

BORG Mittersill

Schulautonomer Lehrplan für den Wahlpflichtgegenstand Theorie in Sport und Bewegungskultur (WPG SpOK)

Vorgesehenes **Inkrafttreten**:
ab dem Schuljahr 2005/ 06 aufsteigend.

Stundenausmaß: 3- jährig (6. bis 8. Klasse)
jeweils 2- stündig,

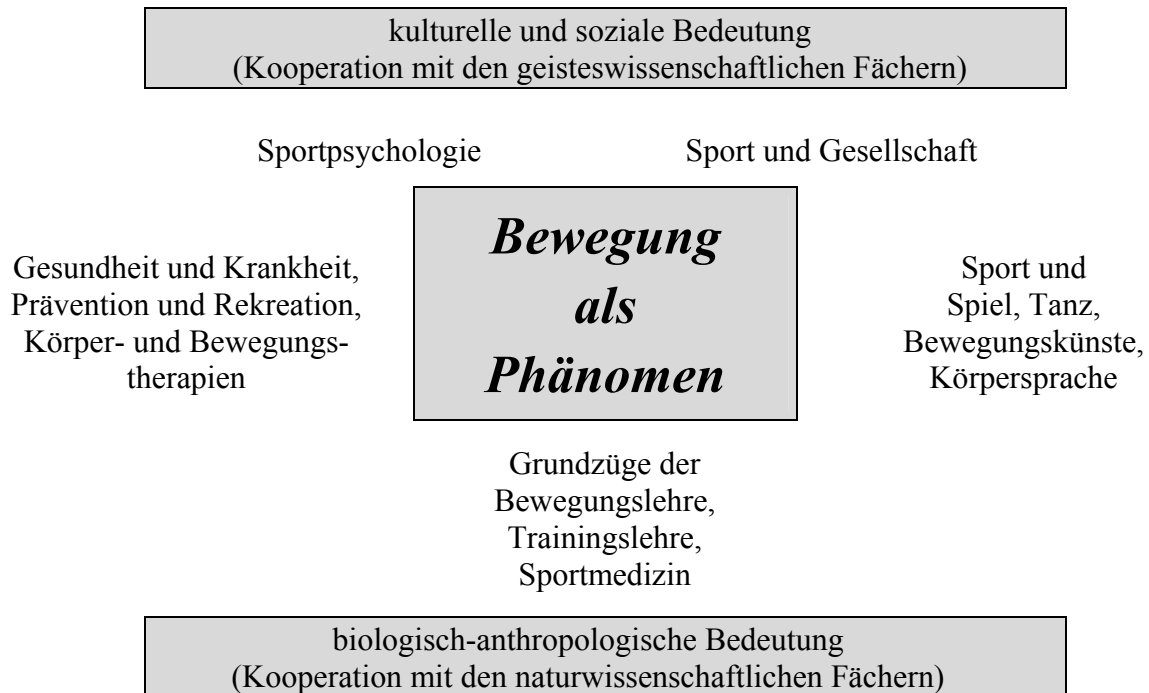
Auswirkungen auf die Reifeprüfung (nach der derzeit gültigen VO Reifeprüfung):

- Wählbar als Vorprüfung in Form einer Fachbereichsarbeit (§7(1)VO)
- Wählbar bei der mündlichen Prüfung als eigenständiges Fach der Gegenstandsgruppe C (§18(1)VO)
- Wählbar im Rahmen der mündlichen Schwerpunktprüfung (§20(1)VO) in sinnvoller Fächerkombination als fächerübergreifende Frage (Pkt 1 VO) oder als ergänzende Frage (Pkt 3a VO) in sinnvoller Verbindung zu einem Prüfungsgebiet.

Bildungs- und Lehraufgabe:

Die SchülerInnen sollen auf der Basis bewegungswissenschaftlicher Erkenntnisse Phänomene der menschlichen Bewegung im Spannungsfeld ihrer kulturellen und sozialen Bedeutung einerseits und ihrer biologisch-anthropologischen Bedeutung andererseits erfassen, deuten und erleben können. Dabei soll es zur Förderung individueller kreativer Potentiale und grundlegender Verhaltensweisen in ethischer, ökologischer, gesundheitlicher und wirtschaftlicher Sicht kommen.

