

TURNEN UND SPORT

1 Stundendotation

	G1	G2	G3
Grundlagenfach			
Schwerpunktfach			
Ergänzungsfach			
Fächerübergreifende Projekte			
Weiteres Fach	3	3	3
Freifach			

2 Didaktische Hinweise

2.1 Allgemeines Bildungsziel

Dem Druck und den Belastungen des heutigen Alltags kann nur standhalten, wer selbst psychisch und physisch gesund ist. Wissen und Einsichten alleine können nicht genügen; eine gesunde Lebenshaltung muss erlernt, erfahren und erlebt werden.

Der Sportunterricht bietet dabei eine ideale Plattform, den Lernenden einen Zugang zur Spiel-, Ausdrucks-, Gesundheits- und Sportkultur zu vermitteln.

Die Handlungsfähigkeit im Sport wird in den Kompetenzbereichen Sach-, Sozial- und Selbstkompetenz erarbeitet.

2.2 Didaktische Hinweise

Der Sportunterricht ist so zu gestalten, dass für alle Beteiligten verschiedene Sinnrichtungen eröffnet werden: sich wohl und gesund fühlen, dabei sein und dazugehören, herausfordern und wetteifern, üben und leisten, gestalten und darstellen, erfahren und entdecken.

Die Lernenden bekommen die Möglichkeit, sich an persönliche Leistungsgrenzen heranzutasten, sich bei Spiel und Wettkampfformen mit anderen zu messen und sich dabei wichtige soziale Verhaltensnormen wie Hilfsbereitschaft, Fairplay und Selbstdisziplin anzueignen.

Der Sportunterricht fördert die Beziehungs-, Kommunikations-, Team- und Konfliktfähigkeit – Eigenschaften, die im heutigen Berufsleben gefragt sind.

Sport soll aber auch wertfrei als Spass und Erlebnis erfahren werden und die Lernenden animieren, auch über die Schulzeit hinaus, selbstständig Sport zu treiben.

Die Lerninhalte sind in einen sich wiederholenden, aber dauernd variierenden Prozess eingebunden. Durch „erwerben – anwenden – gestalten“ werden die Lernziele während der drei Ausbildungsjahre kontinuierlich erweitert.

Als Grundlage dienen die Lehrmittel „Sporterziehung“ der Eidgenössischen Sportkommission ESK.

3 Grobziele, Stoffprogramm und Interdisziplinarität

3.6 Weiteres Fach Turnen und Sport

Weiteres Fach 4. Klasse		
Grobziele	Stoffprogramm	Interdisziplinarität
<p>Gesundheitskultur Interaktion von physischem, psychischem und sozialem Wohlbefinden erfahren Individuelles und gemeinschaftsbezogenes Wohlbefinden fördern</p> <p>Spiel- und Sportkultur Faires und partnerschaftliches Verhalten erfahren und Umgang mit Emotionen lernen Verantwortung gegenüber Mitmenschen übernehmen und Vertrauen aufbauen Anspruchsvolle Bewegungserfahrungen ausführen können</p> <p>Durch breit gefächerte Bewegungserfahrungen und Sporterlebnisse die Lust und das Interesse für ein auch über die Schulzeit hinausgehendes Sporttreiben wecken und fördern</p> <p>Ausdruckskultur Kreativität, körperliches Ausdrucksvermögen und psychomotorische Fähigkeiten fördern</p>	<p>Bewusstmachen muskulärer Dysbalancen Förderung der Körperwahrnehmung und des Gesundheitsverständnisses Haltungsschule Entspannungs- und Konzentrationstechniken</p> <p>Stärkung physischer Gesundheitsressourcen durch Verbesserung von Ausdauer-, Kraft-, Dehn- und Koordinationsfähigkeit Gegenmassnahmen zu muskulären Dysbalancen Polysportives Training Spielen und Wetteifern Sport als Erlebnis sinnvoller Freizeitbeschäftigung Einblick in Trendsportarten Training von Sporttechniken und -taktiken</p> <p>Erlebnis sportlicher Leistungen</p> <p>Bewegung in Abhängigkeit von Raum, Zeit und Kraft Bewegungsgestaltung zu rhythmischer oder musikalischer Begleitung</p>	<p>Intradisziplinäres Lernen ist integrierender Bestandteil aller im Unterricht behandelten Themen zur Gesundheitskultur, zur Spiel- und Sportkultur und zur Ausdruckskultur</p> <p>Pluridisziplinäres Lernen in Zusammenarbeit mit dem Fach Französisch (typische französische Spiele)</p>

