Schulen – Qualitätsmanagement an den gemeindlichen Schulen» vom 19. Juni 2008
- Richtlinien «Sicherheit im und am Wasser» vom 19. Juni 2008

# Grobziele

## Grobziele in den sechs Lernbereichen



### **Bewegen, Darstellen, Tanzen**

«Körper erfahren, wahrnehmen und sich ausdrücken»

Die Schülerinnen und Schüler nehmen den eigenen Körper ganzheitlich wahr, bewegen sich rhythmisch und drücken sich in verschiedenen Formen aus.



### **Balancieren, Klettern, Drehen**

«Eigene Möglichkeiten erproben»

Die Schülerinnen und Schüler erproben in vielfältigen Bewegungsformen und Verhaltensweisen die Wirkung der Schwerkraft an, auf und mit Geräten. Sie schätzen ihre eigenen Möglichkeiten richtig und verantwortungsbewusst ein.



### **Laufen, Springen, Werfen**

«Lern- und Leistungsmöglichkeiten ausschöpfen»

Die Schülerinnen und Schüler erproben die elementaren Grundtätigkeiten Laufen, Springen, Werfen und schöpfen ihre Lern- und Leistungsmöglichkeiten optimal aus.



### **Spielen**

«Ganzheitlich spielen»

Die Schülerinnen und Schüler erleben Spielen ganzheitlich und entwickeln spielspezifische Fähigkeiten, Fertigkeiten und Verhaltensweisen.



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

«Der Natur begegnen»

Die Schülerinnen und Schüler erfahren und entdecken bei Bewegung, Spiel und Sport die Schönheiten der Natur und verhalten sich der Umwelt gegenüber verantwortungsbewusst.



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

«Das Wasser als Bewegungsraum entdecken»

Die Schülerinnen und Schüler kennen die wichtigsten Verhaltensregeln, entdecken das Wasser als Bewegungs- und Erlebnisraum und sind mit dem Wasser vertraut.

## Erläuterungen



### Bewegen, Darstellen, Tanzen

Die heutige Lebensweise schränkt natürliche Gelegenheiten zur Bewegung weitgehend ein. Die Schule muss darum vermehrt Bedingungen für die Entfaltung von Bewegungsfähigkeiten schaffen. Im Rahmen des Sportunterrichts soll die Auseinandersetzung mit dem rhythmisch-gymnastischen Bewegen, dem Darstellen und dem Tanzen gezielt gefördert werden. Die verbindlichen Vorgaben und die möglichen Inhalte zielen insbesondere auch auf eine ganzheitliche Förderung der Gesundheit ab. Die Schülerinnen und Schüler beanspruchen die Organsysteme des Körpers (Herz-/Kreislaufsystem, Nervensystem, Bewegungsapparat) richtig dosiert und individuell angepasst. Dadurch verbessern sie ihre Leistungsfähigkeit.



### Balancieren, Klettern, Drehen

Balancieren, Klettern, Drehen, Schaukeln, Schwingen und Gleiten sind grundlegende Fähigkeiten für den Erwerb sportspezifischer und sportartenübergreifender, aber auch lebenswichtiger Fertigkeiten.



### Laufen, Springen, Werfen

Laufen, Springen und Werfen sind natürliche Bewegungsformen. Diese Fähigkeiten sind die Basis für Alltagsbewegungen und leichtathletische Fertigkeiten.



### Spielen

Die Schülerinnen und Schüler erleben Spielen ganzheitlich und entwickeln spielspezifische Fähigkeiten, Fertigkeiten und faires Verhalten. Die Psychologie betont die bedeutende Rolle des Spiels für die intellektuelle und motorische Entwicklung des Kindes.



### Bewegung und Sport im Freien

Balancieren und Klettern können auch im Freien ausgeübt und gut mit Ausflügen und Wanderungen verbunden werden. Dies bereichert den Sportunterricht. Die Risiken sind kalkulierbar, wenn die Sicherheitsmassnahmen gut durchdacht und mit Nachdruck durchgesetzt werden. Das Mitspracherecht der Schülerinnen und Schüler trägt dazu bei, die unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen und Fähigkeiten im Unterricht zu berücksichtigen. Das Schulareal und das umliegende Gelände eignen sich besonders für ein variantenreiches Laufen, Springen und Werfen. Sofern es die Witterung zulässt, soll der Unterricht, wenn immer möglich, im Freien stattfinden.



### Bewegung und Sport im Wasser

Die Schule kann – vor allem in einem an Gewässern reichen Land wie der Schweiz – einen Beitrag an die Vermeidung von Bade- und Schwim unfällen leisten. So früh als möglich muss verantwortungsbewusstes Verhalten im und am Wasser vermittelt werden. Die Wassergewöhnung sollte wenn möglich bereits im Kleinkindalter beginnen. Mit dem verbindlichen Grobziel «Bestehen des Wassersicherheitscheck (WSC)» wird geprüft, ob sich ein Kind nach dem Sturz ins Wasser orientieren, über Wasser halten, in Sicherheit schwimmen und somit selber retten kann.

