

# RAHMENRICHTLINIEN BERUFSBILDENDE SCHULEN

Berufsschule  
Berufsfachschule  
Fachschule  
Fachoberschule

SPORT



**SACHSEN-ANHALT**

---

**KULTUSMINISTERIUM**

An der Erarbeitung der Rahmenrichtlinien haben mitgewirkt:

Dr. Jeannette Hahn

Halle

Matthias Hausen

Halle (Leitung der Kommission)

Martin Köhler

Magdeburg

Dr. Martina Riedl

Hannover

## Vorwort

Eine gute Bildung ist von entscheidender Bedeutung für die Zukunft unseres Landes und seiner Menschen. Bildung und Ausbildung sind Voraussetzung für die Entfaltung der Persönlichkeit eines jeden wie auch für die Leistungsfähigkeit von Staat, Wirtschaft und Gesellschaft.

Schule ist also kein Selbstzweck, sondern hat die jeweils junge Generation gründlich und umfassend auf ihre persönliche, berufliche und gesellschaftliche Zukunft vorzubereiten. Alle Schülerinnen und Schüler sind zu fördern. Dies bedeutet auch, dass jede/jeder die ihr bzw. ihm mögliche Leistung erbringen kann und die dafür gebührende Anerkennung erhält.

Dies gilt nicht nur für die Lerninhalte, sondern auch für alle anderen Bereiche einschließlich des Sozialverhaltens. Gleichwohl haben gerade Rahmenrichtlinien die Schule als Ort ernsthaften und konzentrierten Lernens zu begreifen und darzustellen. Lernen umfasst dabei über Faktenwissen hinaus alles, was dazu dient, die Welt in ihren verschiedenen Aspekten und Zusammenhängen besser zu verstehen und sich selbst an sinnvollen Zielen und Aufgaben zu entfalten.

Rahmenrichtlinien können und sollen die pädagogische Verantwortung der Lehrkräfte nicht ersetzen. Sie beschreiben nicht alles, was eine gute Schule braucht. Ebenso bedeutsam für die Qualität einer Schule ist die Lern- und Verhaltenskultur, die an ihr herrscht. Eine Atmosphäre, die die Lernfunktion der Schule in den Vordergrund stellt und die Einhaltung von Regeln des Zusammenlebens beachtet, kann nicht über Vorschriften, sondern nur durch die einzelne Lehrkraft und das Kollegium in enger Zusammenarbeit mit den Lernenden erreicht werden.

Konkret erfüllen die Rahmenrichtlinien verschiedene Zwecke: für die Schulaufsicht sind sie Anhaltspunkte zur Wahrnehmung der Fachaufsicht, für Betriebe und Lernende können sie das Unterrichtsgeschehen durchschaubarer machen; Hersteller von Lehr- und Lernmitteln erhalten Hinweise zur Erstellung von Unterrichtsmaterialien.

Alle Rahmenrichtlinien haben ein Anhörungsverfahren durchlaufen, an dem viele Institutionen und Personen beteiligt waren.

Die in diesem Heft enthaltenen Rahmenrichtlinien Sport für die Berufsschule, die Berufsfachschule, die Fachschule und die Fachoberschule treten im Schuljahr 2009/10 in Kraft.

Allen, die an der Herausgabe dieses Heftes mitgewirkt haben, sage ich meinen herzlichen Dank.

Ich wünsche allen Lehrerinnen und Lehrern bei der Planung und Durchführung ihres Unterrichts viel Erfolg.



Prof. Dr. Jan-Hendrik Olbertz  
Kultusminister

Magdeburg, im August 2009



## Inhaltsverzeichnis

1	Ziele des Faches Sport an berufsbildenden Schulen .....	6
2	Fachbezogene Vorbemerkungen .....	9
3	Didaktische Grundsätze .....	9
3.1	Didaktische Orientierungen .....	9
3.1.1	Schülerorientierung .....	9
3.1.2	Handlungsorientierung .....	10
3.1.3	Berufsorientierung .....	11
3.2	Unterrichtsorganisation .....	12
3.3	Leistungsbewertung .....	12
4	Bewegungsfelder .....	14
5	Übersicht und Ziele der pädagogischen Perspektiven .....	16
5.1	Übersicht der pädagogische Perspektiven .....	16
5.2	Ziele der pädagogischen Perspektiven .....	16

# 1 Ziele des Faches Sport an berufsbildenden Schulen

Mit dem Eintritt in die Berufsausbildung erfahren die Lernenden einen Wechsel der Lebensperspektive. Die Eigenverantwortlichkeit für die Lebens- und Zukunftsgestaltung fordert ihnen ein hohes Maß an Initiative ab. Der Sportunterricht ist als Bindeglied zwischen der von den allgemeinbildenden Schulen geprägten Sportbiografie der Lernenden und der individuellen Freizeitgestaltung im Berufsleben mehrperspektivisch angelegt, um den Anforderungen des neuen Lebensabschnitts an die Schülerinnen und Schüler gerecht zu werden.

