

# Sport

## Lehrplan für das Grundlagenfach

### A. Stundendotation

Klasse	1.	2.	3.	4.	5.	6.
Wochenstunden	3	3	3	3	3	3

### B. Didaktische Konzeption

#### Beitrag des Faches zur gymnasialen Bildung

Die Sporterziehung leistet einen wesentlichen Beitrag zu einer harmonischen Ausbildung des Körpers, des Willens und des Verstandes. Der Schulsport dient dem Körperbewusstsein und der Gesundheit. Er strebt mit der Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und mit seinem Beitrag zur ganzheitlichen Bildung physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden an. Die Auswahl entsprechender Sportarten hat zum Ziel, die Jugendlichen zur aktiven Freizeitgestaltung zu ermuntern, ihr Naturerlebnis zu vertiefen und ihr Verantwortungsbewusstsein gegenüber der Umwelt und den Mitschülerinnen sowie den Mitschülern zu fördern. Mit dem Schulsport werden Bewegungsziele angestrebt und Fortschritte im Bewegungslernen erzielt. Der Sportunterricht bringt daneben Ausgleich und Erholung im schulischen und ausserschulischen Leben der Jugendlichen.

#### Das Typische am Fach

Der Sportunterricht bezweckt die Schulung des Körpers als Organismus und Ausdrucksmittel sowie die systematische Förderung der psychomotorischen Fähigkeiten. Er bietet Gelegenheit, Bewegungserfahrungen vielfältig zu erweitern und zu sichern. Er lässt die Jugendlichen in Einzel- und Mannschaftssportarten unterschiedlichste Fertigkeiten und Einstellungen erwerben, sowie im Spiel wichtige menschliche Grundeinsichten gewinnen; auf diese Weise befähigt er sie, aus dem vielseitigen Angebot die ihnen gemässen Bewegungs-, Spiel- und Sportformen auszuwählen und selbständig zu pflegen. Der Sportunterricht zeigt die ethischen Grenzen bei Wettkämpfen auf und führt zu sportlichem Verhalten wie Hilfsbereitschaft, Fairplay oder Selbstdisziplin. Sportliche Erfahrungen tragen zur Entwicklung der Persönlichkeit bei.

Sport hat viel mit Begeisterung, mit jugendlichem Kraftüberschuss, mit Lebensfreude und Ehrgeiz, mit Spannung, mit erfüllter Gegenwart, mit Optimismus und mit Glück zu tun. Diese Elemente können nicht in Kompetenzen gefasst oder gar zensiert werden. Trotzdem bilden sie einen integralen Teil des Sportunterrichtes.

Neben den fest im Stundenplan fixierten Lektionen werden zusätzliche, für die Schülerschaft attraktive Angebote organisiert, welche auch Studienwochen bereichern können. Sporttage und Winterlager bilden Höhepunkte des Schuljahres. Zudem wird jedes Schuljahr ein attraktives Freifachangebot angestrebt.

**Vorbereitung der Lernenden auf die Maturaarbeit**

Der Sportunterricht bietet ein Feld für empirische Untersuchungen, wissenschaftliche Analysen und für sportpraktische Aufführungen als mögliche Themenfelder für die Maturaarbeiten. Auf die Möglichkeiten dieser Arbeitsfelder wird hingewiesen.

**Massnahmen zum geschlechtergerechten Unterricht**

Der Sportunterricht erfolgt in der Regel geschlechtergetrennt, um den spezifischen Voraussetzungen des jeweiligen Geschlechtes gerecht zu werden. Bewusst können koedukative Projekte eingestreut werden, um diese strikte Trennung aufzubrechen.

**Querverbindungen zu anderen Fächern**

Orientierungslauf wird in Zusammenarbeit mit der Fachschaft Geographie in einer Unterrichtseinheit behandelt. Sport ist eines der wenigen bis zur Matura durchlaufenden Fächer. Aus diesem Grund ergibt sich die Möglichkeit von fächerübergreifendem Unterricht auf verschiedenen Stufen anlässlich von Klassenwochen, Arbeitswochen und Studienwochen.