# Kindergarten

## Grobziele im Kindergarten



Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen

### Den Körper entdecken, spüren und kennenlernen

Die Kinder lernen die Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten des ganzen Körpers und einzelner Körperteile kennen.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Dem natürlichen Bewegungsdrang nachkommen und Freude an der Bewegung erleben	Freie Bewegung und Bewegungsspiele	Ruhe- und Bewegungszonen im Kindergarten
Verschiedenartige Bewegungen mit verschiedenen Materialien und Geräten ausprobieren	Bewegung mit und ohne Material, an, auf und mit verschiedenen Geräten	Bewegung mit den Elementen der Natur
Den eigenen Körper und die Umgebung wahrnehmen	Ausprobieren, welche Bewegungsmöglichkeiten mit welchen Körperteilen möglich sind; Hör-, Greif-, Tastspele; Führen-Folgen-Spiele	Körperwahrnehmung und -erfahrung im Kindergartenalltag
Koordinative und konditionelle Fähigkeiten aufbauen	Vielseitige Spiel- und Übungsformen	Kidz-Box
Mit eigenen und vorgegebenen Rhythmen spielen	Rhythmusspiele mit Bewegungsbegleitung	Bewegtes, rhythmisches Zählen
Bewegung als kreative Ausdrucksmöglichkeit erleben	Bewegung zu Rhythmen, Klängen, Musik, Liedern; Körpersprache, Tanzspiele, Kindertänze	Bewegung zu Liedern, Versen, Geschichten, Bildern



Lernbereich Balancieren, Klettern, Drehen

### Eigene Möglichkeiten erproben

Die Kinder machen bewusst unterschiedliche Erfahrungen mit der Schwerkraft, mit dem eigenen Körper und mit Geräten.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Der Bewegungslust an, auf und mit verschiedenen Geräten nachkommen	Vielfältiges Angebot an Materialien und Geräten für das Spiel im Freien und in der Turnhalle	Projekt Purzelbaum; Natürliche Gelegenheiten zum Klettern, Kriechen, Hangeln und Schwingen suchen
An Hindernissen und Geräten vielseitige Bewegungserfahrungen sammeln, Fertigkeiten üben und sich an diesen freuen	Freude aufbauen, Ängste abbauen	Angst, Mut; Mut tut gut
Gegenseitig helfen und sichern	Einander, wenn nötig, Unterstützung geben	
Die eigene Kraft erfahren und sie richtig einschätzen	Spielerisch und fair raufen und kämpfen	
Purzelbaum vorwärts und rückwärts erlernen	Bewegungsangebote für Dreh- und Rollbewegungen um die Körperlängs- und -querachse	Projekt Purzelbaum
Gleichgewicht erleben und damit spielen	Balancieren ohne Geräte, den sicheren Stand aufgeben	



## Grobziele im Kindergarten



Lernbereich Laufen, Springen, Werfen

### Lern- und Leistungsmöglichkeiten ausschöpfen

Die Grundtätigkeiten Laufen, Springen und Werfen vielseitig und spielerisch erleben.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Häufig, schnell, aber auch langsam und ausdauernd laufen	Gehen, laufen, hüpfen, springen über, auf und von Hindernissen; Fang- und Laufspiele	
Ausdauer und Durchhaltevermögen üben	Laufe dein Alter	Ausgedehnte Spaziergänge, Wanderungen und Waldläufe in allen Jahreszeiten; körperliche und psychische Grenzen respektieren lernen
Formen des Gehens und Laufens selber erfinden und erproben	Partner- oder Gruppenübungen	Imitieren von Gangarten: Fortbewegungsarten von Tieren, Menschen und Verkehrsmitteln nachahmen
Verschiedene Formen von Hüpfen und Springen üben, improvisieren und gestalten	Spring- und Hüpfspiele: Gehen, laufen, hüpfen, springen mit verschiedenen Materialien, Hilfsmitteln, auch im beschränkten Raum	
Vielfältige Wurferfahrungen sammeln: mit der rechten und linken Hand werfen	Auf verschiedenen Böden, mit verschiedenen Gegenständen, Wurfspiele, Ballspiele	Kombinierte Spiele mit verschiedenen Aufgabenstellungen
Fangen lernen	Fangspiele mit Ball, Luftballon, Sandsäcken	



Lernbereich Spielen

### Ganzheitlich spielen

Die Kinder erleben Spielen ganzheitlich und entwickeln Fähigkeiten und faire Verhaltensweisen.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Spielformen kennen lernen und Spielerlebnisse bewusst erfahren	Traditionelle Kinderspiele	Kidz-Box Karten
Mit Lauf-, Such- und Fangspielen die Ausdauerfähigkeit fördern	Suchen, fangen, laufen; Kreisspiele	Musik, Sing-, Tanz- und Laufspiele
Die Geschicklichkeit mit den verschiedensten Gegenständen verbessern	Ringspiele, mit Murmeln, mit Joghurtbechern	Bewegung und Spiel im Garten, in der Umgebung, im Wald, auf der Wiese
Ballspiele kennen lernen	Mit Tennisbällen und Reifen, vom Rollen zum Werfen, vom Pellen zum Werfen und Fangen	Vom «nebeneinander» zum «miteinander» bis hin zum «miteinander, gegeneinander» Spielen
In der Gruppe spielen lernen	Miteinander geht's besser, beruhigende Spielformen mit Tüchern und Woldecken	

