



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Ecole de culture générale Fribourg ECGF
Fachmittelschule Freiburg FMSF

Avenue du Moléson 17, 1700 Freiburg

T +41 26 305 65 65, ecgf-fmsf@edufr.ch
www.fmsf.ch

Sport

Lehrmittel

Lehrmittel Sporterziehung

Stufe - Berufsfeld	4. Jahr FMFA
Anz. Lektionen	3h / Woche
Schlussprüfung	- ☐ schriftlich

Bildungsziele

Das Fach Sport bietet den Schülerinnen und Schülern den Zugang zur Entwicklung des menschlichen Körpers und zum Sozialverhalten des Menschen. Der Sportunterricht fördert die psychomotorischen Fähigkeiten sowie die Schulung des Körpers als Organismus und als Ausdrucksmittel. Er ermöglicht den Schülerinnen und Schülern, Körpererfahrung und Bewegung zu reflektieren.

Durch vielfältige Körper- und Bewegungserfahrungen entwickeln die Schülerinnen und Schüler im Sportunterricht einen persönlichen Zugang zur Sportkultur, zu Gesundheitsverständnis, Fitness und Bewegungsfreude. Im Sportunterricht kann eine gesunde Lebenshaltung erlernt, erfahren und erlebt werden. Er animiert dazu, auch über die Schulzeit hinaus Sport zu betreiben.

Im Sportunterricht lernen die Schülerinnen und Schüler, mit persönlichen Leistungsgrenzen umzugehen, sich bei Spiel und Wettkampf mit anderen zu messen und sich dabei wichtige soziale Verhaltensnormen wie Hilfsbereitschaft, Fairplay und Selbstdisziplin anzueignen. Das Fach Sport fördert dadurch Team- und Kooperationsfähigkeit, die im Berufsleben von grosser Bedeutung sind. Für die Schülerinnen und Schüler sollen durch den Sport verschiedene Sinnperspektiven eröffnet werden. Dazu gehören

Leistung, das Miteinander, der Ausdruck, das Eingehen von Wagnissen und die Förderung der Gesundheit. Das Fach Sport leistet einen wesentlichen Beitrag zur harmonischen Entwicklung von Körper, Seele und Geist.

Beitrag zum Berufsfeld Pädagogik

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Begriffe, Theorien und Modelle aus den Natur-, Sozial- und Geisteswissenschaften erläutern;
- sich in der Schulsprache korrekt und gewandt ausdrücken;
- Prinzipien und Theorien des menschlichen Verhaltens und von Lernprozessen anwenden;
- auf die eigene physische und psychische Gesundheit achten;
- selbstsicher und selbstbewusst gegenüber unterschiedlichen Anspruchsgruppen auftreten.

Jahresplan der fachlichen Ziele, Kompetenzen und didaktischen Hinweise

Fachliche Kompetenzen	Umsetzung in den Lerngebieten	Didaktische Hilfsmittel
Über die notwendigen Sicherheitsaspekte verschiedener Sportarten in deren Umgebung reflektieren.	Risikosportarten (Geräteturnen, Leichtathletik, Wassersport, Sportklettern, Kontaktsportarten)	- Die Bewegungen visualisieren - Die Risiken antizipieren - Sicherheitsrelevante Massnahmen umsetzen. - Sichern.
Bewusstwerden von didaktischen Aspekten des Sport- und Bewegungsunterrichts in Bezug auf verschiedene Sportarten.	- Fitness und Gesundheit - Spiele im Team und individuell - Gestaltung und Darstellung - Wassersportarten	Unterschiedliche Unterrichtssituationen erleben.
Die Verantwortung einer Gruppe während einer Unterrichtsphase übernehmen.	- Fitness und Gesundheit - Spiele im Team und individuell - Gestaltung und Darstellung - Wassersportarten	- Schriftliche Vorbereitung - Umsetzung in die Praxis
Beobachtungskompetenz entwickeln und eine Bewegung oder eine Spielsituation analysieren, um eine Selbst – oder Ko-Evaluation durchzuführen.	- Spiele im Team und individuell - Gestaltung und Darstellung	- Verwenden von Video-Feedbacks - Verwenden von Beobachtungsrastern. - Zu zweit evaluieren.
ihre persönliche Leistungsfähigkeit im konditionellen Bereich entwickeln und stärken	- Fitness und Gesundheit (z.B. Ausdauersport, Beweglichkeit, Kraft, Spiel) - Sporttheorie (Trainingswissenschaften)	- Systematisch trainieren, eine sportliche Leistung erleben und erbringen - Die verschiedenen sporttheoretischen Aspekte erwerben und festigen - Grundlegende gesundheitsrelevante Haltungen im Trainingsbereich umsetzen
eine Balance zwischen Entspannung und Anspannung entwickeln	Fitness und Gesundheit (z.B. Ausdauersport, Beweglichkeit, Kraft, Spiel, Entspannung, autogenes Training)	- Neues ausprobieren und an die eigenen Grenzen stossen - Verschiedene Entspannungstechniken anwenden und eigenständig umsetzen können - Verschiedene Bewegungsintensitäten erleben
ihre Selbstwahrnehmung und Selbststeuerung reflektieren	- Fitness und Gesundheit (z.B. Ausdauersport, Beweglichkeit, Kraft, Spiel, Entspannung, autogenes Training) - Gestaltung und Darstellung	- Ein eigenes Projekt im Bereich der Gesundheit und/oder der Leistung leiten - Eine Rolle in einem Gruppenprojekt wahrnehmen und umsetzen - Sich in einem neuen außerschulischen Kontext zurechtfinden und sich einsetzen (zB. Sporttage / Lager, usw.) - Selbstwahrnehmungs- und Selbststeuerungswerkzeuge kennenlernen und damit experimentieren
komplexe Problemstellungen im Sport individuell und mit andern analysieren und lösen	- Spiele im Team und individuell - Technikerwerb und Koordination	- Mit problematischen Situationen konfrontiert werden und diese lösen - Feedbacktools (App's, Foto, usw) anwenden.
sich kritisch mit dem Fairplay-Gedanken auseinandersetzen	- Spiele im Team und individuell - Sporttheorie	Als Schiedsrichter agieren oder ohne Schiedsrichter regelkonform und fair spielen