## C. Klassen-Lehrplan

### 1. Klassen

#### 1. Fachbereich: Konditionell Energetische Faktoren

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauer</li> <li>• Kraft</li> <li>• Beweglichkeit</li> <li>• Haltung</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich auf den Ausdauerstest auf der Finnenbahn vorbereiten.</li> <li>• das eigene Körpergewicht hängend und stützend halten.</li> <li>• ihre Beweglichkeit erhalten oder verbessern.</li> <li>• die Voraussetzungen für eine stabile Körperhaltung schaffen.</li> </ul>

##### 1.1 Leistungsbewertung

Ausdauer: Lauftest Finnenbahn

#### 2. Fachbereich: Bewegen, Darstellen und Tanzen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmisches Bewegen <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Jonglieren</li> <li>○ Tanz</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• alleine oder in einer Gruppe mit dem Springseil eine Pflicht und/oder eine Kür rhythmisch ausführen.</li> <li>○ mit Bällen jonglieren.</li> <li>○ sich mit oder ohne Handgeräte rhythmisch zu Musik bewegen.</li> </ul>

##### 2.1 Leistungsbewertung

Rhythmisches Bewegen: Ropeskippingtest

### 3. Fachbereich: Balancieren, Klettern, Drehen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klettern</li>   <li>• Boden</li> <li>• Reck</li> <li>• Barren/Stufenbarren</li>   <li>○ Schwebebalken</li>   <li>○ Kämpfen</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich durch Bouldern seitwärts an der Wand fortbewegen.</li> <li>• sich gegenseitig sichern.</li> <li>• an der Kletterwand eine selbstgewählte Route bewältigen.</li> <li>• am Boden die Grundelemente turnen.</li> <li>• am Reck die Grundelemente turnen.</li> <li>• am Barren/Stufenbarren die Grundelemente turnen.</li> <li>○ auf dem Schwebebalken die Grundelemente turnen.</li> <li>○ Zweikampfspiele regelkonform durchführen.</li> </ul>

#### 3.1 Leistungsbewertung

Boden, (Stufen-)Barren und Reck: Bewertung gemäss der Zusatzliste „Tests für Einzelgeräte“

### 4. Fachbereich: Laufen, Springen, Werfen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schnell laufen</li>   <li>• Weitsprung</li> <li>• Hochsprung</li>   <li>• Ballwurf</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich über eine kurze Strecke schnell und qualitativ gut fortbewegen.</li> <li>• entweder den Tief- oder den Hochstart praktizieren.</li> <li>• im Weitsprung die Knotenpunkte der Bewegung koordinieren.</li> <li>• im Hochsprung die Knotenpunkte der Bewegung koordinieren.</li> <li>• im Weitwurf die Knotenpunkte der Bewegung koordinieren.</li> </ul>

#### 4.1 Leistungsbewertung

Lauf, Sprung und Wurf gemäss Leistungstabelle Leichtathletik

## 5. Fachbereich: Spielen

Grobhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele</li> <li>• Selbständiges Spielen</li> <li>• Streetball</li>   <li>• Kleinfeldfussball</li>   <li>○ Rückschlagspiele</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bälle führen, werfen und fangen.</li> <li>• sich freilaufen und decken.</li> <li>• einfache Spiele ohne Leitung der Lehrperson geregelt und fair ausführen.</li> <li>• den Bodenpass, den Presspass, den Korbleger, den Sternschritt und den Standwurf ausführen.</li> <li>• die Taktik der individuellen Verteidigung umsetzen und die wichtigsten Regeln im Spiel anwenden.</li> <li>• den Ball führen, passen, annehmen, sowie einen Schuss abgeben.</li> <li>• die Taktik in kleinen Teams umsetzen und die wichtigsten Regeln im Spiel anwenden.</li> <li>○ technische Grundfertigkeiten in verschiedenen Rückschlagspielen ausführen.</li> </ul>

### 5.1 Leistungsbewertung

Streetball: Spieltest

Kleinfeldfussball: Spieltest

## 2. Klasse

### 1. Fachbereich: Konditionell Energetische Faktoren

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauer</li> <li>• Kraft</li>   <li>• Beweglichkeit</li>   <li>• Haltung</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 12 Minuten kontinuierlich laufen.</li> <li>• das eigene Körpergewicht hängend und stützend längere Zeit halten.</li> <li>• Kräftigungsübungen mit den eigenen Körpergewicht über längere Dauer ausführen.</li> <li>• ihre Beweglichkeit erhalten oder verbessern.</li> <li>• die Voraussetzungen für eine stabile Körperhaltung schaffen.</li> </ul>