## Grobziele im Kindergarten



Lernbereich Bewegung und Sport im Freien

### Der Natur begegnen

Die Kinder erfahren und entdecken bei Bewegung, Spiel und Sport die Schönheiten der Natur und verhalten sich der Umwelt gegenüber verantwortungsbewusst.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Den Bewegungsraum in der nahen Umgebung entdecken	Den Kindergartenplatz als Bewegungsraum erfahren	Projekt Purzelbaum
Viele Spielmöglichkeiten im Freien ausprobieren und sich dabei natur- und umweltgerecht verhalten	Spielformen mit Sonne und Schatten, mit dem Wind, auf der Wiese, am steilen Hang; den Wald entdecken	Bewegtes Lernen im Freien
Sich sicher im Freien mit verschiedenen Geräten bewegen	Geschicklichkeit, Reaktionsschnelligkeit, Gleichgewicht üben durch Spiele wie Balancierlabyrinth, Jonglierteller, Stelzen, Diabolo, Pedalo, Ball, Bauklötze, Kugelspiele usw.	Vielfältiges Angebot an Materialien und Geräten für das Spiel im Freien; anregende Geländestrukturen der Aussenanlagen, des Kindergartens; Spiel- und Klettergeräte auf Spielplätzen und in Parkanlagen
Schnee und Eis als Elemente für Bewegung und Spiel erleben	Spiele im, mit und auf Schnee: rutschen und gleiten auf Schnee und Eis, mit und ohne Hilfsmittel	



Lernbereich Bewegung und Sport im Wasser

### Das Wasser als Bewegungsraum entdecken

Die Kinder kennen die wichtigsten Verhaltensregeln, entdecken das Wasser als Bewegungs- und Erlebnisraum, werden mit dem Wasser vertraut und kennen das Element Wasser.\*

Fakultative Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Gefahren und Verhaltensregeln beim Schwimmen kennen lernen	Verhaltensregeln im Schwimmbad	Rücksicht, Sicherheit, Gefahren
Vielseitige Fortbewegungsarten mit und ohne Hilfsmittel im und unter Wasser ausführen	Tauchen nach Gegenständen, Atem- und Gleitübungen, einander ziehen und stossen, Ballspiele, verschiedene Sprünge, «Landspiele» im Wasser, Stafetten und Geschicklichkeitsspiele, Ausdauerpielformen, eine freie Schwimmart, Übungen aus Vorbereitungstests	Gesundheit und Hygiene; «Sprache des Wassers»; Singspiele

\* Die Schulen orientieren sich nach den vom Bildungsrat am 19. Juni 2008 beschlossenen Richtlinien für die Sicherheit im und am Wasser.

# Unterstufe

## Grobziele in der Unterstufe, 1.–2. Klasse



Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen

### Körper erfahren, wahrnehmen und sich ausdrücken

Die Schülerinnen und Schüler nehmen den eigenen Körper ganzheitlich wahr, bewegen sich rhythmisch und drücken sich in verschiedenen Formen aus.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Den eigenen Körper und die Umgebung wahrnehmen	Hör-, Greif-, Tastspele; Führen-Folgen-Spiele	Körperwahrnehmung und Körpererfahrung
Koordinative und konditionelle Fähigkeiten aufbauen	Vielseitige Spiel- und Übungsformen	
Mit eigenen und vorgegebenen Rhythmen spielen	Rhythmusspiele mit Bewegungsbegleitung	Bewegtes, rhythmisches Zählen
Geschichten oder Erlebnisse darstellen	Bewegungsgeschichten, Körpersprache, Tanzspiele, Kindertänze	Einbezug von Klanggesten und Instrumenten



Lernbereich Balancieren, Klettern, Drehen

### Eigene Möglichkeiten erproben

Die Schülerinnen und Schüler erproben in vielfältigen Bewegungsformen und Verhaltensweisen die Wirkung der Schwerkraft an, auf und mit Geräten. Sie schätzen ihre eigenen Möglichkeiten richtig und verantwortungsbewusst ein.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Elementare Bewegungsformen an, auf und mit Geräten entdecken, erfahren und kennen lernen	Gleichgewichts- und Kletterspiele, Seiltanz, Geräte- und Klettergarten, Rotationen an und auf verschiedenen Geräten, Niedersprünge auf Matten	Gleichgewicht; Klettern im Freien
Risiken einschätzen	Hang-, Schwung- und Schaukelformen an verschiedenen Geräten	
Gegenseitig helfen und sichern	Gruppenpyramiden, Zirkusakrobatik, Partnerformen	Vertrauen, Verantwortung
Geschick verteidigen, Stürze vermeiden und gekonnt fallen	Kleine Rauf- und Kampfspiele	Fairness

