



WIRTSCHAFTSFACHOBERSCHULE
FRANZ KAFKA MERAN

Fachcurriculum

1. Klasse - Allgemein

BEWEGUNG UND SPORT

Kompetenzen am Ende des 1. Bienniums

(aus: „Rahmenrichtlinien für die Fachoberschulen in Südtirol“ – Autonome Provinz Bozen)

Kompetenz 1: Die Schülerin, der Schüler kann **den eigenen Körper wahrnehmen und sich mit Freude bewegen, die konditionellen und koordinativen Fähigkeiten verbessern, sich durch Bewegung ausdrücken, Bewegungsabläufe gestalten und variieren (RRL).**

Fertigkeiten (RRL)	Kenntnisse (RRL)	Inhalte Themenbereiche	Methodisch- didaktische Überlegungen ¹	Anmerkungen Links Querverweise	Bewertung ²
Richtige motorische Bewegungsabläufe in einfachen und komplexen Situationen einsetzen Rhythmus bei Bewegungsabläufen gestalten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Gleichgewichts aufbauen und festigen Bewegungsabläufe unter Anwendung der richtigen Technik verbessern	Körperfunktionen, Bewegungsmöglichkeiten und physiologische Grundkenntnisse kennen lernen und erwerben Bewegungsrhythmus sich aneignen Methoden der motorischen und psychischen Leistungssteigerung anwenden Grundlegende sportpsychologische Instrumentarien und Techniken anwenden Den Zusammenhang zwischen sportlicher Leistung und physischen Voraussetzungen herstellen und erklären	Sportspiele Kleine und Große Spiele Gymnastik Leichtathletik	SchülerInnen lernen durch Beobachtung und Nachahmung sowie durch eigenverantwortliches Lernen. Zur Anwendung kommen methodische Spiel- und Übungsreihen	Den Spielgedanken anderen übermitteln können Das Regelwerk aktuell und genau erklären und anwenden können Zusammenhänge mit anderen Fächern auflisten Sich anatomisches und physiologisches Grundwissen aneignen	Dokumentationsgrundlage: - Mitsprachennote (durch Beobachtung) - sportmotorische Tests - Spielbeobachtung Kompetenzstufe 1 - genügend Schüler/Schülerin erfüllt die Aufgabe nur ausreichend und zeigt Mängel in der Ausführung Kompetenzstufe 2 - befriedigend bis gut Schüler/Schülerin löst die gestellte Aufgabe gut, zeigt jedoch leichte Unsicherheiten bei der Ausführung Kompetenzstufe 3 - sehr gut bis ausgezeichnet Schüler/Schülerin löst die gestellte Aufgabe vollkommen und erfüllt eingeforderte Kriterien

¹ Der Fachlehrperson steht frei, welche der folgenden Methoden im Unterricht Anwendung finden.

² Die Fachlehrperson kann selbst entscheiden, welche Dokumentationsgrundlage in die Bewertung einfließt.

Kompetenz 2: Die Schülerin, der Schüler kann **die Kompetenzen in verschiedenen Individual- und Mannschaftssportarten in technischer und taktischer Hinsicht erweitern, sportliche Leistungen erleben und respektieren sowie sportbezogene Rollen übernehmen (RRL).**

Fertigkeiten (RRL)	Kenntnisse (RRL)	Inhalte Themenbereiche	Methodisch- didaktische Überlegungen	Anmerkungen Links Querverweise	Bewertung
Anwenden sportartspezifischer Techniken und Taktiken Sportspezifische Rollen übernehmen (z. B. Schiedsrichtertätigkeit)	Kondition und Koordination verbessern Technische Elemente und Grundlagen mehrerer Sportarten erwerben Regelkunde und Spielgedanken der verschiedenen Sportarten erlernen und anwenden können	Individualsportarten Mannschaftssportarten	SchülerInnen lernen durch Beobachtung und Nachahmung sowie durch eigenverantwortliches Lernen. Zur Anwendung kommen methodische Spiel- und Übungsreihen	Den Spielgedanken anderen übermitteln können Das Regelwerk aktuell und genau erklären und anwenden können Zusammenhänge mit anderen Fächern auflisten Sich anatomisches und physiologisches Grundwissen aneignen	Dokumentationsgrundlage: - Mitsprache (durch Beobachtung) - sportmotorische Tests - Spielbeobachtung Kompetenzstufe 1 - genügend Schüler/Schülerin erfüllt die Aufgabe nur ausreichend und zeigt Mängel in der Ausführung Kompetenzstufe 2 - befriedigend bis gut Schüler/Schülerin löst die gestellte Aufgabe gut, zeigt jedoch leichte Unsicherheiten bei der Ausführung Kompetenzstufe 3 - sehr gut bis ausgezeichnet Schüler/Schülerin löst die gestellte Aufgabe vollkommen und erfüllt eingeforderte Kriterien