		▪ Sich mit den Spielregeln bekanntmachen und respektvoll handeln ▪ Neue Spiele erfinden und bekannte Spiele weiterentwickeln
physische Leistungsbereitschaft zeigen	▪ Fitness und Gesundheit ▪ Gestaltung und Darstellung ▪ Technikerwerb und Koordination ▪ Spielen im Team und individuell	▪ Neues ausprobieren und seine Grenzen erkennen ▪ Ein Projekt leiten ▪ Verschiedene Spielsituationen erleben und reflektieren ▪ Zusammenhänge mit aktuellen Sportereignissen erkennen
Voraussetzungen für das Zusammenspiel des Bewegungsapparates zur optimalen Ausübung von Fertigkeiten schaffen	▪ Fitness und Gesundheit ▪ Spielen im Team und individuell ▪ Sporttheorie	▪ Lernen, sich adäquat in Bezug zur bevorstehenden Aktivität aufzuwärmen ▪ Fitness und gesundheitsspezifische Aspekte für lebenslanges Sporttreiben kennenlernen und umsetzen
spieltypische Situationen technisch und taktisch individuell oder in Kooperation mit andern lösen	▪ Technikerwerb und Koordination ▪ Spielen im Team und individuell	▪ Mit Problemsituationen konfrontiert werden und Lösungen entwickeln ▪ Verschiedene Spielsituationen erfahren ▪ Spieltaktiken kennenlernen und im Spiel umsetzen können
persönliche Beiträge zur Mitgestaltung einer Spielsituation leisten	▪ Spielen im Team und individuell (Rückschlagspiele, Mannschaftsspiele)	▪ Sich auf und neben dem Feld in den Dienst der Mannschaft stellen
individuell oder im Team durch Bewegung darstellen und ausdrücken	▪ Gestaltung und Darstellung (Tanz, körperlicher Ausdruck, Geräteturnen) ▪ Spielen im Team und individuell	▪ Eine Bewegungsfolge kreieren und wiederholen ▪ Sich oder als Gruppe auf verschiedene Arten ausdrücken
choreografische Aspekte anwenden und Bewegung rhythmisch gestalten	▪ Gestaltung und Darstellung (Tanz, körperlicher Ausdruck, Geräteturnen)	▪ Vor einem Publikum auftreten ▪ Video-Feedbacks verwenden

Überfachliche Kompetenzen

Im Sportunterricht lernen die Schülerinnen und Schüler einen verantwortungsvollen Umgang mit ihrem Körper. Sie entwickeln damit ihre Selbstkompetenz. In sozialen Lernsituationen übernehmen sie verschiedene Rollen und werden in Werthaltungen wie Fairness, Rücksichtnahme und Solidarität gefördert. Leistungserfahrungen im Bereich der Ausdauer, Koordination und Motorik verstärken insbesondere emotionale, motivationale und volitionale Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler.