

Übergangslernplan Sport Kindergarten, Primarstufe, Sekundarstufe I

Vernehmlassungsfassung

Der vorliegende Entwurf des Übergangslernplans Sport wurde vom Bildungsrat am 30.09.2009 in erster Lesung in die Vernehmlassung gegeben.

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) und an das Rahmenkonzept 'Gute Schulen - Qualitätsmanagement an den Schulen des Kantons Zug' (2008) angepasst.

Inhalt

1.	Leitlinien	5
1.1.	Bedeutung des Fachbereiches	5
1.2.	Richtziele des Fachbereiches	6
1.3.	Umsetzung - Grobziele der einzelnen Lernbereiche	7
1.4.	Hinweise	8
2.	Grobziele	10
2.1.	Arbeitsbereiche	10
2.2.	Erläuterungen zu den Grobzielen	10
2.3.	Grobziele Kindergarten	12
2.3.1.	Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen	12
2.3.2.	Lernbereich Balancieren, Klettern, Drehen	13
2.3.3.	Lernbereich Laufen, Springen, Werfen	14
2.3.4.	Lernbereich Spielen	15
2.3.5.	Lernbereich Bewegung und Sport im Freien	16
2.3.6.	Lernbereich Bewegung und Sport im Wasser	17
2.4.	Grobziele Unterstufe, 1. - 2. Klasse	18
2.4.1.	Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen	18
2.4.2.	Lernbereich Balancieren, Klettern, Drehen	19
2.4.3.	Lernbereich Laufen, Springen, Werfen	20
2.4.4.	Lernbereich Spielen	21
2.4.5.	Lernbereich Bewegung und Sport im Freien	22
2.4.6.	Lernbereich Bewegung und Sport im Wasser	23
2.5.	Grobziele Mittelstufe I, 3. - 4. Klasse	24
2.5.1.	Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen	24
2.5.2.	Lernbereich Balancieren, Klettern, Drehen	25
2.5.3.	Lernbereich Laufen, Springen, Werfen	26
2.5.4.	Lernbereich Spielen	27
2.5.5.	Lernbereich Bewegung und Sport im Freien	28
2.5.6.	Lernbereich Bewegung und Sport im Wasser	29

2.6.	Grobziele Mittelstufe II, 5. - 6. Klasse	30
2.6.1.	Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen	30
2.6.2.	Lernbereich Balancieren, Klettern, Drehen	31
2.6.3.	Lernbereich Laufen, Springen, Werfen	32
2.6.4.	Lernbereich Spielen	33
2.6.5.	Lernbereich Bewegung und Sport im Freien	34
2.6.6.	Lernbereich Bewegung und Sport im Wasser	35
2.7.	Grobziele Sekundarstufe I, 1. - 3. Klasse	36
2.7.1.	Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen	36
2.7.2.	Lernbereich Balancieren, Klettern, Drehen	37
2.7.3.	Lernbereich Laufen, Springen, Werfen	38
2.7.4.	Lernbereich Spielen	39
2.7.5.	Lernbereich Bewegung und Sport im Freien	40
2.7.6.	Lernbereich Bewegung und Sport im Wasser	41
3.	Anhang	42
3.1.	Orientierungshilfe zum Lehrmittel Sporterziehung	42

1. Leitlinien

1.1. Bedeutung des Fachbereiches

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

1.2. Richtziele des Fachbereiches

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 und richtig eingeschätzt.

Methoden-/Lernkompetenz erweitern

Die Schülerinnen und Schüler entwickeln die Fähigkeit, das eigene Bewegungenlernen 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 menschliche Nähe und Geborgenheit im Team, Zugehörigkeit und Solidarität, bringen eigene Bedürfnisse ein und nehmen Rücksicht auf die Anliegen anderer.

Selbstkompetenz erweitern

Die Schülerinnen und Schüler erleben Körper-, Bewegungs- und Sport Erfahrungen als Ausgleich zu anderen Alltagstätigkeiten. 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.

1.3. Umsetzung - Grobziele der einzelnen Lernbereiche

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, sind mit dem Wasser vertraut und beherrschen einige Schwimm- und Wassersportarten.

