



Lehrplan Fachoberschule

Sport

2005/2017/2020

Die überarbeiteten Lehrpläne für die Fachoberschule treten am 1. August 2020 in Kraft.

Impressum

Die Lehrpläne wurden erstellt durch Lehrerinnen und Lehrer der Fachoberschulen in Zusammenarbeit mit dem Sächsischen Staatsinstitut für Bildung und Schulentwicklung - Comenius-Institut -.

Eine Überarbeitung der Lehrpläne erfolgte durch Lehrerinnen und Lehrer der Fachoberschulen im Jahr 2017 sowie 2020 in Zusammenarbeit mit dem Sächsischen Bildungsinstitut und dem

Landesamt für Schule und Bildung
Standort Radebeul
Dresdner Straße 78 c
01445 Radebeul
<https://www.lasub.smk.sachsen.de/>

Herausgeber:
Sächsisches Staatsministerium für Kultus
Carolaplatz 1
01097 Dresden
<https://www.smk.sachsen.de/>

Download:
<https://www.schulportal.sachsen.de/lplandb/>

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Teil Grundlagen	4
Aufbau und Verbindlichkeit der Lehrpläne	4
Ziele und Aufgaben der Fachoberschule	8
Fächerverbindender Unterricht	12
Lernen lernen	13
Teil Fachlehrplan Sport	14
Ziele und Aufgaben des Faches Sport	14
Übersicht über die Lernbereiche und Zeitrichtwerte	17
Klassenstufe 12	18

Teil Grundlagen

Aufbau und Verbindlichkeit der Lehrpläne

Grundstruktur	Im Teil Grundlagen enthält der Lehrplan Ziele und Aufgaben der Fachoberschule sowie Aussagen zum fächerverbindenden Unterricht und zur Entwicklung von Lernkompetenz. Im fachspezifischen Teil werden für das Fach allgemeine fachliche Ziele ausgewiesen, die in der Regel gemeinsam für die Klassenstufen 11 und 12 als spezielle fachliche Ziele differenziert beschrieben sind und dabei die Prozess- und Ergebnisorientierung des schulischen Lernens ausweisen.									
Lernbereiche, Zeitrichtwerte	In den Klassenstufen 11 und 12 sind Lernbereiche mit Pflichtcharakter im Umfang von 25 Wochen verbindlich festgeschrieben. Zusätzlich kann in jeder Klassenstufe ein Lernbereich mit Wahlcharakter im Umfang von zwei Wochen bearbeitet werden. Entscheidungen über eine zweckmäßige zeitliche Reihenfolge der Lernbereiche innerhalb der Klassenstufen bzw. zu Schwerpunkten innerhalb eines Lernbereiches liegen in der Verantwortung des Lehrers. Zeitrichtwerte können, soweit das Erreichen der Ziele gewährleistet ist, variiert werden.									
Tabellarische Darstellung der Lernbereiche	Die Gestaltung der Lernbereiche erfolgt in tabellarischer Darstellungsweise. <table><tr><th>Bezeichnung des Lernbereiches</th><th>Zeitrichtwert</th></tr><tr><td>Lernziele und Lerninhalte</td><td>Bemerkungen</td></tr></table>		Bezeichnung des Lernbereiches	Zeitrichtwert	Lernziele und Lerninhalte	Bemerkungen				
Bezeichnung des Lernbereiches	Zeitrichtwert									
Lernziele und Lerninhalte	Bemerkungen									
Verbindlichkeit der Lernziele und Lerninhalte	Lernziele und Lerninhalte sind verbindlich. Sie kennzeichnen grundlegende Anforderungen in den Bereichen Wissenserwerb, Kompetenzentwicklung und Werteorientierung. Im Sinne der Vergleichbarkeit von Lernprozessen erfolgt die Beschreibung der Lernziele in der Regel unter Verwendung einheitlicher Begriffe. Diese verdeutlichen bei zunehmendem Umfang und steigender Komplexität der Lernanforderungen didaktische Schwerpunktsetzungen für die unterrichtliche Erarbeitung der Lerninhalte. Eine gemeinsame Beschulung von ein- und zweijährigem Bildungsgang ist durch die Struktur der Lehrpläne möglich.									
Bemerkungen	Bemerkungen haben Empfehlungscharakter. Gegenstand der Bemerkungen sind inhaltliche Erläuterungen, Hinweise auf geeignete Lehr- und Lernmethoden und Beispiele für Möglichkeiten einer differenzierten Förderung der Schüler. Sie umfassen Bezüge zu Lernzielen und Lerninhalten des gleichen Faches, zu anderen Fächern und zu den überfachlichen Bildungs- und Erziehungszielen der Fachoberschule.									
Verweisdarstellungen	Verweise auf Lernbereiche des gleichen Faches und anderer Fächer sowie auf überfachliche Ziele werden mit Hilfe folgender grafischer Elemente veranschaulicht: <table><tr><td>→ LB 2</td><td>Verweis auf Lernbereich des gleichen Faches der gleichen Klassenstufe</td></tr><tr><td>→ Kl. 11, LB 2</td><td>Verweis auf Lernbereich des gleichen Faches einer anderen Klassenstufe</td></tr><tr><td>→ MA, Kl. 11, LB 2</td><td>Verweis auf Klassenstufe, Lernbereich eines anderen Faches</td></tr><tr><td>⇒ Lernkompetenz</td><td>Verweise auf ein Bildungs- und Erziehungsziel der Fachoberschule (s. Ziele und Aufgaben der Fachoberschule)</td></tr></table>		→ LB 2	Verweis auf Lernbereich des gleichen Faches der gleichen Klassenstufe	→ Kl. 11, LB 2	Verweis auf Lernbereich des gleichen Faches einer anderen Klassenstufe	→ MA, Kl. 11, LB 2	Verweis auf Klassenstufe, Lernbereich eines anderen Faches	⇒ Lernkompetenz	Verweise auf ein Bildungs- und Erziehungsziel der Fachoberschule (s. Ziele und Aufgaben der Fachoberschule)
→ LB 2	Verweis auf Lernbereich des gleichen Faches der gleichen Klassenstufe									
→ Kl. 11, LB 2	Verweis auf Lernbereich des gleichen Faches einer anderen Klassenstufe									
→ MA, Kl. 11, LB 2	Verweis auf Klassenstufe, Lernbereich eines anderen Faches									
⇒ Lernkompetenz	Verweise auf ein Bildungs- und Erziehungsziel der Fachoberschule (s. Ziele und Aufgaben der Fachoberschule)									

Die Fachlehrpläne sind Grundlage für den Unterricht an der Fachschule und für die Zusatzausbildung zum Erwerb der Fachhochschulreife, sofern spezifische Fachlehrpläne für die Fachschule nicht existieren. Bei Kombination der Fachschulausbildung mit der Zusatzausbildung zum Erwerb der Fachhochschulreife ist sicherzustellen, dass die dafür erforderlichen Anforderungen der Fachlehrpläne unterrichtlich realisiert werden.