## Grobziele in der Unterstufe, 1.–2. Klasse



Lernbereich Laufen, Springen, Werfen

### Lern- und Leistungsmöglichkeiten ausschöpfen

Die Schülerinnen und Schüler erproben die elementaren Grundtätigkeiten Laufen, Springen, Werfen und schöpfen ihre Lern- und Leistungsmöglichkeiten optimal aus.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Die Grundtätigkeiten Laufen, Springen und Werfen vielseitig und spielerisch ausüben	Fang- und Laufspiele, starten und rennen, Rhythmus- und Stafettenläufe; in die Weite und in die Höhe springen, Gräben und Hindernisse überspringen, Sprungparcours	Distanzen schätzen und messen, Schulweg/Laufweg; Wortspiel-Rhythmen, Hüpfspiele für Addition und Subtraktion, rhythmische Silbentrennung
Bewegungen beidseitig ausüben	Weit- und Zielwurfformen mit der linken und mit der rechten Hand	
Grundtätigkeiten kombinieren	Kombinations-, Anwendungs- und Stafettenformen, spielerische «Mehrkämpfe»	Zeit-, Sprung- und Wurfwerte schätzen und messen
Leistungsfortschritte erkennen	Lernkontrollen	



Lernbereich Spielen

### Ganzheitlich spielen

Die Schülerinnen und Schüler erleben Spielen ganzheitlich und entwickeln spielspezifische Fähigkeiten, Fertigkeiten und faire Verhaltensweisen.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Ball werfen, fangen, prellen	Handballspiele	Spielerlebnisse beschreiben
Bekannte Spielformen spielen, erweitern oder abändern	Traditionelle Kinderspiele	Bewegungsspiele mit einfachen Denkaufgaben verbinden
Gemeinsam Spielregeln entwickeln	Laufspiele mit Hilfsmitteln	Üben von Lerninhalten mit Ballspielen
Sich in ein Team einordnen und fair mitspielen	Rückschlag-Spielformen mit verschiedenen Schlaggeräten; Basisspielformen für alle Ballspiele; Spiele mit verschiedenen Gegenständen (Tücher, Ballone, verschiedenartige Bälle, Hockeystöcke, Schläger, Freizeitspielgeräte)	Spielgeräte selber herstellen, einen Spielplatz pflegen; Spiele in der Schule, Spiele zu Hause

## Grobziele in der Unterstufe, 1.–2. Klasse



Lernbereich Bewegung und Sport im Freien

### Der Natur begegnen

Die Schülerinnen und Schüler erfahren und entdecken bei Bewegung, Spiel und Sport die Schönheiten der Natur und verhalten sich der Umwelt gegenüber verantwortungsbewusst.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Den Bewegungsraum in der nahen Umgebung entdecken	Spiele auf dem Pausenplatz, Schulhausplatz, in der Umgebung, im Wald	Sich gegenseitig bekannte Spiele erklären (interkulturelle Spiele)
Viele Spielmöglichkeiten im Freien durchführen und sich dabei natur- und umweltgerecht verhalten	Anschleich-, Versteck-, Geschicklichkeits- und Orientierungsspiele (Schulhaus, Quartier, Dorf, Stadt); Fahrrad als Spielgerät; Spielformen mit Sonne und Schatten, mit dem Wind, auf der Wiese, am steilen Hang, im Schnee, auf dem Eis, am Wasser	Strecken laufen, schätzen und messen; Plan, Verkehr, Fahrrad; bewegtes Lernen im Freien



Lernbereich Bewegung und Sport im Wasser

### Das Wasser als Bewegungsraum entdecken

Die Schülerinnen und Schüler kennen die wichtigsten Verhaltensregeln, entdecken das Wasser als Bewegungs- und Erlebnisraum und sind mit dem Wasser vertraut.\*

Fakultative Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Gefahren und Verhaltensregeln beim Schwimmen kennen	Verhaltensregeln im Schwimmbad	Rücksicht, Gefahren
Kernelemente des Schwimmens wie Atmen, Schweben, Gleiten, Antreiben erleben	Hechtschiessen, Ballspiele, verschiedene Sprünge, Stafetten und Geschicklichkeitsspiele; Unterwasserwelt entdecken, Spielen unter Wasser	Gesundheit und Hygiene
Wassersicherheitscheck (WSC) erarbeiten	Grundlagentests Schwimmen	Sicherheit

\* Die Schulen orientieren sich nach den vom Bildungsrat am 19. Juni 2008 beschlossenen Richtlinien für die Sicherheit im und am Wasser.

# Mittelstufe I

## Grobziele in der Mittelstufe I, 3.–4. Klasse



Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen

### Körper erfahren, wahrnehmen und sich ausdrücken

Die Schülerinnen und Schüler nehmen den eigenen Körper ganzheitlich wahr, bewegen sich rhythmisch und drücken sich in verschiedenen Formen aus.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Körperbewusstsein wahrnehmen	Visuelle, akustische Wahrnehmungen	Wahrnehmung über verschiedene Sinne
Koordinative und konditionelle Fähigkeiten verbessern	Koordinativ vielseitige Spiel- und Übungsformen	Körpererfahrung und -belastung wahrnehmen
Mit dem Körper, alleine und in der Gruppe, etwas darstellen	Orientierungs- und Rhythmusspiele, Volkstänze, Körpersprache	Bewegungstheater