#### 1.1 Leistungsbewertung

Ausdauer: 12 Minuten-Dauerlauf-Distanz-Test

### 2. Fachbereich: Bewegen, Darstellen und Tanzen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmisches Bewegen</li>   <li>• Jonglieren <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Gestaltung</li> <li>○ Tanz</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich rhythmisch zu einem vorgegebenen Rhythmus / zu vorgegebener Musik bewegen.</li> <li>• mit drei gleichen Bällen mehrmals jonglieren.</li> <li>○ erlernte Bewegungen frei gestalten.</li> <li>○ sich mit oder ohne Handgeräte rhythmisch zu Musik bewegen.</li> </ul>

#### 2.1 Leistungsbewertung

Jonglieren

### 3. Fachbereich: Balancieren, Klettern, Drehen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klettern</li>   <li>• Ringe</li>   <li>• Sprung</li>   <li>○ Kämpfen</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich durch bouldern seitwärts an der Wand fortbewegen.</li> <li>• sich gegenseitig sichern.</li> <li>• an der Kletterwand eine selbstgewählte Route bewältigen.</li> <li>• mit den erworbenen technischen Fähigkeiten klettern.</li> <li>• an den stehenden Ringen die Grundelemente turnen.</li> <li>• an den schwingenden Ringen die Grundelemente turnen.</li> <li>• auf dem Minitrampolin und / oder Reutherbrett Grundsprünge ausführen.</li> <li>○ Zweikampfspiele regelkonform durchführen.</li> </ul>

#### 3.1 Leistungsbewertung

Ringe und Minitrampolin: Bewertung gemäss Liste „Tests für Einzelgeräte“

Klettern: Routenklettertest aufgrund der Taxierung der Routen

### 4. Fachbereich: Laufen, Springen, Werfen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schnell laufen</li>   <li>• Hochsprung</li>   <li>○ Weitsprung</li>   <li>○ Ballwurf</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich über eine kurze Strecke schnell und qualitativ gut fortbewegen.</li> <li>• entweder den Tief- oder den Hochstart praktizieren.</li> <li>• im Hochsprung die Knotenpunkte der Bewegung koordinieren</li> <li>○ im Weitsprung die Knotenpunkte der Bewegung koordinieren.</li> <li>○ im Weitwurf die Knotenpunkte der Bewegung koordinieren.</li> </ul>

#### 4.1 Leistungsbewertung

Lauf, Sprung und Wurf gemäss Leistungstabelle Leichtathletik

#### 5. Fachbereich: Spielen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele</li> <li>• Selbständiges Spielen</li> <li>• Minivolleyball</li>   <li>• Handball</li>   <li>○ Rückschlagspiele</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bälle führen, werfen und fangen.</li> <li>• sich freilaufen und decken.</li> <li>• einfache Spiele ohne Leitung der Lehrperson geregelt und fair ausführen.</li> <li>• die Technik des oberen Zuspiels, der Manchette und des Service ausführen.</li> <li>• die Taktik im 2:2 und 3:3 umsetzen.</li> <li>• die wichtigsten Regeln anwenden.</li> <li>• prellen, passen und Würfe ausführen.</li> <li>• die Positionen im Angriff sowie in der Verteidigung umsetzen.</li> <li>• die wichtigsten Regeln anwenden.</li> <li>○ technische Grundfertigkeiten in verschiedenen Rückschlagspielen ausführen.</li> </ul>

#### 5.1 Leistungsbewertung

Minivolleyball: Spieltest; Handball: Spieltest

#### 6. Fachbereich: im Freien

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientierungslauf</li>   <li>○ Sport ausserhalb der Schulanlage</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich mit einer Karte orientieren und schnell Posten im Freien anlaufen.</li> <li>○ Sportlektionen ausserhalb des Kantonschulareals erleben.</li> </ul>

#### 6.1 Leistungsbewertung

OL: OL-Wettkampf

#### 6.2 Querverbindungen zu anderen Fächern

Orientierungslaufen wird in einer Unterrichtseinheit synchronisiert und abgesprochen mit der FS Geografie.