**Verbindlichkeit an
Fachschulen**

Begriffe	Beschreibung der Lernziele
Einblick gewinnen	Begegnung mit einem Gegenstandsbereich/Wirklichkeitsbereich oder mit Lern- und Arbeitstechniken oder Fachmethoden als grundlegende Orientierung , ohne tiefere Reflexion
Kennen	über Kenntnisse und Erfahrungen zu Sachverhalten und Zusammenhängen, zu Lern- und Arbeitstechniken oder Fachmethoden sowie zu typischen Anwendungsmustern aus einem begrenzten Gebiet im gelernten Kontext verfügen
Übertragen	Kenntnisse und Erfahrungen zu Sachverhalten und Zusammenhängen, im Umgang mit Lern- und Arbeitstechniken oder Fachmethoden in vergleichbaren Kontexten verwenden
Beherrschen	Handlungs- und Verfahrensweisen routinemäßig gebrauchen
Anwenden	Kenntnisse und Erfahrungen zu Sachverhalten und Zusammenhängen, im Umgang mit Lern- und Arbeitstechniken oder Fachmethoden durch Abstraktion und Transfer in unbekannten Kontexten verwenden
Beurteilen/ Sich positionieren	begründete Sach- und/oder Werturteile entwickeln und darstellen, Sach- und/oder Wertvorstellungen in Toleranz gegenüber anderen annehmen oder ablehnen, vertreten, kritisch reflektieren und ggf. revidieren
Gestalten/ Problemlösen	Handlungen/Aufgaben auf der Grundlage von Wissen zu komplexen Sachverhalten und Zusammenhängen, Lern- und Arbeitstechniken, geeigneten Fachmethoden sowie begründeten Sach- und/oder Werturteilen selbstständig planen, durchführen, kontrollieren sowie zu neuen Deutungen und Folgerungen gelangen

In den Lehrplänen der Fachoberschule werden folgende Abkürzungen verwendet:

		Abkürzungen
ABIO	Agrarbiologie	
A-B-U	Fachrichtung Agrarwirtschaft, Bio- und Umwelttechnologie	
APH	Angewandte Physik	
BIO	Biologie	
CAS	Computer-Algebra-System	
CH	Chemie	
DaZ	Deutsch als Zweitsprache	
DE	Deutsch	
EF	Erschließungsfeld	
EN	Englisch	
ETH	Ethik	
FOS	Fachoberschule	
FPTA	Fachpraktischer Teil der Ausbildung	
FR	Fachrichtung	
G	Fachrichtung Gestaltung	
GE	Geschichte (Oberschule)	
GE/GK	Geschichte/Gemeinschaftskunde	
GEO	Geographie (Oberschule)	
GESA	Gesundheitsförderung und Soziale Arbeit	
GESO	Fachrichtung Gesundheit und Soziales	
GK	Gemeinschaftskunde/Rechtserziehung (Oberschule)	
GTR	grafikfähiger Taschenrechner	
INF	Informatik	
KÄP	Künstlerisch-ästhetische Praxis	
KKG	Kunst- und Kulturgeschichte	
Kl.	Klassenstufe	
KMK	Kultusministerkonferenz	
KU	Kunst	
LB	Lernbereich	
LBW	Lernbereich mit Wahlcharakter	
LDE	Lehrerdemonstrationsexperiment	
LIT	Literatur	
MA	Mathematik	
MU	Musik	
OS	Oberschule	
PH	Physik	
PTE	Produktionstechnologie	
RE/e	Evangelische Religion	
RE/k	Katholische Religion	
RK	Rechtskunde	
RS	Realschulbildungsgang	
SE	Schülerexperiment	
SPO	Sport	
T	Fachrichtung Technik	
TC	Technik/Computer (Oberschule)	
TE	Technologie	
Ustd.	Unterrichtsstunden	
VBWL/RW	Volks- und Betriebswirtschaftslehre mit Rechnungswesen	
WTH	Wirtschaft-Technik-Haushalt/Soziales (Oberschule)	
WuV	Fachrichtung Wirtschaft und Verwaltung	
2. FS	Zweite Fremdsprache	

Die Bezeichnungen Schüler und Lehrer werden im Lehrplan allgemein für Schülerinnen und Schüler bzw. Lehrerinnen und Lehrer gebraucht.

Ziele und Aufgaben der Fachoberschule

Bildungs- und Erziehungsauftrag

Die Fachoberschule vermittelt eine allgemeine, fachtheoretische und fachpraktische Bildung. Sie ist eine Schulart der Sekundarstufe II, deren Bildungs- und Erziehungsprozess auf dem der Oberschule aufbaut und auf der Grundlage fachrichtungsbezogener Lehrpläne zu einem studienbefähigenden Abschluss führt.

Spezifische Lebens- und Berufserfahrungen der Schüler finden dahingehend Berücksichtigung, dass die Fachhochschulreife je nach Voraussetzungen in zwei Schuljahren oder in einem Schuljahr erworben werden kann. Unabhängig von der Dauer sichern die Bildungsgänge der Fachoberschule die für ein Studium an einer Fachhoch- und Hochschule oder einer Berufsakademie notwendige Studierfähigkeit und tragen den Anforderungen dieser praxisorientierten Studiengänge Rechnung. Der hohe Praxisbezug in der zweijährigen Fachoberschule ist neben dem Erlangen der Studienqualifizierung ein wichtiger Beitrag zur beruflichen Orientierung in der gewählten Fachrichtung.

Die Entwicklung und Stärkung der Persönlichkeit sowie die Möglichkeit zur Gestaltung des eigenen Lebens in sozialer Verantwortung und die Befähigung zur Mitwirkung in der demokratischen Gesellschaft gehören zum Auftrag dieser Schulart. Es werden die Grundlagen für lebenslanges Lernen in einer sich ständig verändernden Gesellschaft stabilisiert und ausgebaut sowie ein flexibler Rahmen für die weitere individuelle Leistungsförderung und die spezifische Interessen- und Neigungsentwicklung der Schüler geschaffen.

Die Fachoberschule verknüpft die theoretischen Grundlagen mit einer praxisbezogenen Wissensvermittlung. Das Suchen nach kreativen Lösungen, kritisches Hinterfragen, kategoriales und vernetztes Denken, distanzierte Reflexion und Urteilsfähigkeit sind ebenso zu fördern wie Phantasie, Intensität der Beschäftigung und Leistungsbereitschaft.

Die Fachoberschule wird nach zentralen Prüfungen mit dem Erwerb der Fachhochschulreife abgeschlossen. Diese gewährleistet den Zugang zu Studiengängen der Fachhoch- und Hochschulen sowie Berufsakademien. Die an der Fachoberschule besuchte Fachrichtung ist dabei nicht bindend für die Studienrichtung. Darüber hinaus ist mit dem Erwerb des Bildungsabschlusses Fachhochschulreife nach zwei Schuljahren die Verkürzung der Dauer einer dualen Berufsausbildung um zwölf Monate möglich.

Bildungs- und Erziehungsziele

Die Fachoberschule bereitet junge Menschen darauf vor, selbstbestimmt zu leben, sich selbst zu verwirklichen und in sozialer Verantwortung zu handeln. Im Bildungs- und Erziehungsprozess der Fachoberschule sind

- der Erwerb intelligenten und anwendungsfähigen Wissens,
- die Entwicklung von Lern-, Methoden- und Sozialkompetenz und
- die Werteorientierung

in allen fachlichen und überfachlichen Zielen miteinander zu verknüpfen.

Die überfachlichen Ziele beschreiben darüber hinaus Intentionen, die auf die Persönlichkeitsentwicklung der Schüler gerichtet sind und in jedem Fach konkretisiert und umgesetzt werden müssen.

Eine besondere Bedeutung kommt der politischen Bildung als aktivem Beitrag zur Entwicklung der Mündigkeit junger Menschen und zur Stärkung der Zivilgesellschaft zu.

Als ein übergeordnetes Bildungs- und Erziehungsziel der Fachoberschule ist politische Bildung im Sächsischen Schulgesetz verankert und muss in allen Fächern angemessen Beachtung finden. Zudem ist sie integrativ, insbesondere in den überfachlichen Zielen *Werteorientierung*, *Bildung für nachhaltige Entwicklung*, *Reflexions- und Diskursfähigkeit* sowie *Verantwortungsbereitschaft* enthalten.