Lernbereich Balancieren, Klettern, Drehen

### Eigene Möglichkeiten erproben

Die Schülerinnen und Schüler erproben in vielfältigen Bewegungsformen und Verhaltensweisen die Wirkung der Schwerkraft an, auf und mit Geräten. Sie schätzen ihre eigenen Möglichkeiten richtig und verantwortungsbewusst ein.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
An und mit Geräten Grundfertigkeiten erwerben	Statische und dynamische Gleichgewichtsformen an und auf Geräten	Balanciergeräte, Stelzen selber herstellen
Bewegungsabläufe gestalten	Kletterformen an und auf Geräten, am Klettergerüst, an der Stange	Risiko – Sicherheit
Bewegungsverwandtschaften zwischen verschiedenen Lernbereichen kennen lernen	Minitrampolinsprünge, Rotationen um Längs- und Querachse, Schaukel- und Schwungformen an festen und beweglichen Geräten, Teppichrutschen, Rollschuh- und Rollbrettfahren	Zirkus
Bei kooperativen Formen korrekt helfen und sichern, Vertrauen wecken	Partner-, Akrobatikformen	Verantwortung
Fair kämpfen, verteidigen lernen	Kampf- und Raufspiele, stürzen und fallen	Kämpfen, siegen, verlieren

## Grobziele in der Mittelstufe I, 3.–4. Klasse



Lernbereich Laufen, Springen, Werfen

### Lern- und Leistungsmöglichkeiten ausschöpfen

Die Schülerinnen und Schüler erproben die elementaren Grundtätigkeiten Laufen, Springen und Werfen und schöpfen ihre Lern- und Leistungsmöglichkeiten optimal aus.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Die konditionellen und koordinativen Fähigkeiten beim Laufen, Springen und Werfen verbessern	Lauf- und Fangspiele, Hochstart, Reaktionsspiele; Gruppenläufe, Läufe über Hindernisse, Laufe dein Alter; Sprungformen mit dem Seil, Mattensprünge, Hoch- und Weitsprünge	Laufstrecken schätzen und messen, Geschichte einer Sportart
Wurfbewegungen beidseitig ausführen	Links- und Rechtswürfe aus Stand, Zielwerfen, Wurfspiele	Bälle werfen, Distanzen schätzen und messen
Sportarten kombinieren	Kombinationsformen, Stafetten- und Staffelformen	Projekte mit Einbezug der Familie, der Freizeit und der Schule
Leistungsfortschritte erarbeiten	Lernkontrollen	Resultate vergleichen



Lernbereich Spielen

### Ganzheitlich Spielen

Die Schülerinnen und Schüler erleben Spielen ganzheitlich und entwickeln spielspezifische Fähigkeiten, Fertigkeiten und faire Verhaltensweisen.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Im Team spielen lernen	Hand- und Fussballspiele, Hockeyspiele	Gewinnen und verlieren, Karten- und Gedächtnisspiele auch mit Bällen
Einige Elemente der Sportspiele beherrschen	Fortbewegungsarten mit Bällen	
Spielregeln weiterentwickeln und konsequent einhalten	Sportspielübergreifende Basisspiel- und Basisübungsformen	Schulsport, Freizeitsport, Fairness, Teamgeist
Sich in ein Team einordnen und fair spielen	«Ball-über-die-Schnur-Formen», Schnappballformen, Rückschlagspiele	

## Grobziele in der Mittelstufe I, 3.–4. Klasse



Lernbereich Bewegung und Sport im Freien

### Der Natur begegnen

Die Schülerinnen und Schüler erfahren und entdecken bei Bewegung, Spiel und Sport die Schönheiten der Natur und verhalten sich der Umwelt gegenüber verantwortungsbewusst.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Bewegung, Spiel und Sport im Freien ausführen	Wurfspele, Erlebnisspele, Baumklettern, Freizeitspele	Einfache Sportgeräte selber herstellen
Die Natur als Spiel-, Bewegungs- und Sportraum schätzen und sich dabei natur- und umweltgerecht verhalten	Geschicklichkeitsformen auf dem Rollbrett, auf dem Fahrrad, im Wald; Grundtechniken in einigen Wintersportarten	Landkarte der Umgebung, Bäume, Sträucher, Fahrrad als Verkehrsgerät, Luft- und Wassertemperaturen, Schnee und Eis



Lernbereich Bewegung und Sport im Wasser

### Das Wasser als Bewegungsraum entdecken

Die Schülerinnen und Schüler kennen die wichtigsten Verhaltensregeln, entdecken das Wasser als Bewegungs- und Erlebnisraum und sind mit dem Wasser vertraut.\*

Fakultative Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Gefahren beim Schwimmen kennen und Verhaltensregeln anwenden	Verhaltensregeln beim Schwimmen, im Schwimmbad und im See	Verhaltensregeln, Vorschriften, Verbote
Wasserbewältigung und sicheren Aufenthalt im Wasser erleben	Kernübungen, Grundlagentests Schwimmen	Wasserdruck und -widerstand
Crawl in der Grobform können und weitere Schwimmtechniken erproben	Wasserballspele, Spiel- und Übungsformen über und unter Wasser, Wassergymnastik	
Schwimmen können	Einzelne Elemente des Wassersicherheitscheck (WSC)	

\* Die Schulen orientieren sich nach den vom Bildungsrat am 19. Juni 2008 beschlossenen Richtlinien für die Sicherheit im und am Wasser.