Kompetenz 3: Die Schülerin, der Schüler kann **den Wert einer gesunden Lebensführung für das eigene Wohlbefinden im Alltag erkennen, mit anderen kooperieren, den Teamgeist mittragen und durch positive Erlebnisse Selbstvertrauen aufbauen (RRL).**

Fertigkeiten (RRL)	Kenntnisse (RRL)	Inhalte Themenbereiche	Methodisch- didaktische Überlegungen	Anmerkungen Links Querverweise	Bewertung
Die Bewegung und die Lebensführung als Grundlage der eigenen Gesundheit wertschätzen Den Sport nicht nur als Individual- sondern auch als Teambewerb erfahren	Motorische Grundeigenschaften zur Erhaltung der körpereigenen Fitness zu verbessern und zu optimieren. Motorische Fähigkeiten und sportmotorische Fertigkeiten individuell sich aneignen und sie auch im Dienste der Mannschaft stellen. Prinzipien einer gesunden Lebens-führung darlegen. Erfolgs-erlebnisse in Selbstvertrauen umwandeln.	Mannschaftssportarten und Einzelsportarten in ihren Grundprinzipien und Grundeigenschaften kennen lernen Den Spielgedanken und die sportteigene Fairness gegenüber sich selbst und anderen zu leben, zu erfahren und zu übertragen Den eigenen Körper kennen und akzeptieren lernen Hinweise zu gesunder Ernährung, Drogen- und Alkoholmissbrauch	SchülerInnen lernen durch Beobachtung und Nachahmung sowie durch eigenverantwortliches Lernen. Zur Anwendung kommen methodische Spiel- und Übungsreihen	Den Spielgedanken anderen übermitteln können Das Regelwerk aktuell und genau erklären und anwenden können Zusammenhänge mit anderen Fächern auflisten Anatomisches und physiologisches Grundwissen aneignen	Dokumentationsgrundlage: - Mitsprachennote (durch Beobachtung) - sportmotorische Tests - Spielbeobachtung. Kompetenzstufe 1 - genügend Schüler/Schülerin erfüllt die Aufgabe nur ausreichend und zeigt Mängel in der Ausführung Kompetenzstufe 2 - befriedigend bis gut Schüler/Schülerin löst die gestellte Aufgabe gut, zeigt jedoch leichte Unsicherheiten bei der Ausführung Kompetenzstufe 3 - sehr gut bis ausgezeichnet Schüler/Schülerin löst die gestellte Aufgabe vollkommen und erfüllt eingeforderte Kriterien

Kompetenz 4: Die Schülerin, der Schüler kann **Bewegung, Spiel und Sport in der Natur umweltbewusst ausüben, Verantwortung für die eigene und die Sicherheit anderer übernehmen (RRL).**

Fertigkeiten (RRL)	Kenntnisse (RRL)	Inhalte Themenbereiche	Methodisch- didaktische Überlegungen	Anmerkungen Links Querverweise	Bewertung
Sport und Spiel im Freien und in natürlicher Umgebung ausüben Wertschätzung der Natur und Naturverbundenheit Schwimmtechniken erlernen, festigen und optimieren	Motorische und sportliche Aktivitäten in der Natur Spiel und Sport im Wasser Erlernen der normierten Sportschwimmtechniken Rettungsschwimmen (Erste Hilfe) Wasserspringen Aquagym. und Spiele im Wasser	Zyklische Sportarten Azyklische Sportarten	SchülerInnen lernen durch Beobachtung und Nachahmung sowie durch eigenverantwortliches Lernen. Zur Anwendung kommen methodische Spiel- und Übungsreihen	Den Spielgedanken anderen übermitteln können Das Regelwerk aktuell und genau erklären und anwenden können Zusammenhänge mit anderen Fächern auflisten Anatomisches und physiologisches Grundwissen aneignen Erste Hilfe Kenntnisse vermitteln und anwenden	Dokumentationsgrundlage: - Mitschreibnote (durch Beobachtung) - sportmotorische Tests - Spielbeobachtung. Kompetenzstufe 1 - genügend Schüler/Schülerin erfüllt die Aufgabe nur ausreichend und zeigt Mängel in der Ausführung Kompetenzstufe 2 - befriedigend bis gut Schüler/Schülerin löst die gestellte Aufgabe gut, zeigt jedoch leichte Unsicherheiten bei der Ausführung Kompetenzstufe 3 - sehr gut bis ausgezeichnet Schüler/Schülerin löst die gestellte Aufgabe vollkommen und erfüllt eingeforderte Kriterien