Folgende überfachlichen Ziele sind für die Fachoberschule formuliert:

Die Schüler erweitern systematisch ihr Wissen, das von ihnen in unterschiedlichen Zusammenhängen genutzt und zunehmend selbstständig angewendet werden kann. *[Wissen]*

Sie erweitern ihr Wissen über die Gültigkeitsbedingungen spezifischer Erkenntnismethoden und lernen, dass Erkenntnisse von den eingesetzten Methoden abhängig sind. Dabei entwickeln sie ein differenziertes Weltbild. *[Methodenbewusstsein]*

Die Schüler entwickeln die Fähigkeit weiter, Informationen zu gewinnen, einzuordnen und zu nutzen, um ihr Wissen zu erweitern, neu zu strukturieren und anzuwenden. Sie vertiefen ihre Fähigkeiten, moderne Informations- und Kommunikationstechnologien sicher, sachgerecht, situativ-zweckmäßig, verantwortungs- und gesundheitsbewusst zu nutzen. Sie nutzen deren Funktionsweisen zur kreativen Lösung von Problemen. *[informatische Bildung]*

Sie erweitern und vertiefen ihre Kenntnisse über Medien sowie deren Funktions-, Gestaltungs- und Wirkungsweisen. Traditionelle und digitale Medien nutzen sie selbstständig für das eigene Lernen. Sie analysieren mediengeprägte Probleme und stärken ihre medienkritische Reflexion. *[Medienbildung]*

Die Schüler eignen sich studienqualifizierende Denkweisen und Arbeitsmethoden an. Sie wenden selbstständig und zielorientiert Lernstrategien an, die selbstorganisiertes und selbstverantwortetes Lernen unterstützen und auf lebenslanges Lernen vorbereiten. *[Lernkompetenz]*

Sie erwerben weiterführendes fachrichtungsspezifisches Wissen, erkennen ökonomische Zusammenhänge und sind in der Lage, dieses bei der Lösung interdisziplinärer Problemstellungen anzuwenden. Sie vertiefen erworbene Problemlösestrategien und entwickeln das Vermögen weiter, zielgerichtet zu beobachten, zu beschreiben, zu analysieren, zu ordnen und zu synthetisieren. Sie sind zunehmend in der Lage, problembezogen deduktiv oder induktiv vorzugehen, Hypothesen zu bilden und zu überprüfen sowie gewonnene Erkenntnisse auf einen anderen Sachverhalt zu übertragen. Sie lernen in Alternativen zu denken, Phantasie und Kreativität weiterzuentwickeln und Lösungen auf ihre Machbarkeit zu überprüfen. *[Problemlösestrategien]*

Die Schüler entwickeln ihre Reflexions- und Diskursfähigkeit weiter, um ihr Leben selbstbestimmt und verantwortlich zu führen. Sie lernen, Positionen, Lösungen und Lösungswege kritisch zu hinterfragen. Sie erwerben die Fähigkeit, differenziert Stellung zu beziehen und die eigene Meinung sachgerecht zu begründen. Sie eignen sich die Fähigkeit an, komplexe Sachverhalte unter Verwendung der entsprechenden Fachsprache sowohl mündlich als auch schriftlich logisch strukturiert und schlüssig darzulegen. *[Reflexions- und Diskursfähigkeit]*

Sie entwickeln die Fähigkeit weiter, effizient mit Zeit und Ressourcen umzugehen, indem sie Arbeitsabläufe zweckmäßig planen, gestalten, reflektieren und selbstständig kontrollieren. Sie erwerben diagnostische Fähigkeiten und beherrschen geistige und manuelle Operationen. *[Arbeitsorganisation]*

Die Schüler vertiefen die Fähigkeit zu interdisziplinärem Arbeiten, bereiten sich auf den Umgang mit vielschichtigen und vielgestaltigen Problemen und Themen vor und lernen, diese mehrperspektivisch zu betrachten. *[Interdisziplinarität und Mehrperspektivität]*

Sie entwickeln ihre Kommunikations- und Teamfähigkeit weiter. Sie sind zunehmend in der Lage, sich auch in einer Fremdsprache adressaten-, situations- und wirkungsbezogen zu verständigen und erfahren, dass Kooperation für die Problemlösung zweckdienlich ist. *[Kommunikationsfähigkeit]*

Die Schüler entwickeln die Fähigkeit zu Empathie und Perspektivwechsel weiter und sind sensibilisiert, sich für die Rechte und Bedürfnisse anderer einzusetzen. Sie kennen verschiedene Weltanschauungen, erkennen unterschiedliche philosophische Hintergründe und setzen sich mit unter-

**Gestaltung des
Bildungs- und
Erziehungsprozesses**

schiedlichen Positionen und Wertvorstellungen auseinander, um sowohl eigene Positionen einzunehmen als auch anderen gegenüber Toleranz zu entwickeln. *[Empathie und Perspektivwechsel]*

Sie stärken ihre interkulturelle Kompetenz, um offen zu sein, sich mit anderen zu verständigen und angemessen handeln zu können. *[Interkulturalität]*

Die Schüler setzen sich, ausgehend von den eigenen Lebensweltbezügen, einschließlich ihrer Erfahrungen mit der Vielfalt und Einzigartigkeit der Natur, mit lokalen, regionalen und globalen Entwicklungen auseinander. Sie entwickeln ihre Fähigkeit weiter, Auswirkungen von Entscheidungen auf das Leben der Menschen, die Umwelt und die Wirtschaft zu bewerten.

Sie setzen sich bewusst für eine ökologisch, sozial und ökonomisch nachhaltige Entwicklung ein und wirken gestaltend daran mit. Dabei nutzen sie Partizipationsmöglichkeiten. *[Bildung für nachhaltige Entwicklung]*

Die Schüler entwickeln ihre eigenen Wertvorstellungen auf der Grundlage der freiheitlichen demokratischen Grundordnung weiter, indem sie Werte im schulischen Alltag erleben, kritisch reflektieren und diskutieren. Dazu gehören insbesondere Erfahrungen der Toleranz, der Akzeptanz, der Anerkennung und der Wertschätzung im Umgang mit Vielfalt sowie Respekt vor dem Leben, dem Menschen und vor zukünftigen Generationen. Sie entwickeln die Fähigkeit und Bereitschaft weiter, sich vor dem Hintergrund demokratischer Handlungsoptionen aktiv in die freiheitliche Demokratie einzubringen. *[Werteorientierung]*

Sie entwickeln eine persönliche Motivation für die Übernahme von Verantwortung in Schule und Gesellschaft. *[Verantwortungsbereitschaft]*

Die Unterrichtsgestaltung an der Fachoberschule erfordert eine zielgerichtete Weiterentwicklung der Lehr- und Lernkultur. Die Lernenden müssen vor dem Hintergrund unterschiedlicher Lebens- und Berufserfahrungen sowie Leistungsvoraussetzungen in ihrer Individualität angenommen werden. Durch unterschiedliche Formen der inneren Differenzierung wird fachliches und soziales Lernen besonders gefördert.

Der Unterricht an der Fachoberschule geht auch von der Selbsttätigkeit, den erweiterten Erfahrungen und dem zunehmenden Abstraktionsvermögen der Schüler aus. Durch eine gezielte Auswahl geeigneter Methoden und Verfahren der Unterrichtsführung ist diesem Anspruch Rechnung zu tragen. Die Schüler der Fachoberschule werden an der Unterrichtsgestaltung beteiligt und übernehmen für die zielgerichtete Planung und Realisierung von Lernprozessen Mitverantwortung.