Sportliches Handeln bietet die Möglichkeit, einen Lernzugang zu schaffen, der allen anderen Fächern vorenthalten bleibt. Dieses Potenzial sollte nicht ungenutzt bleiben. und bei der Gestaltung der Bewegungsfelder einbezogen werden sowie in Verbindung mit beruflichen und privaten Erfahrungen gebracht werden. Das betrifft die zwei Säulen des Schulsports: den Sportunterricht wie den außerschulischen Sport.

Körperlichkeit und Bewegung sind Merkmale des Alltags, die den Menschen in allen Lebenslagen beeinflussen. Bewegung, Spiel und Sport weisen unterschiedliche Möglichkeiten der Einflussnahme auf Körperlichkeit und Bewegung in verschiedenen allgemeinbildenden und berufsbezogenen Lebensbereichen auf, die es zu thematisieren und praktisch zu erschließen gilt. Zudem bestehen gleiche Strukturen zwischen Sport und der gesellschaftlich - kulturellen Realität, so dass Sport in den Dimensionen von Denken, Fühlen und Handeln dazu beiträgt, den gegenwärtigen gesellschaftlichen Anforderungen gerecht zu werden.

Ziel des Faches Sport ist es, die physische, psychische und soziale Gesundheit sowie die Handlungskompetenz der Lernenden zu fördern, um sie auf die Berufs- und Lebenswelt vorzubereiten.

Der Sportunterricht leistet dabei in der beruflichen Bildung einen Beitrag, dass die Lernenden ihr gegenwärtiges und künftiges Leben in Selbstverantwortung gestalten können. Voraussetzung ist die Entwicklung von sich wechselseitig durchdringenden und ergänzenden Kompetenzen, die in Handlungskompetenz münden.

Dabei sind die Potenziale zur Erfüllung des Leitziels der beruflichen Bildung zu nutzen. Im Sportunterricht kann Bezug zu Körperlichkeit und Bewegung genommen werden, wodurch verschiedene Perspektiven für die Förderung von Fach-, Human- und Sozialkompetenz bestehen. Greift der Sport diese Potenziale auf, wird ein ganzheitlicher Beitrag zur Förderung des Leitziels der Berufsbildung geleistet werden. Durch die Verbindung der Dimensionen von Handlungskompetenz mit der in diesen Rahmenrichtlinien neu thematisierten Bewegungskompetenz zeigen sich die Möglichkeiten des Sportunterrichts mit dem Ziel, nicht

nur berufliche Handlungskompetenz in den Dimensionen von Human- und Sozialkompetenz zu entwickeln, sondern auch Fachkompetenz in den verschiedenen Ausbildungsberufen zu fördern.

**Handlungskompetenz** ist die Bereitschaft und Fähigkeit des Einzelnen/der Einzelnen, sich in gesellschaftlichen, beruflichen und privaten Situationen sachgerecht, durchdacht sowie individuell und sozial verantwortlich zu verhalten.

Handlungskompetenz entfaltet sich in den Dimensionen von Fachkompetenz, Humankompetenz und Sozialkompetenz. Methodenkompetenz, Lernkompetenz, kommunikative Kompetenz und Bewegungskompetenz sind integrale Bestandteile von Fach-, Human- und Sozialkompetenz. Es sind Akzentuierungen, die für die Entwicklung von Handlungskompetenz prägnant sind (Vgl. dazu Abbildung 1).

**Fachkompetenz** bezeichnet die Bereitschaft und Fähigkeit, auf der Grundlage fachlichen Wissens und Könnens Aufgaben und Probleme zielorientiert, sachgerecht, methodengeleitet und selbstständig zu lösen und das Ergebnis zu beurteilen.

**Humankompetenz** bezeichnet die Bereitschaft und Fähigkeit, als individuelle Persönlichkeit die Entwicklungschancen, Anforderungen und Einschränkungen in Familie, Beruf und öffentlichem Leben zu klären, zu durchdenken und zu beurteilen, eigene Begabungen zu entfalten sowie Lebenspläne zu fassen und fortzuentwickeln. Sie umfasst personale Eigenschaften wie Selbstständigkeit, Kritikfähigkeit, Selbstvertrauen, Zuverlässigkeit, Verantwortungs- und Pflichtbewusstsein. Zu ihr gehören insbesondere auch die Entwicklung durchdachter Wertvorstellungen und die selbstbestimmte Bindung an Werte.

**Sozialkompetenz** bezeichnet die Bereitschaft und Fähigkeit, soziale Beziehungen zu leben und zu gestalten, Zuwendungen und Spannungen zu erfassen, zu verstehen sowie sich mit anderen rational und verantwortungsbewusst auseinander zu setzen und zu verständigen. Hierzu gehört insbesondere auch die Entwicklung sozialer Verantwortung und Solidarität.