Weiteres Fach 5. Klasse		
Grobziele	Stoffprogramm	Interdisziplinarität
<p>Gesundheitskultur Interaktion von physischem, psychischem und so-zialem Wohlbefinden erfahren Individuelles und gemeinschaftsbezogenes Wohlbefinden fördern</p> <p>Spiel- und Sportkultur Faire und partnerschaftliches Verhalten erfahren und Umgang mit Emotionen lernen Verantwortung gegenüber Mitmenschen übernehmen und Vertrauen aufbauen Anspruchsvolle Bewegungserfahrungen ausführen können</p> <p>Durch breit gefächerte Bewegungserfahrungen und Sporterlebnisse die Lust und das Interesse für ein auch über die Schulzeit hinausgehendes Sporttreiben wecken und fördern</p> <p>Ausdruckskultur Kreativität, körperliches Ausdrucksvermögen und psychomotorische Fähigkeiten fördern</p>	<p>Bewusstmachen muskulärer Dysbalancen Förderung der Körperwahrnehmung und des Gesundheitsverständnisses Haltungsschule Entspannungs- und Konzentrationstechniken</p> <p>Stärkung physischer Gesundheitsressourcen durch Verbesserung von Ausdauer-, Kraft-, Dehn- und Koordinationsfähigkeit Gegenmassnahmen zu muskulären Dysbalancen Polysportives Training Spielen und Wetteifern Sport als Erlebnis sinnvoller Freizeitbeschäftigung Einblick in Trendsportarten Training von Sporttechniken und -taktiken</p> <p>Erlebnis sportlicher Leistungen</p> <p>Bewegung in Abhängigkeit von Raum, Zeit und Kraft Bewegungsgestaltung zu rhythmischer oder musikalischer Begleitung</p>	<p>Intradisziplinäres Lernen ist integrierender Bestandteil aller im Unterricht behandelten Themen zur Gesundheitskultur, zur Spiel- und Sportkultur und zur Ausdruckskultur</p> <p>Pluridisziplinäres Lernen in Zusammenarbeit mit andern Fächern in den Bereichen Sport und Umwelt sowie Geschichte des Sports</p>

Weiteres Fach 6. Klasse		
Grobziele	Stoffprogramm	Interdisziplinarität
<p>Gesundheitskultur Interaktion von physischem, psychischem und sozialem Wohlbefinden erfahren Individuelles und gemeinschaftsbezogenes Wohlbefinden fördern</p> <p>Spiel- und Sportkultur Faires und partnerschaftliches Verhalten erfahren und Umgang mit Emotionen lernen Verantwortung gegenüber Mitmenschen übernehmen und Vertrauen aufbauen Anspruchsvolle Bewegungserfahrungen ausführen können</p> <p>Durch breit gefächerte Bewegungserfahrungen und Sporterlebnisse die Lust und das Interesse für ein auch über die Schulzeit hinausgehendes Sport-treiben wecken und fördern</p> <p>Ausdruckskultur Kreativität, körperliches Ausdrucksvermögen und psychomotorische Fähigkeiten fördern</p>	<p>Bewusstmachen muskulärer Dysbalancen Förderung der Körperwahrnehmung und des Gesundheitsverständnisses Haltungsschule Entspannungs- und Konzentrationstechniken</p> <p>Stärkung physischer Gesundheitsressourcen durch Verbesserung von Ausdauer-, Kraft-, Dehn- und Koordinationsfähigkeit Gegenmassnahmen zu muskulären Dysbalancen Polysportives Training Spielen und Wettfeiern Sport als Erlebnis sinnvoller Freizeitbeschäftigung Einblick in Trendsportarten Training von Sporttechniken und -taktiken</p> <p>Erlebnis sportlicher Leistungen</p> <p>Bewegung in Abhängigkeit von Raum, Zeit und Kraft Bewegungsgestaltung zu rhythmischer oder musikalischer Begleitung</p>	<p>Intradisziplinäres Lernen ist integrierender Bestandteil aller im Unterricht behandelten Themen zur Gesundheitskultur, zur Spiel- und Sportkultur und zur Ausdruckskultur</p> <p>Interdisziplinäres Lernen: Teilnahme des Faches Turnen und Sport an der Interdisziplinären Projektarbeit (IDPA)</p>