### 3. Klasse

#### 1. Fachbereich: Konditionell Energetische Faktoren

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauer</li> <li>• Kraft</li>   <li>• Beweglichkeit</li> <li>• Haltung</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• über eine längere Zeitdauer kontinuierlich laufen.</li> <li>• das eigene Körpergewicht hängend und stützend halten.</li> <li>• selbständig Kräftigungsübungen mit dem eigenen Körpergewicht ausführen.</li> <li>• die Geräte im Kraftraum richtig bedienen.</li> <li>• das Protokollblatt des Krafttrainings korrekt führen.</li> <li>• verschiedene Dehnübungen ausführen.</li> <li>• die Voraussetzungen für eine stabile Körperhaltung schaffen.</li> </ul>

##### 1.1 Leistungsbewertung

Ausdauer: 40-Minuten-Dauerlaufstest

Kraft: Fitnessstest

#### 2. Fachbereich: Bewegen, Darstellen und Tanzen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmisches Bewegen</li> <li>○ Jonglieren</li> <li>○ Gestaltung</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich mit oder ohne einem Handgerät zu einem vorgegebenen Rhythmus bewegen.</li> <li>○ mit drei gleichen Bällen mehrmals jonglieren und dabei Tricks einbauen.</li> <li>○ Bewegungen individuell gestalten.</li> </ul>

##### 2.1 Leistungsbewertung

Rhythmisches Bewegen: Prellfolge oder Tanz oder Aerobic-Kombination

### 3. Fachbereich: Balancieren, Klettern, Drehen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klettern</li> <li>• Gerätebahn</li> <li>○ Boden / Reck / Ringe / Minitramp / Schwebebalken</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die technischen Fertigkeiten verbessern und erweitern.</li> <li>• die gelernten Grundelemente einzelner Geräte in einer Bahn verbinden.</li> <li>○ eine Gerätebahn rhythmisch bewältigen.</li> <li>○ am Boden / am Reck / an den Ringen / auf dem Minitramp / auf dem Schwebebalken die Grundelemente repetieren bzw. neue Elemente erlernen.</li> </ul>

#### 3.1 Leistungsbewertung

Gerätebahn: Gemäss Vorlage

### 4. Fachbereich: Laufen, Springen, Werfen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kugelstossen</li> <li>○ Schnell laufen</li> <li>○ Weitsprung</li> <li>○ Hochsprung</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Stosstechnik erwerben.</li> <li>○ sich über eine kurze Strecke schnell und qualitativ gut fortbewegen.</li> <li>○ im Weitsprung die Knotenpunkte der Bewegung koordinieren und so möglichst weit springen.</li> <li>○ im Hochsprung die Knotenpunkte der Bewegung koordinieren und so ihre Leistung verbessern.</li> </ul>

#### 4.1 Leistungsbewertung

Kugelstossen: gemäss Leistungstabelle Leichtathletik oder Technik

## 5. Fachbereich: Spielen

Grobhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbständiges Spielen</li> <li>• Unihockey</li>   <li>• Badminton</li>   <li>○ Smolball / Ultimate</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Spiele ohne Leitung der Lehrperson geregelt und fair ausführen.</li> <li>• den gezogenen und den geschlagenen Pass spielen, sich freilaufen, einen Ball führen und annehmen.</li> <li>• die Taktik im Kleinfeldunihockey anwenden.</li> <li>• die wichtigsten Regeln anwenden.</li> <li>• einen Clear, einen Drop und einen Service spielen.</li> <li>• die Taktik im Einzelspiel anwenden.</li> <li>• die wichtigsten Regeln anwenden.</li> <li>○ einfache technische und taktische Grundelemente ausführen und die wichtigsten Regeln beim Spielen einhalten.</li> </ul>

### 5.1 Leistungsbewertung

Unihockey: Spieltest

Badminton: Spieltest

## 4. Klasse

### 1. Fachbereich: Konditionell Energetische Faktoren

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauer</li> <li>• Kraft</li>   <li>• Beweglichkeit</li>   <li>• Haltung</li>   <li>○ Gesundheit</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich auf den Dauerlauf-Test vorbereiten.</li> <li>• mit Hilfe des Protokollblattes selbständig und korrekt an den Kraftgeräten trainieren.</li> <li>• ihre Beweglichkeit mit entsprechenden Dehnübungen erhalten oder verbessern.</li> <li>• die Voraussetzungen für eine stabile Körperhaltung schaffen.</li> <li>○ die Zusammenhänge zwischen Bewegung und Gesundheit erkennen.</li> </ul>