# Mittelstufe II

## Grobziele in der Mittelstufe II, 5.– 6. Klasse



Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen

### Körper erfahren, wahrnehmen und sich ausdrücken

Die Schülerinnen und Schüler nehmen den eigenen Körper ganzheitlich wahr, bewegen sich rhythmisch und drücken sich in verschiedenen Formen aus.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Körperbewusstsein und Sinneswahrnehmung bewusst erfahren	Optisches, taktiles, kineästhetisches Wahrnehmen	Wahrnehmung über verschiedene Sinne, Sport mit Behinderten
Koordinative und konditionelle Fähigkeiten verfeinern	Koordinativ und konditionell, vielseitige Formen mit verschiedenen Sportgeräten	Belastung des Körpers, Fitness und Ernährung, Verhalten bei Verletzungen
Angepasst belasten, spannen und entspannen	Haltungsschulung, richtiges Heben und Tragen, Entspannungstechniken	Pantomime
Mit dem Körper etwas darstellen, sich rhythmisch und harmonisch bewegen und einfache Tänze gestalten	Rhythmusformen zu Musik, Fitness-musical, rhythmische Lauf-, Sprung- und Bewegungsformen, verschiedene Tänze	



Lernbereich Balancieren, Klettern, Drehen

### Eigene Möglichkeiten erproben

Die Schülerinnen und Schüler erproben in vielfältigen Bewegungsformen und Verhaltensweisen die Wirkung der Schwerkraft an, auf und mit Geräten. Sie schätzen ihre eigenen Möglichkeiten richtig und verantwortungsbewusst ein.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
An und mit Geräten neue Grundfertigkeiten erwerben	Statische und dynamische Gleichgewichtsformen an und auf verschiedenen Geräten	Balanciergeräte
Bewegungsabläufe verbinden können, Bewegungsverwandtschaften zwischen verschiedenen Lernbereichen erkennen und anwenden	Kletterformen an Geräten, Minitrampolinsprünge, Rotationen in Längs- und Querachse, abrollen, Schwung- und Stützformen an festen und beweglichen Geräten	Risiko und Sicherheit
Bei kooperativen Formen korrekt helfen und sichern, Vertrauen fördern	Partner-, Gruppen- und Akrobatikformen, Gerätebahnen	Helfen und sichern
Fair kämpfen üben	Mit- und gegeneinander kämpfen	Kämpfen, siegen, verlieren

## Grobziele in der Mittelstufe II, 5.– 6. Klasse



Lernbereich Laufen, Springen, Werfen

### Lern- und Leistungsmöglichkeiten ausschöpfen

Die Schülerinnen und Schüler erproben die elementaren Grundtätigkeiten Laufen, Springen und Werfen und schöpfen ihre Lern- und Leistungsmöglichkeiten optimal aus.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Die konditionellen und koordinativen Fähigkeiten beim Laufen, Springen und Werfen anwenden und verbessern	Lauf- und Fangspiele, technische Laufübungen, Fall- und Hochstart, Rhythmusformen über Hindernisse, längere Läufe, laufen und orientieren, Matten- und Vielfachsprünge, Hoch- und Weitsprünge	Höhenkurven laufen, zeichnen; Geschichte einer Sportart
Wurf- und Stossbewegungen mit der rechten und linken Hand ausführen	Links- und Rechtswürfe und -stöße mit rhythmischem 3-Schritt-Anlauf	Werfen und Stossen, Distanzen schätzen und messen
Sportarten kombinieren	Kombinationsformen, Stafetten- und Staffelformen	Polysportives Lager
Leistungsfortschritte beurteilen	Lernkontrollen	Mathematik: Resultate beurteilen



Lernbereich Spielen

### Ganzheitlich Spielen

Die Schülerinnen und Schüler erleben Spielen ganzheitlich und entwickeln spielspezifische Fähigkeiten, Fertigkeiten und faire Verhaltensweisen.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Einige technische Elemente der Sportspiele in einer sportspielgemässen Form spielen	Mit- und gegeneinander Ball spielen, Fertigkeiten trainieren	Gewinnen und verlieren
Spielfertigkeit mit beiden Händen entwickeln	Rückschlagspiele	Goba-Schläger herstellen
Spielregeln weiterentwickeln und konsequent einhalten	Sportspielübergreifende Spielformen für Basket-, Hand- und Volleyball sowie Hockey	Einen Spielverlauf beschreiben und kommentieren
Sich in ein Team einordnen und beherzt, aber jederzeit fair spielen	Weitere Spiele wie Schlagball, Tchoukball, Blitzball usw.	Tischtennis- und Tischfußballtisch oder andere Sportgeräte bauen

## Grobziele in der Mittelstufe II, 5.– 6. Klasse



Lernbereich Bewegung und Sport im Freien

### Der Natur begegnen

Die Schülerinnen und Schüler erfahren und entdecken bei Bewegung, Spiel und Sport die Schönheiten der Natur und verhalten sich der Umwelt gegenüber verantwortungsbewusst.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Bewegung, Spiel und Sport im Freien ausführen	Wurfspiele, Frisbee, Orientierungsfahrten, Freizeitspiele	Einfache Sportgeräte selber herstellen
Die Umgebung als Spiel-, Bewegungs- und Sportraum schätzen und sich dabei natur- und umweltgerecht verhalten	Geschicklichkeitsformen auf Rollen und auf dem Rollbrett, auf dem Fahrrad, auf Rollschuhen und im Wald; Grundtechniken in einigen Wintersportarten	Fahrrad als Verkehrs- und Sportgerät, Veloprüfung, Bewegtes Lernen im Freien, im Schnee und auf dem Eis