Beziehung der Teilbereiche im Überblick:



Didaktische Grundsätze:

Je nach Begabung und Interesse der SchülerInnen sind prozessorientierte, fächerübergreifende Formen des Unterrichts, ausgerichtet nach dem jeweiligen Themenbereich zu wählen.

In den ausgewählten Bereichen ist weitgehend problemorientiert vorzugehen. Vorformen wissenschaftlichen Arbeitens, auch eng verbunden mit Bewegungshandlungen sollen den Theorie-Praxisbezug verdeutlichen.

Bei der Gestaltung der Lerninhalte ist die gemeinsame Diskussion und Planung zur Verfeinerung der Lernziele und Lerninhalte als grundlegende Arbeitsweise vorzusehen.

Dabei sind die Lebenswirklichkeit der Schülerinnen und Schüler, ihr Vorwissen sowie ihre Erfahrungen und Interessen zu berücksichtigen.

Durch aktives Auseinandersetzen mit hergebrachten (Bücher, Zeitschriften) und modernen Medien (Internet, multimediale Lern- Software, e- Learning) ist dem Aufbau von Medienkompetenzen Rechnung zu tragen.

Eine Verknüpfung mit entsprechender Präsentations- und Kommunikationskompetenz ist anzustreben.

Lehrstoff für 6. bis 8. Klasse:

In **fünf Teilbereiche** gegliedert. Die Aufteilung auf die Jahrgangsstufen ist jeweils durch Klammervermerk (6), (7), (8) verdeutlicht. Aus besonderen Anlässen können Verschiebungen in eine andere Stufe stattfinden (Beispiel: Aktualität Olympische Spiele).

1) Grundzüge der Bewegungslehre, Biomechanik, Trainingslehre, Sportmedizin

Bereich	Lernziele	Lerninhalte
Grundzüge der Bewegungslehre	Grundkenntnisse über motorische, konditionelle und koordinative Fähigkeiten und Fertigkeiten erwerben	<ul style="list-style-type: none"> • Sportartspezifische Bedeutung der Fertigkeiten und Fähigkeiten (6) • Grundlagen der Funktionsgymnastik (6-7)
	Grundlagen des Bewegungslernens erfassen	<ul style="list-style-type: none"> • Motorisches Lernen- Aufbau der Bewegungskoordination (6) • Methodische Grundsätze (6) • Mentales Training (6)
	Bewegungshandlungen analysieren und interpretieren können	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenstruktur von Bewegungen (6) • Bewegungsanalyse und -vergleich (6) • Körperschwerpunkt- Körperachse (6) • Translation und Rotation (6)
Trainingslehre	Trainingsgrundlagen kennen lernen	<ul style="list-style-type: none"> • allgemeine Prinzipien des sportlichen Trainings (6) • Grundbegriffe des Trainings (6) • Training als Anpassungsvorgang (6) • Belastungsmerkmale (6)
	die Sportmedizin für die Trainingssteuerung anwenden können, Sporttests entsprechend auswählen, durchführen und analysieren können	<ul style="list-style-type: none"> • Trainingsformen und Tests motorischer Grundeigenschaften (6)
Sportmedizin	Grundlegende anatomische und physiologische Kenntnisse erwerben	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau und Funktionen des menschlichen Bewegungs-Apparates (7) • Einfluss von Training auf die Muskulatur (7) • Muskelverletzungen (7) • Formen, Intensität, Umfang und Auswirkungen von Trainings-Belastungen (6) • Formen der Energiebereitstellung (6) • Möglichkeiten biochemischer Einflussnahme auf die sportliche Leistung (Doping) (7) • Grundkenntnisse der 1. Hilfe (6)