Der Unterricht knüpft an die Erfahrungs- und Lebenswelt der Schüler an. Komplexe Themen und Probleme werden zum Unterrichtsgegenstand. Bei der Unterrichtsgestaltung sind Methoden, Strategien und Techniken der Wissensaneignung zu vermitteln und den Schülern in Anwendungssituationen bewusst zu machen. Dadurch sollen die Schüler lernen, ihren Lernweg selbstbestimmt zu gestalten, Lernerfolge zu erzielen und Lernprozesse und -ergebnisse selbstständig und kritisch einzuschätzen.

Dabei sind die Selbstständigkeit der Schüler fördernde Arbeitsformen zu suchen. Der systematische und zielgerichtete Einsatz von traditionellen und digitalen Medien fördert das selbstgesteuerte, problemorientierte und kooperative Lernen. Der Unterricht wird schülerzentriert gestaltet. Im Mittelpunkt steht die Förderung der Aktivität der jungen Erwachsenen bei der Gestaltung des Lernprozesses.

Der Unterricht an der Fachoberschule muss sich in großem Umfang um eine Sicht bemühen, die über das Einzelfach hinausgeht. Die Lebenswelt ist in ihrer Komplexität nur begrenzt aus der Perspektive des Einzelfaches zu erfassen. Fachübergreifendes und fächerverbindendes Lernen trägt dazu bei, andere Perspektiven einzunehmen, Bekanntes und Neues in Beziehung zu setzen und nach möglichen gemeinsamen Lösungen zu suchen.

Hierbei sind den Schülern die für ein Fachhoch- und Hochschulstudium oder Studium an einer Berufsakademie erforderlichen Lern- und Arbeitstechniken zu vermitteln. Ein vielfältiger Einsatz von traditionellen und digitalen Medien befähigt die Schüler, diese kritisch zu hinterfragen und für das selbstständige Lernen zu nutzen.

Anzustreben ist ein anregungs- und erfahrungsreiches Schulleben, das über den Unterricht hinaus vielfältige Angebote und die Pflege von Traditionen einschließt. Wesentliche Kriterien eines guten Schulklimas an der Fachoberschule als Teil eines Beruflichen Schulzentrums sind Transparenz der Entscheidungen, Gerechtigkeit und Toleranz sowie Achtung und Verlässlichkeit im Umgang aller an Schule Beteiligten. Wichtige Partner sind neben den Eltern und anderen Familienangehörigen auch Kirchen, Verbände, Vereine und Initiativen, die den schulischen Bildungs- und Erziehungsauftrag unterstützen, aktiv am Schulleben partizipieren sowie nach Möglichkeit Ressourcen und Kompetenzen zur Verfügung stellen sollen.

Die Schüler sollen dazu angeregt werden, sich über den Unterricht hinaus zu engagieren. Auf Grund der Eingliederung der Fachoberschule in ein Berufliches Schulzentrum bieten sich genügend Betätigungsfelder, die von der Arbeit in den Mitwirkungsgruppen bis hin zu kulturellen und gemeinschaftlichen Aufgaben reichen.

Die gezielte Nutzung der Kooperationsbeziehungen des Beruflichen Schulzentrums mit Betrieben und Einrichtungen sowie Fachhoch- und Hochschulen sowie Berufsakademien bietet die Möglichkeit, den Schülern der Fachoberschule einen Einblick in berufliche Tätigkeiten zu geben oder diesen zu vertiefen. Damit öffnet sich das Berufliche Schulzentrum stärker gegenüber seinem gesellschaftlichen Umfeld. Des Weiteren können besondere Lernorte entstehen, wenn Schüler nachbarschaftliche oder soziale Dienste leisten. Dadurch werden individuelles und soziales Engagement mit Verantwortung für sich selbst und für die Gemeinschaft verbunden. Dazu bietet der Fachpraktische Teil der Ausbildung im zweijährigen Bildungsgang der Fachoberschule ein besonderes Betätigungsfeld.

Schulinterne Evaluation, auch unter Einbeziehung der Schüler, muss zu einem selbstverständlichen Bestandteil der Lehr- und Lern- wie auch Arbeitskultur werden. Dadurch können Planungen bestätigt, modifiziert oder verworfen werden. Die Evaluation unterstützt die Kommunikation und die Partizipation der Betroffenen bei der Gestaltung von Schule und Unterricht.

Fächerverbindender Unterricht

Während fachübergreifendes Arbeiten durchgängiges Unterrichtsprinzip ist, setzt fächerverbindender Unterricht ein Thema voraus, das von einzelnen Fächern nicht oder nur teilweise erfasst werden kann.

Das Thema wird unter Anwendung von Fragestellungen und Verfahrensweisen verschiedener Fächer bearbeitet. Bezugspunkte für die Themenfindung sind Perspektiven und thematische Bereiche. Perspektiven beinhalten Grundfragen und Grundkonstanten des menschlichen Lebens:

Perspektiven

Raum und Zeit
Sprache und Denken
Individualität und Sozialität
Natur und Kultur

thematische Bereiche

Die thematischen Bereiche umfassen:

Verkehr	Arbeit
Medien	Beruf
Kommunikation	Gesundheit
Kunst	Umwelt
Verhältnis der Generationen	Wirtschaft
Gerechtigkeit	Technik
Eine Welt	

Politische Bildung, Medienbildung und Digitalisierung sowie Bildung für nachhaltige Entwicklung sind besonders geeignet für den fächerverbindenden Unterricht.

Konzeption

Jede Schule kann zur Realisierung des fächerverbindenden Unterrichts eine Konzeption entwickeln. Ausgangspunkt dafür können folgende Überlegungen sein:

1. Man geht von Vorstellungen zu einem Thema aus. Über die Einordnung in einen thematischen Bereich und eine Perspektive wird das konkrete Thema festgelegt.
2. Man geht von einem thematischen Bereich aus, ordnet ihn in eine Perspektive ein und leitet daraus das Thema ab.
3. Man entscheidet sich für eine Perspektive, wählt dann einen thematischen Bereich und kommt schließlich zum Thema.

Nach diesen Festlegungen werden Ziele, Inhalte und geeignete Organisationsformen bestimmt.

Bei einer Zusammenarbeit von fachrichtungsbezogenen und allgemeinbildenden Fächern ist eine Zuordnung zu einer Perspektive oder einem Themenbereich nicht zwingend erforderlich.

Lernen lernen

Die Entwicklung von Lernkompetenz zielt darauf, das Lernen zu lernen. Unter Lernkompetenz wird die Fähigkeit verstanden, selbstständig Lernvorgänge zu planen, zu strukturieren, durchzuführen, zu überwachen, ggf. zu korrigieren und abschließend auszuwerten. Zur Lernkompetenz gehören als motivationale Komponente das eigene Interesse am Lernen und die Fähigkeit, das eigene Lernen zu steuern.

Lernkompetenz

Im Mittelpunkt der Entwicklung von Lernkompetenz stehen Lernstrategien. Diese umfassen:

Strategien

- Basisstrategien, welche vorrangig dem Erwerb, dem Verstehen, der Festigung, der Überprüfung und dem Abruf von Wissen dienen
- Regulationsstrategien, die zur Selbstreflexion und Selbststeuerung hinsichtlich des eigenen Lernprozesses befähigen
- Stützstrategien, die ein gutes Lernklima sowie die Entwicklung von Motivation und Konzentration fördern

Um diese genannten Strategien einsetzen zu können, müssen die Schüler die an der Oberschule erworbenen konkreten Lern- und Arbeitstechniken selbstständig anwenden und ggf. deren Anzahl gezielt erweitern. Bei diesen Techniken handelt es sich um:

Techniken

- Techniken der Beschaffung, Überprüfung, Verarbeitung und Aufbereitung von Informationen (z. B. Lese-, Schreib-, Mnemo-, Recherche-, Strukturierungs-, Visualisierungs- und Präsentationstechniken)
- Techniken der Arbeits-, Zeit- und Lernregulation (z. B. Arbeitsplatzgestaltung, Hausaufgabenmanagement, Arbeits- und Prüfungsvorbereitung, Selbstkontrolle)
- Motivations- und Konzentrationstechniken (z. B. Selbstmotivation, Entspannung, Prüfung und Stärkung des Konzentrationsvermögens)
- Kooperations- und Kommunikationstechniken (z. B. Gesprächstechniken, Arbeit in verschiedenen Sozialformen)

Ziel der Entwicklung von Lernkompetenz ist es, dass Schüler ihre eigenen Lernvoraussetzungen realistisch einschätzen können und in der Lage sind, individuell geeignete Techniken und Medien situationsgerecht zu nutzen und für das selbstbestimmte Lernen einzusetzen.

Ziel

Für eine nachhaltige Wirksamkeit muss der Lernprozess selbst zum Unterrichtsgegenstand werden. Gebunden an Fachinhalte sollte ein Teil der Unterrichtszeit dem Lernen des Lernens gewidmet sein. Die Lehrpläne bieten dazu Ansatzpunkte und Anregungen.

Verbindlichkeit

Teil Fachlehrplan Sport

Ziele und Aufgaben des Faches Sport

Beitrag zur allgemeinen Bildung

Der Sportunterricht ist ein eigenständiger und nicht austauschbarer Bestandteil der schulischen Bildung und Erziehung. Als Bewegungsfach liegt seine besondere Bedeutung in seiner kompensatorischen Funktion gegenüber den übrigen Fächern. Er leistet in seinen motorischen, kognitiven und sozialen Lerngebieten einen unverzichtbaren Beitrag zur ganzheitlichen Entwicklung der Schüler.

In Orientierung an den Lernvoraussetzungen und -interessen der Schüler trägt das Fach Sport zur Festigung der sportlichen und motorischen Handlungskompetenz bei. Das Fach hilft den Schülern, aus der Vielfalt sportlicher Angebote individuell geeignete auszuwählen und diese in der Freizeit auszuüben. Durch das Wecken und Erhalten von Freude an sportlicher Betätigung motiviert das Fach zu gesundheitsbewusstem Sporttreiben.

Durch die Übernahme von Regeln und Normen sowie durch den fairen Umgang mit Konkurrenz und Wettbewerb können die Schüler im Fach Sport ihre Kommunikations- und Teamfähigkeit erweitern. Eine systematische Auseinandersetzung mit Unterschieden sowie das Nutzen von Strategien der Konfliktbewältigung tragen zur Vertiefung der Sozialkompetenz und zur Förderung gegenseitiger Akzeptanz bei. Das Fach Sport bietet zudem besondere Potenzen für eine Steigerung des Selbstwertgefühls sowie für die Herausbildung studienqualifizierender Kompetenzen wie Verantwortungsbewusstsein, Leistungsbereitschaft und Kooperationsfähigkeit.

Durch die Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen, politischen, rechtlichen und ökonomischen Sachverhalten fördert das Fach Sport das Interesse der Schüler für Politik und schafft bei ihnen ein Bewusstsein für lokale, regionale und globale Herausforderungen ihrer Zeit. Lösungsansätze müssen eine nachhaltige Entwicklung ermöglichen und damit zu zukunftsfähigem Denken und Handeln anregen. Hierbei kommt der Bildung für nachhaltige Entwicklung eine Schlüsselrolle zu.

allgemeine fachliche Ziele

Abgeleitet aus dem Beitrag des Faches zur allgemeinen Bildung werden folgende allgemeine fachliche Ziele formuliert:

- sich körperlich-sportlich betätigen,
- Aneignen sportartspezifischer Kenntnisse,
- Entwickeln von Selbstständigkeit.

Strukturierung

Der Lehrplan gliedert sich in zwei Teilbereiche. Der sportartenorientierte Bereich bildet den Schwerpunkt des Unterrichts. Aus ihm sind jeweils eine Individual-, eine Mannschafts- und eine Freizeitsportart zu wählen. Die Auswahl der Sportarten erfolgt unter Berücksichtigung der sportlichen Neigungen und Interessen der Schüler sowie unter Einbeziehung schulspezifischer Gegebenheiten durch den Sportlehrer.

Der Lernbereich Gesundheit und Fitness, abgeleitet aus aktuellen gesellschaftlichen Erfordernissen, leistet einen Beitrag zur Gesundheitserziehung im Unterricht als fachübergreifendes Ziel. Die Ziele und Inhalte dieses Lernbereiches können auch integrativ mit dem sportartenorientierten Lernbereich verbunden werden. Übergeordnete Zielstellung ist der Transfereffekt für Alltagsaktivitäten.

Innerhalb der Lernbereiche werden verbindliche Lernziele und -inhalte ausgewiesen. Im Sinne der Vergleichbarkeit von Lernprozessen erfolgt die Beschreibung der Lernziele unter Verwendung einheitlicher Begriffe, die die didaktischen Schwerpunktsetzungen für die unterrichtliche Erarbeitung der Lerninhalte verdeutlichen:

sportspezifische Untersetzung der Lernziele

Begriffe	Beschreibung der Lernziele
Erkunden/Üben	Neues kennen lernen und Bekanntes, aber nicht Ge- kanntes aneignen bzw. Bekanntes ausprägen
Verbessern	Steigerung des Ausprägungsniveaus sportmotorischer Leistungsvoraussetzungen
Festigen	Vervollkommen der Lern- und Leistungsvoraus- setzungen für das Ausprägen einer sportlichen Fertig- keit und damit weitere Steigerung der Aus- führungsqualität
Anwenden*	Kenntnisse und Erfahrungen zu Sachverhalten und Zusammenhängen, im Umgang mit Lern- und Arbeits- techniken oder Fachmethoden durch Abstraktion und Transfer in unbekannten Kontexten verwenden * motorische und taktische Fähigkeiten und sport- technische Fertigkeiten variieren und in komple- xen Situationen einsetzen
Gestalten*/ Problemlösen	Handlungen/Aufgaben auf der Grundlage von Wissen zu komplexen Sachverhalten und Zusammenhängen, Lern- und Arbeitstechniken, geeigneten Fachmethoden sowie begründeten Sach- und/oder Werturteilen selbstständig planen, durchführen, kontrollieren sowie zu neuen Deutungen und Folgerungen gelangen * kreatives Entwickeln von Bewegungsabläufen und Körperdarstellung

Aus den allgemeinen Zielen und der Strukturierung des Faches Sport ergeben sich folgende Grundsätze für die Gestaltung des Lehrens und Lernens:

didaktische Grund- sätze

- Schüler- und Handlungsorientierung bei der Unterrichtsgestaltung,
- Formen der Differenzierung nutzen: Förderung von sportlich talentierten Schülern, besondere Aufmerksamkeit für sportschwächere Schüler, Berücksichtigung der großen Differenzen zwischen kalendarischer und bio-
tischer Altersposition,
- Wechsel der Sozialformen und Methoden sowie Nutzung außerschulischer Lernorte,
- Anwendung und zielgerichteter Einsatz von digitalen Medien bei der Informationsbeschaffung, Analyse, Auswertung und Beurteilung im sportlichen Lernprozess,
- im Prozess dem Bewegungskönnen angemessene Ziele setzen und für alle Schüler Erfolgserlebnisse sichern,
- Vielfalt der Körperübungen sichern und Motivation mit dem Reiz des Neuen, Anderen schaffen, das Empfinden von Monotonie zu vermeiden,
- im Prozess der konditionellen Schulung die Grundlagen- und Kraftausdauerfähigkeit mit ihren Potenzen für die Gesundheitsförderung und -erziehung favorisieren,
- Kenntnisse bei zunehmenden Anforderungen übungsbegleitend vermitteln und sie in höheren Klassenstufen auf die berufliche Orientierung und ein selbstständiges Sporttreiben ausrichten,
- durch die Verbindung von bewusstem Üben, rationeller Unterrichtsorganisation, hoher Bewegungsintensität und angemessener Belastung den Unterricht gestalten,

- zu Fairness und gegenseitiger Hilfe erziehen, Unterschiede als Potenzen für soziales und demokratisches Lernen bewusst nutzen,
- Kommunikationsprozesse zur Überwindung von soziokulturellen und interessenbestimmten Barrieren gestalten,
- Sportunterricht in Abhängigkeit vom Lernbereich möglichst im Freien durchführen,
- für das Tragen funktionaler Sportkleidung sowie für das Einhalten der Vorschriften zur Unfallverhütung ist zu sorgen,
- Beziehungen zwischen Sportunterricht, außerunterrichtlichem und außerschulischem Sport fördern, ein sportliches Klima an der Schule entwickeln.

Erfordern unterrichtliche Situationen eine kontroverse Auseinandersetzung mit politischen Inhalten, so sind Arbeitsmethoden der politischen Bildung gezielt und angemessen einzusetzen.

Bildung für nachhaltige Entwicklung erfordert das kritische Reflektieren der eigenen Position und des eigenen Handelns. Dabei eignen sich insbesondere die didaktischen Prinzipien der Visionsorientierung, des Vernetzenden Lernens sowie der Partizipation. Vernetztes Denken bedeutet hier die Verbindung von Gegenwart und Zukunft einerseits und ökologischen, ökonomischen und sozialen Dimensionen des eigenen Handelns andererseits.

Übersicht über die Lernbereiche und Zeitrichtwerte

		Zeitrichtwerte
Lernbereich:	Individualsportarten Turnen Gymnastik/Aerobic/Tanz Judo Leichtathletik Ringen Schwimmen	14 Ustd.
Lernbereich:	Mannschaftssportarten Basketball Fußball Handball Volleyball	14 Ustd.
Lernbereich:	Freizeitsportarten Badminton Eislaufen* Hockey* Inlineskating* Kegeln/Bowling Klettern* Orientierungslauf Radsport* Schneesport* Tennis Tischtennis Floorball Wasserfahrsport*	12 Ustd.
Weitere Sportarten können beim zuständigen Standort des Landesamtes für Schule und Bildung beantragt werden.		
Lernbereich:	Gesundheit und allgemeine Fitness allgemeines gesundheitsorientiertes Herz-Kreislauf-Training allgemeines gesundheitsorientiertes Muskeltraining alltagsbezogene Rückenschule und Entspannung	10 Ustd.

* Die gekennzeichneten Sportarten sind im Lehrplan nicht untersetzt. Diese Sportarten erfordern eine gesonderte Qualifikation und sind von entsprechend ausgebildeten Sportlehrern zu unterrichten.

Klassenstufe 12**Ziele****Sich körperlich-sportlich betätigen**

Die Schüler steigern ihre physische, motorische und sensorische Leistungsfähigkeit. Sie steigern so ihr ganzheitliches Wohlbefinden und erweitern ihr Gesundheitsbewusstsein. Die körperlich-sportliche Betätigung im Sportunterricht wirkt dabei der Bewegungsarmut entgegen, schult die motorischen Fähigkeiten und trägt zu einer gesunden Körperhaltung bei.

Aneignen sportartspezifischer Kenntnisse

Die Schüler erweitern und vertiefen ihre sportfachlichen Kenntnisse. Sie können ihre körperlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten realistischer einschätzen.

Entwickeln von Selbstständigkeit

Die Schüler sind zunehmend in der Lage, Übungsprozesse mitzugestalten und selbstständig zu organisieren.

Lernbereich: Individualsportarten**14 Ustd.****Turnen**

Kennen von Grundbegriffen der Fachsprache (Geräte- und Übungsbezeichnungen) Verbessern von turnerischen Bewegungsabläufen an verschiedenen Geräten - Übungsverbindungen an mindestens zwei Geräten - akrobatische Übungen - freies Turnen Anwenden von Sicherheitsstellung und Hilfeleistung	gegenseitiges Korrigieren, Bewegungsbeschreibung Wahlmöglichkeiten schaffen: Boden, Sprung, Reck, Barren, Stufenbarren, Balken Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung Differenzierung durch Variation unter Berücksichtigung der individuellen Leistungsvoraussetzungen (Höhe und Art des Gerätes, verschiedene Ausgangs- und Endstellungen, verschiedene Absprunghilfen) Übungsunterstützung durch Musik Partnerakrobatik und Pyramidenbau Ausprägung von Verantwortungsbewusstsein, zunehmend selbständig Helfen und Sichern ⇒ Verantwortungsbereitschaft
---	--

Gymnastik/Aerobic/Tanz

Kennen von Technikleitbildern - Schritt-Technik - Körperhaltung Erkunden/Üben von Aerobic, Stepp-Aerobic, Thai Bo, Workout- und Entspannungsprogrammen	⇒ Methodenbewusstsein Auswahl erfolgt nach Eignung Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung
---	---

Festigen von - Übungen mit und ohne Handgerät - tänzerischen Grundformen und einfachen Tänzen	Übungsunterstützung durch Musik, Verbinden von Elementen zu Übungsfolgen → MU, LB 1 Jazztanz, Modern Dance, kreativer Tanz, Volkstanz, Breakdance, aktuelle Power Trends ⇒ Interdisziplinarität und Mehrperspektivität
--	---

Judo

Kennen einfacher Wettkampfregeln und wesentlicher Aspekte der Kampfrichtertätigkeit Verbessern von - Fallübungen - Wurftechniken im Stand - Haltetechniken	Grundbegriffe der Fachsprache, Punktwertung ⇒ Kommunikationsfähigkeit alle Techniken rechts und/oder links und aus verschiedenen Bewegungsvorgaben Prinzipien und Wirkungsweise vermitteln Entwicklung von Verantwortungsbewusstsein und gegenseitige Hilfeleistung Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung ⇒ Empathie und Perspektivwechsel
Anwenden von - Taktikausbildung - erlaubter Techniken im Stand und am Boden - Verteidigungsformen im Stand - Übergang Stand/Boden - Wurfkombinationen - Übungskampf - Selbstverteidigung Sich positionieren zu Selbstverteidigung in Notwehrsituationen und zu rechtswidrigem Verhalten	Angriffs- und Verteidigungssituationen starre und bewegliche Verteidigung Notwehrsituationen erkennen, bewusst reagieren ⇒ Verantwortungsbereitschaft

Leichtathletik

Kennen körperlicher Leistungsvoraussetzungen Kennen von Technikleitbildern und von wesentlichen Aspekten der Kampfrichtertätigkeit Festigen leichtathletikspezifischer Techniken	Energiegewinnung im menschlichen Körper Wirkung von Kräften bei Würfen und Sprüngen Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung Einsatz von Apps zur Zeitmessung und Technikkorrektur ⇒ Methodenbewusstsein ⇒ Medienbildung
- Laufen · Schnelligkeit · Ausdauer	Startübungen: Sprints über verschiedene Distanzen eventuell auch Geländelauf

- Werfen/Stoßen · Weitwurf/-stoß · Zielwurf/-stoß - Springen · Weitspringen · Hochspringen	Sicherheit beachten Einsatz von Spielformen
---	---

Ringen

Kennen von Regeln und wesentlichen Aspekten der Kampfpraxis Verbessern von ringerspezifischen Kampftechniken - Kampfstellungen und grundlegende Bewegungen im Stand - Fassarten - Brückentraining - Kampfübungen am Boden - Wurftechniken Anwenden von Taktik und Kampffähigkeit im Ringen - Taktikausbildung - miteinander kämpfen - paarweises Üben und Wettfeiern	Einsatz von Wettkampf-/Turniervideos Punktbewertung ⇒ Kommunikationsfähigkeit ⇒ Medienbildung ⇒ Methodenbewusstsein Handgelenkfassung, Oberarm-Nackenfassung, Doppelfassen eines Armes, Fassen des Knöchels Überlastung der Halswirbelsäule vermeiden Bankstellung, Wälzen, Rollen ⇒ Verantwortungsbereitschaft Einteilung der Kampfzeit, Kampf nach verschiedenen Zeitvorgaben adäquate Kampfpartnerinnen und -partner Kniestand oder Stand Wechsel der Kampfab sicht (Angriff, Verteidigung)
---	--

Schwimmen

Kennen von - Technikleitbildern der Schwimmstile, des Tauchens und des Springens - Gesundheitsaspekten des Schwimmens Beherrschen von Elementen des Rettungsschwimmens - Rettungsgriffe - Transportgriffe - Befreiungsgriffe	Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung Beachtung von Hallen-, Schwimm- und Baderegeln und Hygienevorschriften Selbst-/Fremdrettung, Erste-Hilfe-Maßnahmen ⇒ Verantwortungsbereitschaft
---	--

Festigen von Schwimmtechniken	
- Erhöhung der Wassersicherheit	
- ausgewählte Schwimmmarten	
- Start- und Wendetechniken	
- Atemtechniken	
- Tauchen · Zieltauchen · Streckentauchen	⇒ Methodenbewusstsein
- Freisprünge	Sicherheit beachten
Gestalten der Schwimmtechnik in Abhängigkeit von Geschwindigkeit und Strecke	

Lernbereich: Mannschaftssportarten

14 Ustd.

Basketball

Kennen von - Regeln - Fachbegriffen Verbessern basketballspezifischer Techniken - Ballgewöhnungsübungen - Zwei-Kontakt-Rhythmus - Dribbling, Stoppen, Sprungstopp, Sternschritt - Passen und Fangen - Korbleger - Korb-/Sprungwurf - Rebound - Finten Anwenden von Taktik und Spielfähigkeit - Abwehrverhalten - Angriffsverhalten - Schnellangriff (Fast Break) - Streetball - Schiedsrichtertätigkeit	⇒ Kommunikationsfähigkeit Zählweise Differenzierung zum Streetball Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung ⇒ Methodenbewusstsein links, rechts, im Stand, in der Bewegung, unter Bedrängnis im Stand, in der Bewegung, unter Bedrängnis, direkt, indirekt Nah-, Mittel-, Weitdistanz Fairness ⇒ Empathie und Perspektivwechsel Mann-, Raumdeckung (1-2-2-Zone, 2-1-2-Zone, 2-3-Zone) Sperren, Blocken ⇒ Verantwortungsbereitschaft
--	--

Fußball

Kennen von Regeln und wesentlichen Aspekten der Schiedsrichtertätigkeit	Rolle der Zuschauerinnen und Zuschauer, Differenzierung zum Kleinfeldfußball ⇒ Kommunikationsfähigkeit ⇒ Verantwortungsbereitschaft
Verbessern fußballspezifischer Techniken	Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung ⇒ Methodenbewusstsein
- Ballgewöhnungsübungen - Ballannahme und -mitnahme - Ballführung (Dribbling) - Pässe - Torschüsse - Finten - Kopfball - Torwertschulung	links, rechts
Anwenden von Taktik und Spielfähigkeit	Spannstöße
- Überzahlspiel 3 : 1 ... 4 : 2 - Angriffsverhalten - Verteidigungsverhalten - Spiel mit und ohne Tor	Fairness ⇒ Empathie und Perspektivwechsel Kleinfeldfußball und Spiel auf dem großen Feld Mann-, Raumdeckung

Handball

Kennen von Regeln und wesentlichen Aspekten der Schiedsrichtertätigkeit	⇒ Kommunikationsfähigkeit ⇒ Verantwortungsbereitschaft
Verbessern handballspezifischer Techniken	Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung ⇒ Methodenbewusstsein
- Ballannahme und Passen - Ballführung - Wurfarten - Finten - Sperren - Torwertschulung	Schrittregel Schlag- und Sprungwurf mit und ohne Stemm-schritt
Anwenden von Taktik und Spielfähigkeit	Fairness ⇒ Empathie und Perspektivwechsel
- Angriffsverhalten - Abwehrverhalten - Kleinfeldspiel mit geringerer Spielerzahl - wettkampforientiertes Spiel	Über- und Unterzahlspiel, mann- oder ballbezogene Spielweise

Volleyball

Kennen von Regeln und wesentlichen Aspekten der Schiedsrichtertätigkeit	Zählweise, Differenzierung zum Beachvolleyball ⇒ Kommunikationsfähigkeit ⇒ Verantwortungsbereitschaft
Verbessern volleyballspezifischer Techniken	Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung ⇒ Methodenbewusstsein
- Zuspielformen	oberes und unteres Zuspiel mit und ohne Richtungswechsel; Zuspiel mit Nachlaufen; Spielflussübungen
- Aufgabeformen	obere und untere Aufgaben mit und ohne Effekt
- Ballannahmeformen	
- Angreifen	hohe und flache Pässe, Schlagtechnik; Schrittechnik
- Blocken	
Anwenden von Taktik und Spielfähigkeit	Fairness ⇒ Empathie und Perspektivwechsel
- Aufstellungsformen	5er-, 4er-, 3er-, 2er-Riegel
- Spielkomplexe 1 und 2	
- Minivolleyball	verschiedene Spielformen; Einerturnier; Zweierturnier; 1./2./3. Liga
- wettkampfgerechtes Spiel	Hallen- bzw. Beachvolleyball

Lernbereich: Freizeitsportarten**12 Ustd.****Badminton**

Einblick gewinnen in die Turniertätigkeit	Spieltourniersysteme
Kennen von Regeln und wesentlichen Aspekten der Schiedsrichtertätigkeit	Materialkenntnisse, Zählweise ⇒ Verantwortungsbereitschaft ⇒ Medienbildung
Verbessern badmintonspezifischer Techniken	Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung ⇒ Methodenbewusstsein
- Ballgewöhnungsübungen	
- Schlägerhaltung	
- Aufschlagtechniken	
- Schlagtechniken	verschiedene Flugbahnen
- Spiel am Netz	
- spezifischer Lauftechniken	Sternlauf, Linienlauf
Anwenden von Taktik und Spielfähigkeit	Fairness ⇒ Empathie und Perspektivwechsel
- Einzelspiel	Spielen auf dem halben Spielfeld, Spielformen (Chinesisch, Kaiserspiel)
- Doppelspiel	Verteidigungs-/Angriffsstellung

Kegeln/Bowling

Kennen von Regeln und wesentlichen Aspekten der Turniertätigkeit Rolle des Gesundheitsaspektes bei Beachtung korrekter Körperhaltung Verbessern spezifischer Techniken - Hand- und Kugelhaltung - Anlaufübungen - Wurfübungen	Zählweise, Strike, Spare (Bowling) ⇒ Medienbildung Unfallvermeidung Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung ⇒ Methodenbewusstsein Gasse, Wurf in die Vollen, Abräumer
--	--