Lernbereich Bewegung und Sport im Wasser

### Das Wasser als Bewegungsraum entdecken

Die Schülerinnen und Schüler kennen die wichtigsten Verhaltensregeln, entdecken das Wasser als Bewegungs- und Erlebnisraum und sind mit dem Wasser vertraut.\*

Fakultative Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Gefahren beim Schwimmen kennen und Verhaltensregeln anwenden	Verhaltensregeln beim Schwimmen, im Schwimmbad und im See	Verhaltensregeln, Umweltbelastungen
Sich vielfältig im Wasser bewegen können	Grundlagentests Schwimmen	Wasserkraft
Crawl anwenden können und weitere Schwimmtechniken erproben	Spiel- und Übungsformen für Koordination und Kondition, Wasserballspiele	
«Ins Wasser springen» üben	Abspringen und eintauchen	

Verbindliches Grobziel	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Bestehen des Wassersicherheitscheck (WSC)		Sicherheit, Eigenverantwortung

\* Die Schulen orientieren sich nach den vom Bildungsrat am 19. Juni 2008 beschlossenen Richtlinien für die Sicherheit im und am Wasser.

# Sekundarstufe I

## Grobziele in der Sekundarstufe I, 1.–3. Klasse



Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen

### Körper erfahren, wahrnehmen und sich ausdrücken

Die Schülerinnen und Schüler nehmen den eigenen Körper ganzheitlich wahr, bewegen sich rhythmisch und drücken sich in verschiedenen Formen aus.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Körperbewusstsein und Körperwahrnehmung in allen Lernbereichen erweitern und vertiefen	Bewusstes Lernen von neuen Bewegungen	Anatomie des eigenen Körpers
Angepasst trainieren, der muskulären Dysbalance gezielt entgegenwirken	Beweglichkeitstraining und -tests, Stretching, Fussgymnastik, Krafttraining und -tests	Pulsdiagramm (PC/Informatik), Kraft- und Hebelarm, Bewegungstherapie, Beweglichkeit der Gelenke, Sitzen als Belastung
Sich mit dem Körper ausdrücken, Rhythmus vielseitig erleben, Tänze gestalten und vorführen	Bewegungs- und Fusstheater, rhythmische Spiel- und Übungsformen mit und ohne Handgerät, Gesellschaftstänze, Rock'n'Roll, Walzer, Samba, Reggae, Breakdance, Streetdance	Interkulturelle Bewegungsformen und -spiele, Feste; Koedukativer (Sport-)Unterricht



Lernbereich Balancieren, Klettern, Drehen

### Eigene Möglichkeiten erproben

Die Schülerinnen und Schüler erproben in vielfältigen Bewegungsformen und Verhaltensweisen die Wirkung der Schwerkraft an, auf und mit Geräten. Sie schätzen ihre eigenen Möglichkeiten richtig und verantwortungsbewusst ein.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Das Repertoire von Fertigkeiten erweitern, verfeinern und dabei Belastungsgrenzen erkennen, respektieren und gesundheitliche Gefährdungen vermeiden	Balancieren an, mit und auf verschiedenen Geräten, Einfache Klettertechniken, Kletterwand und -gerüst, Elemente verschiedener Sportarten mit dem Minitrampolin, Rotationsformen vorwärts und rückwärts, synchrones Schwingen und Schaukeln, Formen auf Rollen und Rädern	Biomechanische Experimente: Pendel, Hebel, Kräfte; Abenteuersport; Gleichgewichtsorgan; Schul- und Freizeitsport
Gegenseitig helfen, sichern und gleichzeitig beobachten, beurteilen und beraten	Akrobatikformen	Akrobatik, Zirkus, Show
Fair kämpfen üben	Elemente einer Kampfsportart	Aggression, Gewalt, Selbstverteidigung
Bewegungsverwandtschaften zwischen verschiedenen Lernbereichen nutzen	Geräte-Circuits, Sportartenkombinationen, Gerätebahnen	Bewegungsabläufe und Musik, Showtime