#### 1.1 Leistungsbewertung

Ausdauer: Dauerlauf-Distanz-Test

Kraft: Fitnesstest

### 2. Fachbereich: Bewegen, Darstellen und Tanzen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Rhythmisches Bewegen</li>   <li>○ Gestaltung</li>   <li>○ Jonglieren</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ sich zu vorgegebener Musik rhythmisch korrekt bewegen.</li> <li>○ Bewegungen alleine oder in einer Gruppe gestalten.</li> <li>○ mit drei Bällen oder anderen Handgeräten mehrmals jonglieren.</li> </ul>

### 3. Fachbereich: Balancieren, Klettern, Drehen

#### 3.1 Grobinhalte und Kompetenzen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trampolin</li> <li>• Klettern</li> <li>○ Gerätebahn, Boden, Reck, Ring, Minitramp, Stufenbarren, Barren</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verschiedene Grundsprünge auf dem grossen Trampolin ausführen.</li> <li>• die technischen Fertigkeiten verbessern und erweitern.</li> <li>○ erlernte Elemente an verschiedenen Geräten turnen.</li> </ul>

#### 3.1 Leistungsbewertung

Trampolin: Grundsprünge in einer Verbindung

Klettern: Routenklettern

### 4. Fachbereich: Laufen, Springen, Werfen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmisch schnell laufen</li> <li>• Speerwerfen</li> <li>○ Weitsprung, Hochsprung, Kugelstossen</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mehrere Hürden rhythmisch korrekt mit dynamischem Tempo überlaufen.</li> <li>• den Speer technisch koordiniert werfen.</li> <li>○ die bisher erlernten Techniken in leichtathletischen Disziplinen anwenden.</li> </ul>

#### 4.1 Leistungsbewertung

Speerwerfen: gemäss Leistungstabelle Leichtathletik oder Technik

## 5. Fachbereich: Spielen

Grobhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbständiges Spielen</li> <li>• Spielen: Basketball, Fussball, Handball, Volleyball, Unihockey, Badminton</li> <li>○ Softball /Tennis</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbständig und fair spielen und während des Spiels situativ angepasst handeln.</li> <li>• die bisher erlernten technischen Fertigkeiten in verschiedenen Sportspielen anwenden.</li> <li>• taktische Grundelemente umsetzen und die wichtigsten Regeln einhalten.</li> <li>○ einfache technische und taktische Grundelemente ausführen und die wichtigsten Regeln beim Spielen einhalten.</li> </ul>

### 5.1 Leistungsbewertung

Spieltest

## 6. Fachbereich: im Freien

Grobhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sport im Freien</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ verschiedene Outdoor-Sportarten durchführen.</li> </ul>

## 5. Klasse

### 1. Fachbereich: Konditionell Energetische Faktoren

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauer</li> <li>• Kraft</li> <li>• Haltung</li> <li>• Beweglichkeit</li> <li>○ Gesundheit</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bei den Ausdauertests eine gute Note erreichen.</li> <li>• mit Hilfe des Protokollblattes selbständig und korrekt an den Kraftgeräten trainieren.</li> <li>• eine stabile Körperhaltung erhalten.</li> <li>• ihre Beweglichkeit mit entsprechenden Dehnübungen erhalten oder verbessern.</li> <li>○ die Zusammenhänge zwischen Bewegung und Gesundheit erkennen.</li> </ul>

#### 1.1 Leistungsbewertung

Ausdauerstest

### 2. Fachbereich: Bewegen, Darstellen und Tanzen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerakrobatik</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• im Bereich Partnerakrobatik eine Übung mit mehreren Elementen gestalten.</li> </ul>

#### 2.1 Leistungsbewertung

Partnerakrobatik

### 3. Fachbereich: Balancieren, Klettern, Drehen

#### 3.1 Grobinhalte und Kompetenzen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geräteturnen</li> <li>○ Gerätebahn</li> <li>○ Klettern</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• neue Elemente an verschiedenen Geräten ausführen.</li> <li>○ eine einfache mehrteilige Gerätekombination gestalten.</li> <li>○ die erworbenen Fertigkeiten situationsgerecht anwenden.</li> </ul>