2) Sport und: Spiel, Tanz, Bewegungskünste und Körpersprache

Bereich	Lernziele	Lerninhalte
Spiel (7)	Aufzeigen von Zielsetzungen und Umgang mit moralischen Werten im Sportspiel Sportspiele nach bestimmten Kriterien analysieren können	<ul style="list-style-type: none"> • Sportziele • Fairness, Aggressions- und Angstbewältigung, Fanverhalten • Analyse von Sportspielen (Aufstellen von Kriterien, Protokollführung, Interpretation)
Tanz und Bewegungskünste (7)	Ausdrucksmöglichkeiten, Bewegungsvarianten und Darstellungsmöglichkeiten kennen lernen	<ul style="list-style-type: none"> • Ausgewählte Beispiele aus dem Tanzsport • Auswahl aus verschiedenen Beispielen der Bewegungskunst
Körpersprache (7)	Erkennen, verstehen und interpretieren körpersprachlicher Signale	<ul style="list-style-type: none"> • Biologische und psychologische Aspekte • Haltung als Ausdruck • Ritualisierung im Wettkampfsport

3) Gesundheit und Krankheit, Prävention und Rekreation, Körper- und Bewegungstherapien

Lernziele	Lerninhalte
Bewusstseinsbildung im Bereich der Lebensführung <ul style="list-style-type: none"> • somatische Gesundheit 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionsgymnastik (6) • das Herz- Kreislaufsystem und die Ausdauer (6) • die Rückenschule (7) • Knie und Knieverletzungen (7) • die Feldenkrais- Methode (8) • Prävention und Sporttherapie (8)
<ul style="list-style-type: none"> • soziale Integration 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppendynamische Prozesse, Selbsterfahrungsgruppen (6)
<ul style="list-style-type: none"> • seelische Ausgeglichenheit 	<ul style="list-style-type: none"> • Auswahl gängiger Entspannungstechniken (8) • Sauna und Sportmassage (8)
Bewusstseinsbildung für eine der Gesundheit förderlichen Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> • Grundlagen der Ernährungslehre (8)
Auseinandersetzung mit Sport und Doping	<ul style="list-style-type: none"> • Dopingproblematik (7)

4) Sportpsychologie

Lernziele	Lerninhalte
Die Bedeutung der Bewegung für die Entwicklung des Menschen erkennen, Aufzeigen einer vernetzten Sicht (Psychologie, Pädagogik, Medizin, Sportwissenschaft)	<ul style="list-style-type: none"> • Motive, Motivationen, Konflikte, Emotionen, Interessen, Einstellungen, Aggressivität, Angst (6-7) • Möglichkeiten der Behebung körperlicher, geistiger und sozialer Mängel durch Sport (6-8)
	<ul style="list-style-type: none"> • Zusammenspiel von Körper-Seele-Geist (8) • Psychoregulation- psychoregulative Techniken (8) • Mentales Training (6) • Entspannungstechniken im Sport (8)

5) Sport und Gesellschaft

Lernziele	Bereich	Lerninhalte
Bedeutung des Sportes in vernetzender Sicht, kritische Auseinandersetzung mit Fragen der Wirtschaft, Ökologie, Politik, Gesellschaft	Wirtschaft	<ul style="list-style-type: none"> • Vermarktung des Sportes (8)
	Ökologie	<ul style="list-style-type: none"> • Ausgewählte Beispiele für die Auswirkungen des Sportes auf die Umwelt (8)
	Politik	<ul style="list-style-type: none"> • Völkerverbindende Funktionen des Sports am Beispiel der Olympischen Idee (6-8) • Sport in verschiedenen gesellschaftlichen Systemen (7) • Die Rolle des Sports in Gesellschaft und Politik (8)
	Gesellschaft	<ul style="list-style-type: none"> • Gesellschaftliche Bedeutung von Spitzensport, Breitensport, Schulsport (7) • Nationale Identität durch Sport (8) • Fanatismus im Sport als Indikator für gesellschaftliche Probleme (8) • Rassismus und Antirassismus im Sport (8) • Werte im Sport (Fair Play) (7) • Stellenwert des Sports in der Freizeit-Gesellschaft (8) • Aufzeigen neuer Sporttrends (8) • Sport und Sicherheit an ausgewählten Beispielen, jedenfalls: Lawinenkunde (8)