## Grobziele in der Sekundarstufe I, 1.–3. Klasse



Lernbereich Laufen, Springen, Werfen

### Lern- und Leistungsmöglichkeiten ausschöpfen

Die Schülerinnen und Schüler erproben die elementaren Grundtätigkeiten Laufen, Springen, Werfen und schöpfen ihre Lern- und Leistungsmöglichkeiten optimal aus.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Die Fertigkeiten des Laufens, Springens und Werfens im Training und im Wettkampf anwenden	Fang-, Lauf- und Spielformen, vom Hindernis- zum rhythmischen Hürdenlaufen, lange Läufe, Einfach- und Mehrfachsprünge, Hoch-, Weit-, und Dreisprünge, Stabweit- und Stabhochsprünge	Training, Leistung, Rekorde; Ernährung; Entwicklung von Sportarten und -geräten, Trends; Sportjournalismus, Medien
Beidseitigkeit verbessern	Ball- und Speerwürfe auf Ziele und in die Weite, Diskustechnik mit Fahrradpneus, Schritttechnik beim Kugelstossen links und rechts	Links- und Rechtshändigkeit
Kombinierte Wettkämpfe bestreiten	Stafetten- und Staffelformen, Mehrkämpfe, angepasste Duathlon- und Triathlonformen	Umweltbelastung durch Sport, Luftqualität, Ozonkonzentration
Leistungsfortschritte beurteilen und interpretieren	Lernkontrollen	Mathematik, Informatik: Auswertung, Statistik, Einbezug des PCs



Lernbereich Spielen

### Ganzheitlich spielen

Die Schülerinnen und Schüler erleben Spielen ganzheitlich und entwickeln spielspezifische Fähigkeiten, Fertigkeiten und faire Verhaltensweisen.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Spielen als freudvolles Handeln erleben	Sportspielübergreifende Formen	Sportspiele kommentieren, filmen, Sportreportagen in einer Fremdsprache
Faires Verhalten pflegen und eine spielerische Grundhaltung bewahren	Basketball: Korbleger, Sternschritt, Rebound, Angriff und Verteidigung, Streetballformen	Medien und Sport
Einige Spiele über längere Zeit pflegen und weitere Spiele kennen	Handball: Angriff und Verteidigung, Gegenstoss; Fussball: Ballbehandlung, Zweikampf, Torschuss, Doppelpass; Hockey: Technik, Angriff und Verteidigung; Volleyball: Pass, Manchette, Service, Beach-Volley; Rückschlagspiele: vereinfachte Formen im Tennis, Tischtennis, Badminton, Squash; weitere Spiele wie: Baseball, Tchoukball, Rugby u.a.	Spielpläne, Turnierorganisation, Schiedsrichteraufgaben; Spiel und Freizeit; Koedukative Spiele; Aggression, Fairness

## Grobziele in der Sekundarstufe I, 1.–3. Klasse



Lernbereich Bewegung und Sport im Freien

### Der Natur begegnen

Die Schülerinnen und Schüler erfahren und entdecken bei Bewegung, Spiel und Sport die Schönheiten der Natur und verhalten sich der Umwelt gegenüber verantwortungsbewusst.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Möglichkeiten und Grenzen des Sporttreibens im Freien kennen	Spiel- und Sportplatz Wald, Frisbee-Spielformen	Verhaltensregeln beim «Sport in der Natur»
Vielfältige polysportive Anlässe gemeinsam planen, durchführen und auswerten und sich dabei natur- und umweltgerecht verhalten	Orientierungsspiele und Orientierungswettkämpfe, Radwanderungen, Sommer- und Wintersportlager, Rollschuhe, Rollbretter und Fahrräder als Sportgeräte, Kombinationsformen	Geometrie, Physikalische Experimente; Radtour, Schulreise, OL, kombinierte Reise
Traditionelle und neue Freiluft-Sportarten ausüben	Grundtechniken in verschiedenen Wintersportarten	Naturelemente; Tourismus



Lernbereich Bewegung und Sport im Wasser

### Das Wasser als Bewegungsraum entdecken

Die Schülerinnen und Schüler kennen die wichtigsten Verhaltensregeln, entdecken das Wasser als Bewegungs- und Erlebnisraum und sind mit dem Wasser vertraut.\*

Fakultative Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Verhaltensregeln und Vorschriften kennen und respektieren	Verhaltensregeln beim Schwimmen, im Schwimmbad und in freien Gewässern (Fluss, See)	Sicherheit und Erste Hilfe; Hygiene; besondere Gefahren
Crawl schulen, weitere Schwimmtechniken einführen	Aufbau- und Übungsformen	
Grundelemente weiterer Schwimmsportarten erproben	Grundformen für weitere Schwimmsportarten (Rettungsschwimmen, Schnorcheln, Wasserspringen, Synchronschwimmen, Wasserball, Wassergymnastik), Schwimmtests	Biomechanische Experimente; Unterwasserwelt, Ökologie, Gewässerschutz; Wasserspiele, Wassertest

\* Die Schulen orientieren sich nach den vom Bildungsrat am 19. Juni 2008 beschlossenen Richtlinien für die Sicherheit im und am Wasser.

# Anhang

## Orientierungshilfe zum Lehrmittel Sporterziehung

Die «Orientierungshilfe zum Lehrmittel Sporterziehung» wurde von der Bildungsplanung Zentralschweiz im Jahre 2000 erarbeitet und im Rahmen einer obligatorischen Weiterbildung kantonsweit eingeführt. Sie zeigt, wie die Ziele und Inhalte des Lehrmittels «Sporterziehung» der Eidgenössischen Sportkommission ESK (1. Auflage 1997) im Unterricht praktisch umgesetzt werden können.

Download möglich unter [www.zebis.ch](http://www.zebis.ch)



© 2010  
Kanton Zug – Direktion für Bildung und Kultur  
info.schulen@zg.ch  
www.zug.ch