#### 3.1 Leistungsbewertung

Geräteturnen: einzelne erarbeitete Elemente oder Gerätebahn

### 4. Fachbereich: Laufen, Springen, Werfen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laufen / Springen / Werfen</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Technik des Dreisprungs, des Stabhochsprungs oder des Diskuswurfes anwenden.</li> <li>• die Disziplinen eines leichathletischen Mehrkampfes bewältigen.</li> </ul>

#### 4.1 Leistungsbewertung

Bewertung einer oder mehrerer Disziplinen nach Bewegungsablauf oder Leistung



## 5. Fachbereich: Spielen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbständiges Spielen</li> <li>• Spielen: Basketball, Fussball, Handball, Volleyball, Unihockey, Badminton</li> <li>○ Intercrosse / Rugby</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbständig und fair spielen und während des Spiels situativ angepasst handeln.</li> <li>• einige technische Fertigkeiten eines Sportspiels in einer Testform vorzeigen.</li> <li>• taktische Elemente umsetzen und die Regeln einhalten.</li> <li>○ einfache technische und taktische Grundelemente ausführen und die Regeln beim Spielen einhalten.</li> </ul>

### 5.1 Leistungsbewertung

Spieltest

## 6. Fachbereich: im Freien

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sport im Freien</li> <li>○ Spezielle Fähigkeiten entwickeln</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ vielfältige Körper-, Bewegungs- und Sport-erfahrungen im Freien sammeln.</li> <li>○ gegenüber der Gruppe, der Umgebung und der Natur Verantwortung übernehmen.</li> </ul>

## 6. Klasse

### 1. Fachbereich: Konditionell Energetische Faktoren

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauer</li> <li>• Kraft</li> <li>• Gesundheit</li> <li>• Haltung</li> <li>• Beweglichkeit</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• im Ausdauerbereich ihre Leistungen testen.</li> <li>• mit Hilfe des Protokollblattes selbständig und korrekt an den Kraftgeräten trainieren.</li> <li>• die Zusammenhänge zwischen Bewegung und Gesundheit erkennen.</li> <li>• eine stabile Körperhaltung erhalten.</li> <li>• ihre Beweglichkeit mit entsprechenden Dehnübungen erhalten oder verbessern.</li> </ul>

### 2. Fachbereich: Bewegen, Darstellen und Tanzen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tanzen</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ alleine oder in der Gruppe einen Tanz variieren und mit eigenen Elementen kombinieren.</li> </ul>

### 3. Fachbereich: Balancieren, Klettern, Drehen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Geräteturnen</li> <li>○ Klettern</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ alleine oder in der Gruppe Übungsverbindungen an verschiedenen Geräten ausführen.</li> <li>○ die erworbenen Fertigkeiten situationsgerecht anwenden.</li> </ul>

#### 4. Fachbereich: Laufen, Springen, Werfen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Laufen/Springen/Werfen</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ihren Voraussetzungen angepasst lernen, üben und trainieren (individualisiertes Lernangebot).</li> <li>○ mit Team- und / oder Handicapwettkämpfen den sozialen Aspekt des Sports fördern.</li> </ul>

#### 5. Fachbereich: Spielen

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbständiges Spielen</li> <li>• Spielen: Basketball, Fussball, Handball, Volleyball, Unihockey, Badminton</li> <li>○ Ein Spiel aus: Ultimate, Flagfootball, Softball, Intercrosse, Rugby, Smolball, Tennis, Squash</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbständig und fair spielen und während des Spiels situativ angepasst handeln.</li> <li>• ihre technischen und taktischen Fertigkeiten in den verschiedenen Sportspielen verbessern.</li> <li>• die Regeln beim Spielen einhalten.</li> <li>○ Technik und Taktik sowie die Regeln eines neuen Spiels kennen lernen.</li> </ul>

##### 5.1 Leistungsbewertung

Spieltest

**6. Fachbereich: im Freien und übergeordnete Anliegen**

Grobinhalte	Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"><li>○ Sport im Freien</li><li>○ Sportdidaktik</li></ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ vielfältige Körper-, Bewegungs-, und Sport-erfahrungen im Freien sammeln.</li><li>○ ihr Können und Wissen ihrer bevorzugten Sportart weitergeben.</li></ul>

Zug, im März 2010  
Fachschaft Sport

Am 10. Juni 2010 von der Schulkommission erlassen