Orientierungslauf

Kennen der Rolle des Gesundheitsaspektes und der Bedeutung des Naturraumes Erkunden/Üben des Umgangs mit Karte und Kompass Anwenden von unterschiedlichen Lauftechniken - Wandern - Laufformen - Hindernislauf Anwenden von Orientierungsfähigkeit - Orientierung im Gelände - Orientierung mit Karte und Kompass	Stoffwechsel, Herz-Kreislaufsystem Naturempfinden und Schutz der Umwelt ⇒ Bildung für nachhaltige Entwicklung Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ➔ OS GEO, Kl. 10, LB 1 ⇒ Methodenbewusstsein ⇒ Medienbildung Beachtung der speziellen Fürsorge- und Aufsichtspflicht ⇒ Verantwortungsbereitschaft Turnhalle, Schulgelände, freies Gelände ➔ OS GEO, Kl. 10, LB 1
--	---

Tennis

Kennen von Regeln sowie wesentlichen Aspekten der Schiedsrichtertätigkeit und Turniertätigkeit Verbessern tennisspezifischer Techniken - Ballgewöhnungsübungen - Grifftechniken - Schlagtechniken - Beinarbeit	Zählweise, Spielturniersystem ⇒ Kommunikationsfähigkeit ⇒ Verantwortungsbereitschaft Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung ⇒ Methodenbewusstsein Universal-, Vorhand-, Rückhandgriff Aufschlag: Pendelschwungübungen mit Schuh am Schläger Vorhand-, Rückhandspiel
---	---

Anwenden von Taktik und Spielfähigkeit	Fairness
- freies Spiel paarweise	⇒ Empathie und Perspektivwechsel
- Einzel-/Doppelspiel	Angriff, Verteidigung

Tischtennis

Kennen von Regeln sowie wesentlichen Aspekten der Schiedsrichtertätigkeit und Turniertätigkeit	Zählweise, Spielturniersystem
	⇒ Kommunikationsfähigkeit
	⇒ Verantwortungsbereitschaft
Verbessern tischtennisspezifischer Techniken	Einsatz von traditionellen und digitalen Medien
	⇒ Medienbildung
	⇒ Methodenbewusstsein
- Ballgewöhnungsübungen	
- Grifftechniken	
- Schlagtechniken	
- Beinarbeit	
Anwenden von Taktik und Spielfähigkeit	Fairness
	⇒ Empathie und Perspektivwechsel
- Einzelspiel	Spielen auf dem halben Feld, Spielformen (Chinesisch, Englisch), verschiedene Aufschlagarten, Verteidigungs- und Angriffsstellung
- Doppelspiel	

Floorball

Kennen von Regeln sowie wesentlichen Aspekten der Schiedsrichter- und Turniertätigkeit	⇒ Kommunikationsfähigkeit
	⇒ Verantwortungsbereitschaft
Verbessern spezifischer Techniken	Einsatz von traditionellen und digitalen Medien
	⇒ Medienbildung
	⇒ Methodenbewusstsein
- Ball- und Stockgewöhnungsübungen	auf Beidseitigkeit achten
- Ballführung	Vorhand-, Rückhandseitführen
- Ballabgabe, -annahme	Passen und Annahme des Balles im Stand, in der Bewegung, unter Bedrängnis
- Schusstechniken	Schlag-, Schlenzschuss, Lupfen
- Finten	
Anwenden von Taktik und Spielfähigkeit	Fairness
	⇒ Empathie und Perspektivwechsel
- Übungsformen	Übungskomplexe, kleine Spielformen
- Spielformen	kleineres Spielfeld, Überzahlspiel
- Grundprinzipien des Abwehr- und Angriffsverhaltens	Forchecking, kombinierte Mann-, Raumdeckung, Spiel ohne Torwartin bzw. Torwart
- Standardsituationen	Pressbully, Freischlag, Einschlag, Strafstoß (Penalty), Spielerwechsel

Allgemeines gesundheitsorientiertes Herz-Kreislauftraining

Einblick gewinnen in trainingsspezifische Ernährungsgrundsätze	⇒ Interdisziplinarität und Mehrperspektivität
Sich positionieren zu trainingsunterstützenden Mitteln	Bewusstmachen von Gefahren beim Doping Debatte, Pro- und Kontra-Diskussion
Kennen von	⇒ Werteorientierung
- Grundlagen des Herz-Kreislauftrainings	⇒ Reflexions- und Diskursfähigkeit Zusammenarbeit mit BIO ⇒ Medienbildung Energiestoffwechsel, Muskelfasertypen, Ruhe- und Belastungsherzfrequenz, Pulsmessung Einsatz von Apps zur Pulsmessung ⇒ Medienbildung ⇒ Bildung für nachhaltige Entwicklung
- physiologischen Grundlagen	Belastung und Erholung
· Belastungskennwerte	
· anaerobe und aerobe Belastung	
- gesundheitsfördernden Aspekten des Herz-Kreislauftrainings	Stressbewältigung und Entspannung
· Vorbeugung koronarer Erkrankungen	
· Fettverbrennung	
· Förderung des allgemeinen Wohlbefindens	⇒ Bildung für nachhaltige Entwicklung
- Dehnungsformen und deren Bedeutung	
Anwenden der sportmotorischen Leistungsvoraussetzungen	Variation der Belastung nach Umfang und Intensität (Grundlagen- oder Spezialausdauer) auch in Spielformen
- Ausdauerfähigkeit	
· Widerstandsfähigkeit gegen Ermüdung	→ LB Gesundheit und allgemeine Fitness: alltagsbezogene Rückenschule und Entspannung
· Fähigkeit der schnelleren Erholung	vorwiegend übungsbegleitende Ausprägung
- verschiedene Dehnungsmethoden zur Verbesserung und Erhaltung der Beweglichkeit	Einsatz je nach Trainingsziel
- koordinativer Fähigkeiten	Level-Lauf, Medizinball-Tragetest
- Ausdauerübungsformen	
Kennen des Aufbaus einer Trainingseinheit und einer langfristigen Trainingsplanung	

Allgemeines gesundheitsorientiertes Muskeltraining

Einblick gewinnen in die Grundlagen des Muskeltrainings - physiologische Grundlagen - Belastungskennwerte - Belastungsformen, Kräftigungsformen - Aufbau einer Trainingseinheit - langfristige Trainingsplanung Kennen von gesundheitsfördernden Aspekten des Muskeltrainings	⇒ Interdisziplinarität und Mehrperspektivität Zusammenarbeit mit BIO
Kennen der Bedeutung von Dehnungsformen Kennen von trainingsspezifischen Ernährungsgrundsätzen Wirkung von Nahrungsmitteln auf die Kraftfähigkeit Sich positionieren zur Wirkung von trainingsunterstützenden Mitteln	Ausprägung eines gesunden Stütz- und Bewegungsapparates zur Verkürzung neigende Muskelgruppen kennen zur Abschwächung neigende Muskelgruppen kennen Einsatz von traditionellen und digitalen Medien ⇒ Medienbildung
Verbessern der sportmotorischen Leistungsvoraussetzungen - Abbau muskulärer Dysbalancen · funktionelle Kräftigung · funktionelle Dehnung - Erhaltung und Optimierung der Muskelkraft Schulung der Kraftausdauer - Erhaltung und Optimierung der Beweglichkeit durch verschiedene Dehnungsmethoden Anwenden koordinativer Fähigkeiten	⇒ Medienbildung Zusammenarbeit mit BIO Bewusstmachen von Gefahren beim Doping Debatte, Pro- und Kontra-Diskussion ⇒ Werteorientierung ⇒ Reflexions- und Diskursfähigkeit
	funktionelles Üben unter Einbeziehung verschiedener Geräte und Methoden Theraband, Pezziball besondere Beachtung der zur Verkürzung und Abschwächung neigenden Muskelgruppen ⇒ Methodenbewusstsein Methodenvielfalt anstreben ⇒ Methodenbewusstsein
	➔ LB Gesundheit und allgemeine Fitness: alltagsbezogene Rückenschule und Entspannung vorwiegend übungsbegleitende Anwendung ⇒ Methodenbewusstsein