**Methodenkompetenz** bezeichnet die Fähigkeit und Bereitschaft zu zielgerichtetem, planmäßigem Vorgehen bei der Bearbeitung beruflicher Aufgaben und Probleme. Hierbei werden gelernte Denkmethoden und Arbeitsverfahren bzw. Lösungsstrategien zur Bewältigung von Aufgaben und Problemen selbstständig ausgewählt, angewandt und ggf. weiterentwickelt. Methodisches Arbeiten umfasst selbstständiges Gestalten und Bewerten; es erfordert Eigeninitiative und Kreativität.

**Kommunikative Kompetenz** bezeichnet die Fähigkeit und Bereitschaft, Sachverhalte und Befindlichkeiten über verbale und formale Sprachen, aber auch über nonverbale Mittel auszutauschen. Hierzu gehört es, eigene Absichten und Bedürfnisse sowie die der Partner wahrzunehmen, zu verstehen und darzustellen. Es handelt sich demnach um das Verstehen und Gestalten kommunikativer Situationen.

**Lernkompetenz** ist die Fähigkeit und Bereitschaft, Informationen über Sachverhalte und Zusammenhänge selbstständig und gemeinsam mit anderen zu verstehen, auszuwerten und in gedankliche Strukturen einzuordnen.

**Bewegungskompetenz** bezeichnet die Fähigkeit, Informationen ganzheitlich wahrzunehmen, körperlich leistungsfähig zu sein, situationsgemäß Bewegungen zu steuern und auf Erfahrungen von Körper und Bewegung zurückzugreifen.

Die folgende Abbildung stellt diesen Zusammenhang schematisch dar.

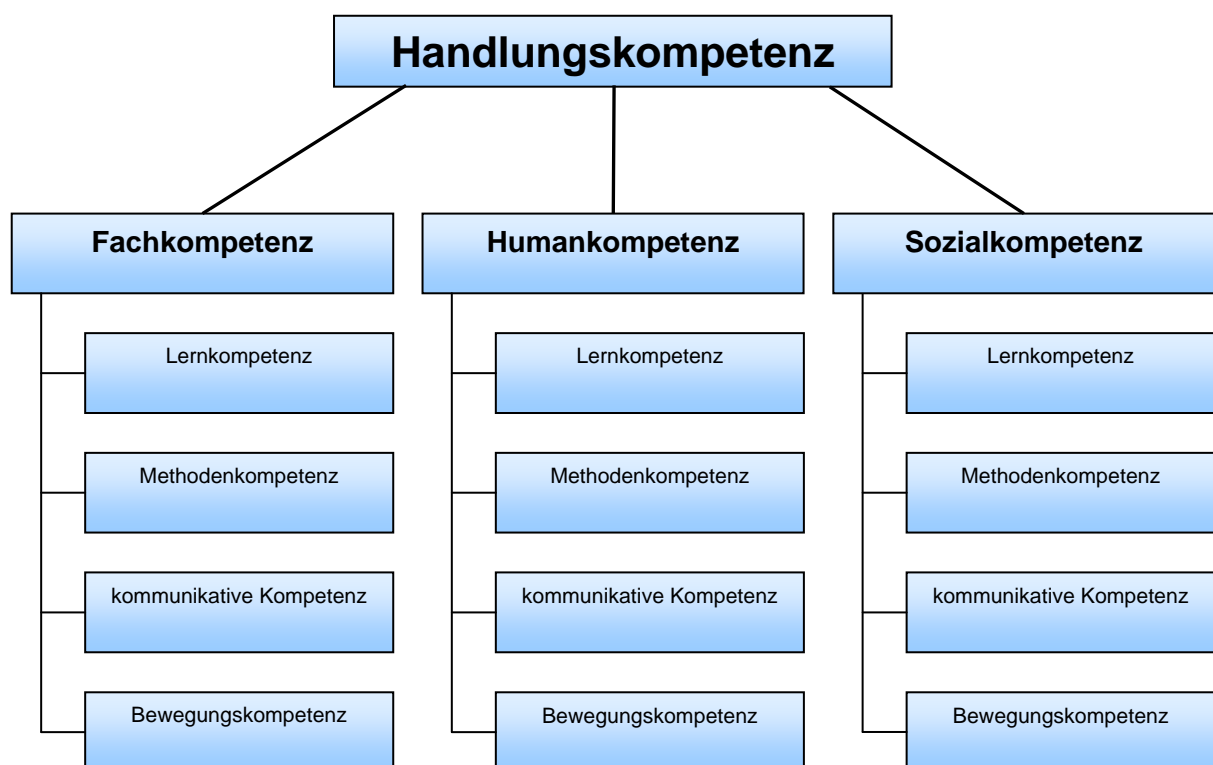


Abbildung 1: Handlungskompetenz, ihre Dimensionen und deren integrale Bestandteile



## **2 Fachbezogene Vorbemerkungen**

Die Gestaltung der Rahmenrichtlinien basiert im Wesentlichen auf Überlegungen hinsichtlich des Entwicklungsstandes der Lernenden, des sozio- und bewegungskulturellen Kontextes, der Rolle der Berufsbildenden Schulen und der Bedeutung des Faches Sport. Ziel ist es, die Anforderungen, die an eine Gesellschaft der nachfolgenden Generationen gestellt werden, festzuschreiben. Einerseits werden in diesen Richtlinien verbindliche Zielsetzungen vorgegeben, andererseits wird Raum für Besonderheiten der Rahmenbedingungen und vielseitige Möglichkeiten des berufsbezogenen Lernbereichs gegeben.

Aufgrund des offenen Charakters der Rahmenrichtlinien ist es notwendig, Konkretisierungen im Rahmen der schulinternen Planungsarbeit vorzunehmen und diese sowohl auf den Sportunterricht als auch den außerschulischen Sport zu übertragen.

## **3 Didaktische Grundsätze**

### **3.1 Didaktische Orientierungen**

#### **3.1.1 Schülerorientierung**

Die Lernenden stehen im Zentrum bei der Gestaltung sportlicher Lehr- und Lernarrangements, weil ihre Interessen und Bedürfnisse unmittelbar zu berücksichtigen sind. Dabei sind sowohl koedukative als auch altersspezifische Aspekte zu beachten. Im Sportunterricht ist differenziert auf die heterogenen körperlichen Voraussetzungen der Lernenden einzugehen.

Die vielfältigen Formen und Ausprägungen des beruflichen Schulwesens und die unterschiedlichen personellen Lernvoraussetzungen bedingen individuum-, schulform-, und bildungsgangbezogene Differenzierungen bei Ziel-, Inhalts- und Methodenentscheidungen. Dies betrifft u. a. die Handlungsorientierung, die Konkretisierung fachlicher Anforderungen sowie die Tiefe der Bearbeitung von Wissensbeständen.

Diese Überlegungen müssen vor dem Hintergrund der unterschiedlichen Stundenrichtwerte für Vollzeit- und Teilzeitbildungsgänge zu angemessenen Organisationsmodellen führen.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Vgl. Empfehlungen zum Sport an beruflichen Schulen. Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 18.11.2004, S. 7

### 3.1.2 Handlungsorientierung

Die Gestaltung eines handlungsorientierten Sportunterrichts hat folgende Aspekte zu berücksichtigen:

- **Bewegungsorientierung:** Sportpraktisches Handeln, physische Beanspruchung, Bewegung allein und in der Gruppe markieren die Wege, über welche die Ziele des Sportunterrichts erreicht werden.
- **Prozessorientierung:** Lernen im Sportunterricht lenkt die Aufmerksamkeit auf die Prozesse des Organisierens, des sozialen Miteinanders, der Leistungsentwicklung etc. Es verlangt Mitgestaltung und Beteiligung aller Schülerinnen und Schüler. Dabei ist dem Prinzip der vollständigen Handlung zu folgen.
- **Selbstorganisation:** Aufgabenstellungen und Arbeitsweisen im Sportunterricht sichern, dass die Lernenden eigenverantwortlich und selbstbestimmt Problemstellungen und Übungsprozesse bearbeiten und gestalten. Sie sind im Rahmen der Möglichkeiten an Planungsentscheidungen beteiligt.
- **Reflexion:** Was in sportpraktischem Handeln erfahrbar gemacht wird, soll im reflektierenden Gespräch ausgedrückt, gesichert und auf Situationen in Alltag und Beruf übertragen werden.
- **Selbstevaluation:** Die Schülerinnen und Schüler entwickeln themenbezogen Kriterien und Beobachtungspunkte, anhand derer sie eigenständig Lernzuwachs und gewünschte Verhaltensveränderungen erkennen und bewerten können.

Für einen handlungsorientierten Unterricht gelten folgende Rahmenbedingungen:

- **integrierter Fachraum** – ist ein Fachraum, der zugleich Theorie- und Praxisraum darstellt,
- **komplexe Aufgabenstellung** – Bearbeitung von vielschichtigen Aspekten in umfassenden Aufgabenstellungen mit Berufsbezug,
- **innere Differenzierung** – die Schülerinnen und Schüler arbeiten in Arbeitsgruppen, die durch die Lehrkraft individuell gefördert werden können,
- **veränderte Lehrerrolle** – die Steuerung des Unterrichts erfolgt nicht mehr allein durch die Lehrkraft, sondern wird auch von den Lernenden mitbestimmt,

- **Medien und Methoden** – im Unterricht ist die Anwendung unterschiedlicher Methoden zum Einsatz moderner Medien, zur Ausprägung von Fachkompetenz, Selbstkompetenz und Sozialkompetenz in Abstimmung mit anderen Fächern zu sichern,
- **fächerübergreifendes, projektorientiertes Arbeiten** – der Unterricht ist so anzulegen, dass vielfältige Verbindungen zu den allgemeinbildenden und berufsbezogenen Lernbereichen bestehen. Es ist empfehlenswert, Projekte zu ausgewählten Themen durchzuführen.

### 3.1.3 Berufsorientierung

Für einen gesundheitsfördernden, Kompetenz entwickelnden Sportunterricht ergeben sich folgende **berufsspezifische Gestaltungsanforderungen**:

Um die Möglichkeiten des Sports zu nutzen, die einerseits auf den Arbeitsprozess vorbereitender Art und andererseits komprimierender, präventiver Art sein können, muss Bezug zu den körperlichen Belastungen im Beruf genommen werden. Damit verbunden sind Ziele des Sportunterrichts, die Leistungsfähigkeit und insbesondere die Gesundheit/Fitness zu erhalten und zu fördern. Mit Hilfe prophylaktisch wirkender sportlicher Aktivitäten, die auf die Belastungen im Beruf und im Alltag abgestimmt sind, wird ein Beitrag zur Gesundheitsförderung geleistet. Dabei sind die unterschiedlichen beruflichen Belastungen zu berücksichtigen (siehe Tabelle).

<b>Berufe vorwiegend ohne körperliche Arbeit</b>	<b>Berufe vorwiegend mit körperlicher Arbeit</b>
<p><b>Merkmale:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• häufiges Sitzen (teilweise im Wechsel mit Stehen)</li> <li>• kaum Zusatzbelastungen</li> <li>• kaum Bewegungsmöglichkeiten</li> </ul>	<p><b>Merkmale:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• häufiges Stehen (im Wechsel mit Gehen; selten im Wechsel mit Gehen und Sitzen)</li> <li>• häufige Zusatzbelastungen, wie: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bücken, Hocken, Knien</li> <li>○ Heben/Tragen von Lasten</li> <li>○ fixierte Armhaltung</li> </ul> </li> </ul>

Abbildung 2: Berufssystematik auf der Grundlage berufsspezifischer körperlicher Belastungen

Zur Gestaltung eines **fachübergreifenden berufsbezogenen Unterrichts** ist zu beachten: Um vielfältige Anknüpfungspunkte des Sports zur Vermittlung von Fachkompetenz in Verbindung zu den Ausbildungsberufen der Schülerinnen und Schüler aufgreifen zu können, sind die Lehrerinnen und Lehrer aufgefordert, sich mit den Berufen auseinander zu setzen.

Dazu sind in Lehrerteams Vernetzungsmöglichkeiten zu den berufsbezogenen Lernbereichen zu erarbeiten. Die Bezüge zum Ausbildungsberuf sind innerhalb der Dimensionen Human- sowie Sozialkompetenz allgemein und in der Dimension Fachkompetenz spezifisch beschaffen. Somit sind die Schülerinnen und Schüler auf die Anforderungen der Berufs- und Lebenswelt durch den Erwerb von Fähigkeiten wie Teamfähigkeit, Fairness, Lern- und Leistungsbereitschaft, Kritikfähigkeit sowie Verantwortungsbewusstsein vorzubereiten.

## **3.2 Unterrichtsorganisation**

Der Sportunterricht wird als bewegungsfeldbezogener Unterricht im Kurssystem vermittelt. Entsprechend der berufsspezifischen Anforderungen, den Interessen der Schülerinnen und Schüler sowie den personellen und materiellen Bedingungen der Schule sind die entsprechenden Bewegungsfelder auszuwählen.

Das Bewegungsfeld ist halbjährlich zu wechseln. Die Pädagogische Perspektive 1 ist in jedem Bewegungsfeld verbindlich zu vermitteln.

Die Schulkonferenz entscheidet auf der Grundlage der personellen, materiellen und lokalen Voraussetzungen, ob die gewählten Bewegungsfelder im Klassenverband, als Interessen- oder Leistungsgruppe oder als Kompaktkurs durchgeführt werden.

Die Anzahl der Sportstunden wird durch die jeweils gültigen gesetzlichen Festlegungen in den entsprechenden Schulformen und Bildungsgängen für das jeweilige Schuljahr geregelt.

## **3.3 Leistungsbewertung**

Die Leistungsbewertungen orientieren sich an Belastungsanforderungen in Beruf und Alltag. Sie sind Teil eines kontinuierlichen Unterrichtsprozesses, wobei alle von den Lernenden im Zusammenhang mit dem Unterricht erbrachten Leistungen bewertet werden können. Die Bewertungen beziehen sich auf die im Unterricht angestrebte Kompetenzentwicklung sowie die vermittelten und erworbenen Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse.

Einzubeziehen sind Lernbereitschaft und Lernanstrengung, Selbstständigkeit, die Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung für sich und Andere.

Abgeleitet von den Zielen des Unterrichts erfüllen erbrachte sportmotorische Leistungen nur einen Teilbereich des zu bewertenden Leistungsspektrums.

Kompetenzentwicklung ist prozessorientiert. Daher ist es wichtig, die ergebnisbezogene Leistungsnote um prozessorientierte Bewertungsmaßstäbe zu ergänzen. Die nachfolgende

Übersicht zeigt eine Möglichkeit, wie die Prozessbewertung in die gängige Notengebung übertragen werden kann:

<b>Bewertungsskala</b>		
<b>Note</b>	<b>Prädikat</b>	<b>prozessorientierte Bewertung</b>
1	sehr gut	sehr bzw. stets initiativ/aktiv/konstruktiv
2	gut	initiativ/aktiv/konstruktiv
3	befriedigend	im Ganzen initiativ/aktiv/konstruktiv
4	ausreichend	wenig aktiv/konstruktiv
5	mangelhaft	überwiegend passiv/nicht konstruktiv
6	ungenügend	verweigert sich/destruktiv

Abbildung 3: Möglichkeit der Prozessbewertung im Rahmen der Kompetenzentwicklung

Die Fachkonferenz stimmt die Auswahl geeigneter und dem Bildungsgang angemessener Instrumente und Verfahren zur Notenfindung und die Gewichtung der Bewertungsmerkmale untereinander ab.

Sportlehrkräfte sind verpflichtet, den Lernenden zu Beginn eines jeden Halbjahres über die fachlichen Anforderungen, die Möglichkeiten, Leistungen zu erbringen, die Formen der Leistungsüberprüfung sowie über die Bewertungskriterien und die Zusammensetzung der Note zu informieren. Die Lernenden sollten möglichst in die Leistungserfassung und -bewertung einbezogen werden, ohne der Lehrkraft die pädagogische Verantwortung für die Notenfindung abzunehmen.

Wesentliche Aufgabe und wesentlicher Sinn der Leistungsbeurteilung sind es, den Lernenden eine Rückmeldung und Orientierung zu geben, in welchem Maß bzw. in welcher Qualität sie die gesetzten Ziele erreicht haben und was sie dazu beigetragen haben, um diese Ziele zu erreichen.

## 4 Bewegungsfelder

Bewegungsfelder systematisieren die Tätigkeiten unter motorischen Gesichtspunkten. Sie geben den inhaltlichen Rahmen zur Gestaltung des Sportunterrichts. Die Bewegungsfelder sind nach den in Kapitel 4 erläuterten pädagogischen Perspektiven auszurichten. Damit ist es notwendig, die Bewegungsfelder mehrperspektivisch zu gestalten. Die pädagogische Perspektive 1 ist verbindlich in allen gewählten Bewegungsfeldern aufzugreifen.

Die folgende Abbildung stellt den Zusammenhang von pädagogischen Perspektiven und Bewegungsfeldern schematisch dar.

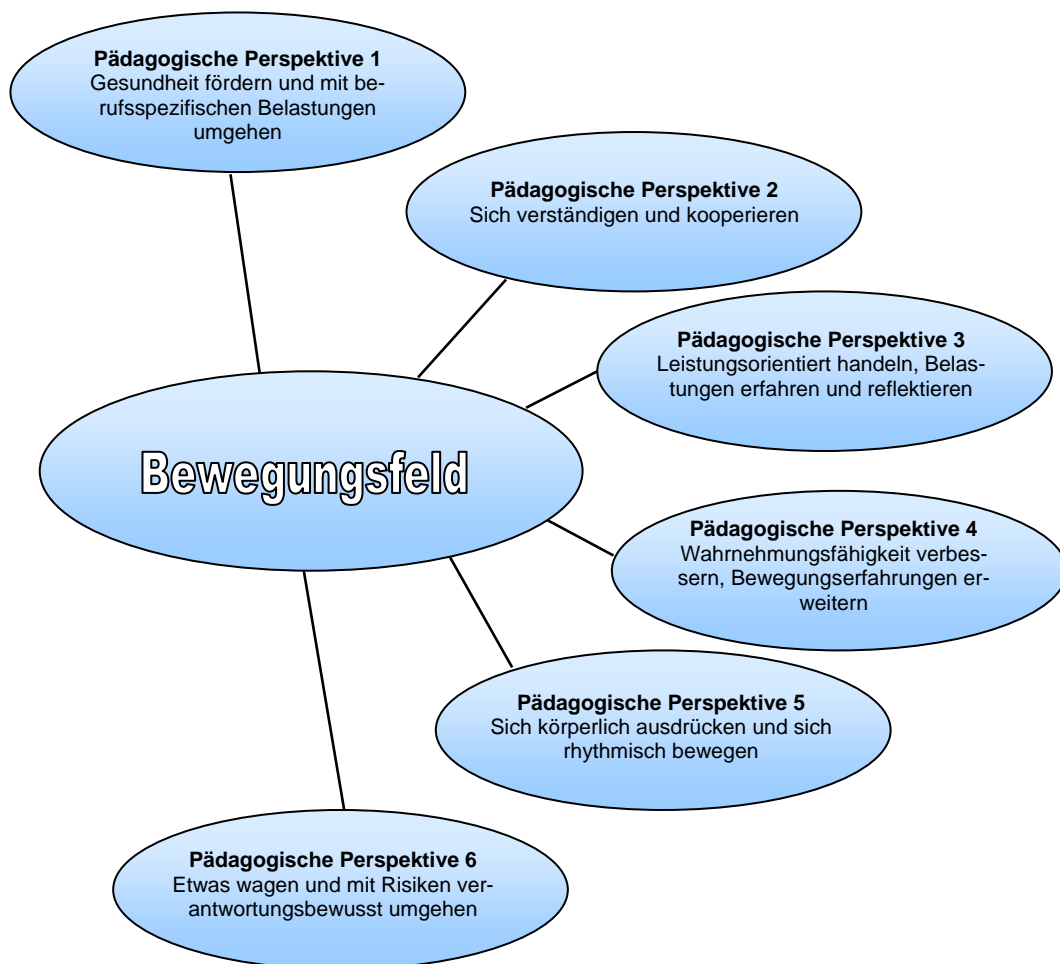


Abbildung 4: Zusammenhang von pädagogischen Perspektiven und Bewegungsfeldern

## Überblick zu den Bewegungsfeldern:

Bewegungsfelder	Beispiele
Spielen	Sportspiele Kleine Spiele Rückschlagspiele weitere Spiele
Laufen, Springen, Werfen	leichtathletische Disziplinen Orientierungs- und Hindernisläufe Kombinationsformen Mannschaftswettbewerbe Trends
Bewegen an und mit Geräten	Geräteturnen Fitnessgeräte Trends
Rhythmisches Bewegen, Gestalten, Tanzen	rhythmische Gymnastik Gymnastik mit und ohne Handgeräten Tanzen in den unterschiedlichen Ausprägungsformen Aerobicformen Bewegungstheater Pantomime darstellender Tanz
Gleiten, Rollen und Fahren	Fortbewegung auf Rädern und Rollen Gleiten auf dem Wasser Gleiten auf Schnee und Eis
Bewegen im Wasser	Schwimmen in verschiedenen Lagen Rettungsschwimmen und Wasserrettung Tauchen und Springen Gestalten im Wasser Aquatrainning Spiele im Wasser
Mit und ohne Partner kämpfen	Zweikampfsportarten Mehrkämpfe Staffelwettkämpfe
Alltags- und berufsmotorische Anforderungen bewältigen	konditionelles und koordinatives Training Entspannungstraining Rückenschule allgemeine Alltagsübungen und berufsbezogene motorische Handlungen Trends

## 5 Übersicht und Ziele der pädagogischen Perspektiven

### 5.1 Übersicht der pädagogische Perspektiven

#### **Pädagogische Perspektiven**

- 1 Gesundheit fördern und mit berufsspezifischen Belastungen umgehen
- 2 Sich verständigen und kooperieren
- 3 Leistungsorientiert handeln, Belastungen erfahren und reflektieren
- 4 Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
- 5 Sich körperlich ausdrücken und sich rhythmisch bewegen
- 6 Etwas wagen und mit Risiken verantwortungsbewusst umgehen

### 5.2 Ziele der pädagogischen Perspektiven

#### **Pädagogische Perspektive 1: Gesundheit fördern und mit berufsspezifischen Belastungen umgehen**

Ziele:

Die Schülerinnen und Schüler:

- erfahren Gesundheit im Sinne eines ganzheitlichen Wohlbefindens im physischen, psychischen und sozialen Bereich, indem Sie physiologische und psychologische Wirkungen von Bewegung, Spiel und Sport erleben,
- erkennen Gesundheit als Grundvoraussetzung zur Bewältigung der Lebens- und Arbeitswelt durch die Vermittlung theoretischer Kenntnisse und praktischer Erfahrungen,
- kontrollieren ihre Lebensführung und übernehmen Verantwortung dafür, indem sie praktikable Verfahren zur Überprüfung physiologischer Funktionen kennenlernen, theoretische Kenntnisse zur ergonomischen Arbeitsplatzgestaltung erhalten und entsprechende Konsequenzen ziehen,



- reflektieren kompensatorische Möglichkeiten des Sports als Bestandteil der Gesundheitsförderung, indem sie verschiedene motorische Handlungen zur Prophylaxe von Sportverletzungen und Kompensation von Berufs- und Alltagsbelastungen durchführen,
- gestalten sportliche Aktivitäten hinsichtlich des gesundheitsfördernden Charakters des Sports und übertragen diese Aspekte auch in den Freizeitbereich.

## **Pädagogische Perspektive 2: Sich verständigen und kooperieren**

Ziele:

Die Schülerinnen und Schüler:

- entwickeln die Bereitschaft und Fähigkeit, sich im Sport mit anderen zu verständigen und mit ihnen zu kooperieren, indem sie Kommunikations- und Handlungsregeln kennenlernen und einhalten,
- erfahren gemeinsam erlebte Leistungen und erkennen die Bedeutung der Teamfähigkeit in der Berufs- und Lebenswelt, indem sie arbeitsteilig Aufgaben lösen,
- gehen mit Empfindungen der Mitschülerinnen und Mitschüler verständnisvoll um,
- akzeptieren im sportlichen Miteinander heterogene körperliche Voraussetzungen und Unterschiede der kulturellen und sozialen Herkunft,
- verbessern ihre Teamfähigkeit durch gegenseitiges Beraten, Helfen, Sichern und artikulieren bei der Lösung von Bewegungsaufgaben ihre Bedürfnisse und Interessen und vereinbaren diese mit dem Team,
- organisieren und leiten Spiele und Wettbewerbe.

## **Pädagogische Perspektive 3: Leistungsorientiert handeln, Belastungen erfahren und reflektieren**

Ziele:

Die Schülerinnen und Schüler:

- übertragen die Leistungsorientierung des Sports auf die Bewältigung von Aufgaben in Beruf und Gesellschaft, indem ausgewählte Strategien entwickelt und erprobt werden, die der Schaffung einer physischen und psychischen Basis für die spezielle berufliche Belastung dienen,
- empfinden Zufriedenheit über die erbrachte Leistung und stärken ihr Selbstwertgefühl über den damit verbundenen Erfolg durch die Anwendung von Verfahren zur Überprüfung motorischer Leistungen,

- erfahren individuelle Herausforderungen beim Vollbringen und Steigern von Leistungen durch die Gestaltung eines planvollen Trainings- und Übungsprozesses zur Leistungssteigerung,
- erkennen den Zusammenhang von Belastung und Erholung, indem aktuelle trainingswissenschaftliche Kenntnisse beim konditionellen, koordinativen und mentalen Training genutzt werden.

#### **Pädagogische Perspektive 4: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern**

Ziele:

Die Schülerinnen und Schüler:

- wissen um die Möglichkeiten der Körperwahrnehmung durch den Erwerb von Grundwissen zur Wahrnehmungsschulung,
- erhöhen ihre Sensibilität, um spezifischen Anforderungen und unterschiedlichen Umweltbedingungen gerecht zu werden durch die Schulung sensorischer Wahrnehmung in unterschiedlichen Anwendungssituationen,
- erkennen und reflektieren eine verbesserte Körperwahrnehmung als Basis für das Wohlbefinden, indem der Wechsel von Anspannung und Entspannung bewusst gemacht wird und die Beeinflussung der Körperhaltung, des Körperausdrucks und des Körperverhaltens erlebt wird,
- nutzen die Fähigkeit der individuellen Körperwahrnehmung, um Belastung und Entlastung zu steuern und sich deren Signalwirkung in Berufs- und Lebenswelt bewusst zu werden,
- verbessern ihre Körperwahrnehmung durch das Analysieren, Verbalisieren und Werten von Bewegungsabläufen,
- erfahren die Möglichkeiten multikultureller Bewegungsvielfalt und gestalten diese.

#### **Pädagogische Perspektive 5: Sich körperlich ausdrücken und sich rhythmisch bewegen**

Ziele:

Die Schülerinnen und Schüler:

- entwickeln ihre Kreativität beim phantasievollen Gestalten von Einzel-, Partner- und Gruppenaufgaben, indem Bewegungen improvisiert, gestaltet und kombiniert werden,
- verbessern die Fähigkeit, Bewegungen rhythmisch vielseitig umzusetzen, indem sie ästhetische, rhythmische, räumliche, dynamische und statische Bewegungsformen nutzen,
- erkennen die Bedeutung einer rhythmischen Bewegungsausführung als Basis einer gesunden und ökonomischen Bewegungsgestaltung,

- erproben nonverbale Kommunikationsmittel für gesellschaftliche, berufliche sowie private Situationen und nehmen kritisch Stellung zu zeitgebundenen ästhetischen Normen.

### **Pädagogische Perspektive 6: Etwas wagen und mit Risiken verantwortungsbewusst umgehen**

Ziele:

Die Schülerinnen und Schüler:

- schätzen Anforderungen einer Handlungssituation und ihre individuellen Kompetenzen ein, indem herausfordernde Situationen erfolgreich bewältigt werden,
- erkennen die Bedeutung einer realistischen Einschätzung von Risiken in Situationen der Berufs- und Lebenswelt,
- bewältigen Grenzüberschreitungen als notwendige Voraussetzung der Weiterentwicklung in der Berufs- und Lebenswelt,
- halten sportartenspezifische Sicherheitstechniken ein, indem Kenntnisse über mögliche Gefährdungen sowie Wege zur Vermeidung von Gefahren angewendet werden,
- handeln verantwortungsvoll durch realitätsnahe Einschätzung eigener und fremder Fähigkeiten und deren Folgen für sich und andere,
- trainieren und verbessern Selbstbeherrschung sowie Fairness und kontrollieren emotional gesteuertes Verhalten.

Die Ziele der Pädagogischen Perspektiven werden in den Bewegungsfeldern realisiert (siehe Abschnitt 4).