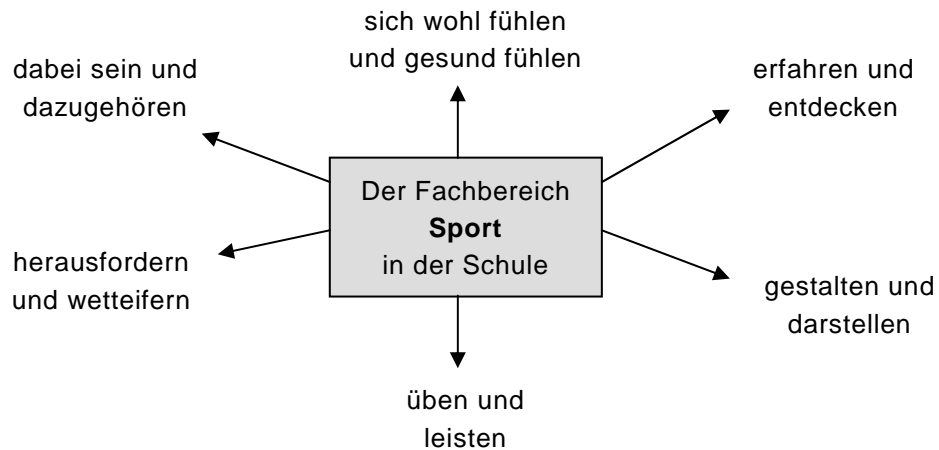
1.4. Hinweise

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 sowie zwischen geistigen und körperlichen Aktivitäten gewechselt.

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 immer mehr aktiv und eigenverantwortlich 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. In allen Lernbereichen (im Lernbereich 'Schwimmen' nur dann, wenn Schwimmunterricht regelmässig stattfinden kann) soll pro Jahr und Klasse mindestens je eine Lernkontrolle durchgeführt werden. Als Lernkontrollen bieten sich die in den schweizerischen Lehrmitteln 'Sporterziehung' und 'Schwimmen' aufgeführten Tests und Treffpunkte an.

2. Grobziele

2.1. Arbeitsbereiche

Der Fachbereich Sport gliedert sich in folgende Lernbereiche:

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

2.2. Erläuterungen zu den Grobzielen

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.

Spiele

Die Schülerinnen und Schüler erleben Spielen ganzheitlich und entwickeln spielspezifische Fähigkeiten, Fertigkeiten und faires Verhalten. Die Psychologie betont die bedeutsame 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 erleichtert das Berücksichtigen der unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen und Fähigkeiten und begleitet das Differenzieren im Unterricht. 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 soll - 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. Dies als Voraussetzung für die Vermittlung von Schwimmtechniken. Mit dem Wassersicherheitscheck wird geprüft, ob sich ein Kind nach dem Sturz ins Wasser orientieren, über Wasser halten, in Sicherheit schwimmen und somit selber retten kann. Aufbauend auf diesen Grundlagen sind die Vermittlung von Freude an vielfältigen Schwimm- und Wassersportarten die Voraussetzung für eine lebenslange Ausübung gesundheitsfördernder Aktivitäten im Wasser.

2.3. Grobziele Kindergarten

2.3.1. Lernbereich Bewegen, Darstellen, Tanzen

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

2.3.2. 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	Ängste abbauen	Angst, Mut Mut tut gut
Fertigkeiten üben und sich an diesen freuen		
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	

2.3.3. 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	

2.3.4. Lernbereich Spielen

Ganzheitlich spielen

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

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Spielformen kennen lernen	Traditionelle Kinderspiele, Spielerlebnisse bewusst erfahren	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 Prellen 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	

2.3.5. 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, Reaktions-schnelligkeit, 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	

2.3.6. 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 Wasser¹.

Verbindliche 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, Ausdauerspielformen, eine freie Schwimmmart, Übungen aus Vorbereitungstests	Gesundheit und Hygiene 'Sprache des Wassers' Singspiele

¹ Die Schulen orientieren sich nach den vom Bildungsrat am 19. Juni 2008 beschlossenen Richtlinien für die Sicherheit im und am Wasser.

Schulen mit regelmässigem Schwimmunterricht orientieren sich zusätzlich am Lehrinhalt 'Schwimmen' der Orientierungshilfe zum Lehrmittel Sporterziehung.

2.4. Grobziele Unterstufe, 1. - 2. Klasse

2.4.1. 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-, Tastspiele 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

2.4.2. 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		
Gegenseitig helfen und sichern	Gruppenpyramiden, Zirkusakrobatik, Partnerformen	Vertrauen, Verantwortung
Geschickt verteidigen, Stürze vermeiden und gekonnt fallen	Kleine Rauf- und Kampfspiele	Fairness

2.4.3. 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	

2.4.4. 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

2.4.5. 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

2.4.6. 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, sind mit dem Wasser vertraut und kennen einige Schwimm- und Wassersportarten².

Verbindliche 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 erarbeiten	Grundlagentests Schwimmen	Sicherheit

² Die Schulen orientieren sich nach den vom Bildungsrat am 19. Juni 2008 beschlossenen Richtlinien für die Sicherheit im und am Wasser.

Schulen mit regelmässigem Schwimmunterricht orientieren sich zusätzlich am Lehrinhalt 'Schwimmen' der Orientierungshilfe zum Lehrmittel Sporterziehung.

2.5. Grobziele Mittelstufe I, 3. - 4. Klasse

2.5.1. 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 Rhythmus-spiele, Volkstänze, Körpersprache	Bewegungstheater

2.5.2. 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

2.5.3. 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

2.5.4. 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	

2.5.5. 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, Erlebnisspiele, Baumklettern, Freizeitspiele	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

2.5.6. 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, sind mit dem Wasser vertraut und kennen einige Schwimm- und Wassersportarten³.

Verbindliche Grobziele	Mögliche Inhalte	Mögliche Bezüge
Gefahren beim Schwimmen kennen und Verhaltensregeln anwenden	Verhaltenregeln 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	Wasserballspiele, Spiel- und Übungsformen über und unter Wasser, Wassergymnastik	
Schwimmen können	Einzelne Elemente des Wassersicherheitschecks	

³ Die Schulen orientieren sich nach den vom Bildungsrat am 19. Juni 2008 beschlossenen Richtlinien für die Sicherheit im und am Wasser.

Schulen mit regelmässigem Schwimmunterricht orientieren sich zusätzlich am Lehrinhalt 'Schwimmen' der Orientierungshilfe zum Lehrmittel Sporterziehung.

2.6. Grobziele Mittelstufe II, 5. - 6. Klasse

2.6.1. 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, Fitnessmusical, rhythmische Lauf-, Sprung- und Bewegungsformen, verschiedene Tänze	

2.6.2. 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 und Vertrauen fördern	Partner-, Gruppen- und Akrobatikformen, Gerätebahnen	Helfen und Sichern
Fair kämpfen üben	Mit- und gegeneinander kämpfen	Kämpfen, siegen, verlieren

2.6.3. 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 beidseitig 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

2.6.4. 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 Ballspielen, 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

2.6.5. 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, Frisbee, Orientierungsfahrtformen, Freizeitspele	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

2.6.6. 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, sind mit dem Wasser vertraut und kennen einige Schwimm- und Wassersportarten⁴.

Verbindliche 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	
Bestehen des Wassersicherheitscheck		Sicherheit Eigenverantwortung

⁴ Die Schulen orientieren sich nach den vom Bildungsrat am 19. Juni 2008 beschlossenen Richtlinien für die Sicherheit im und am Wasser.

Schulen mit regelmässigem Schwimmunterricht orientieren sich zusätzlich am Lehrinhalt 'Schwimmen' der Orientierungshilfe zum Lehrmittel Sporterziehung.

2.7. Grobziele Sekundarstufe I, 1. - 3. Klasse

2.7.1. 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

2.7.2. 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

2.7.3. 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, Diskustech- nik mit Fahrradpneus, Schrit- technik 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: Aus- wertung, Statistik, Einbezug des PCs

2.7.4. 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
Spiele 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

2.7.5. 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

2.7.6. 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, sind mit dem Wasser vertraut und kennen einige Schwimm- und Wassersportarten⁵.

Verbindliche 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	Sicherheit und Erste Hilfe, Hygiene, besondere Gefahren
Grundelemente weiterer Wassersportarten erproben	Grundformen für weitere Wassersportarten (Rettungsschwimmen, Schnorcheln, Wasserspringen, Synchronschwimmen, Wasserball, Wassergymnastik), Schwimmtests	Biomechanische Experimente Unterwasserwelt, Ökologie, Gewässerschutz, Wasserspiele, Wassertest

⁵ Die Schulen orientieren sich nach den vom Bildungsrat am 19. Juni 2008 beschlossenen Richtlinien für die Sicherheit im und am Wasser.

Schulen mit regelmäßigem Schwimmunterricht orientieren sich zusätzlich am Lehrinhalt 'Schwimmen' der Orientierungshilfe zum Lehrmittel Sporterziehung.

3. Anhang

3.1. 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