

Art des (Oberstufen-)Lehrplans

- schulautonomer Lehrplan (neu generierter Unterrichtsgegenstand)
 schulautonome Ergänzung eines bestehenden (Wahl)Pflichtgegenstandes
 Darstellung der Umverteilung des Lehrstoffs eines bestehenden (Wahl)Pflichtgegenstandes

Gegenstandsbezeichnung: Sport und Ernährung fächerübergreifender Wahlpflichtgegenstand aus
THEORIE des SPORTS und ERNÄHRUNGSLEHRE
mit wissens- und anwendungsorientierter Ausrichtung

Gegenstandsart:

- aut. Pflichtgegenstand,
 aut. Wahlpflichtgegenstand
 (Pflicht)Gegenstand mit aut. Änderung

LVG: 3

Wirksamkeit mit: WS 2018/19

Autorin/Autor des Lehrplanes

Mag. Alexander Wiplinger, Mag^a. Wilbirg Binder

Stundenverteilung (einzutragen die Jahreswochenstunden)

	5. Klasse	6. Klasse	7. Klasse	8. Klasse	9. Klasse	Summe
Autonom		2	2	2		6
Subsidiär						

Organisatorischer Rahmen

Sport und Ernährung

- wird im Rahmen der Schulautonomie als 3-jähriger Kurs angeboten
6 Stunden: 4Theorie + 2 anwendungsorientierte Praxis, verschränkt auf 3 Jahrgänge entsprechend den ausgewählten Themenbereichen
- maximale Schüler/innenzahl: aufgrund der anwendungsorientierten Ausrichtung 16
- der Wahlpflichtgegenstand kann bei der Reifeprüfung als Prüfungsgegenstand gewählt werden, analog dem 4-stündigen reinen Theoriefach (RPV § 18/1a/2 – „wissens- und anwendungsorientierte Ausrichtung“).

Struktur des Lehrplans

Bildungs- und Lehraufgabe:

Der fächerübergreifende Wahlpflichtgegenstand „Sport und Ernährung“ versteht sich als multidisziplinärer Unterrichtsgegenstand, basierend auf der Ottawa-Charta der WHO, die Gesundheit als umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden beschreibt.

Die Schülerinnen und Schüler sollen Phänomene der menschlichen Bewegung und Ernährung erfassen, deuten und erleben können. Dies soll im Spannungsfeld der kulturellen und sozialen Bedeutung von Bewegung und Gesundheit einerseits sowie ihrer biologisch-anthropologischen Bedeutung andererseits geschehen. Dabei soll es zur Förderung individueller kreativer Potentiale kommen. Weiters ist die Entwicklung grundlegender Verhaltensweisen in ethischer, ökologischer, gesundheitlicher und wirtschaftlicher Sicht anzustreben. Fächerübergreifende Aufgabenstellungen zur Förderung der Vernetzungskompetenz bieten sich an. Die erfassten Themenbereiche sollen Eigenerfahrung mit Alltagsbezug und Gesellschaftsrelevanz verknüpfen. Ausgehend von der zentralen Bedeutung der Gesundheit ist es das Ziel, Bewegungs- und Ernährungsgewohnheiten zu reflektieren, um ein gesundheitsförderndes Handeln im Sinne von Prävention und Nachhaltigkeit zu bewirken. Die Schülerinnen und Schüler sollen zu eigenverantwortlichem Handeln motiviert werden.

Beiträge zu den Bildungsbereichen

- **Sprache und Kommunikation**
Der Beitrag zu diesem Bildungsbereich ist sowohl im verbalen als auch im nonverbalen Bereich angesiedelt. Dies soll im Spannungsfeld der kulturellen und sozialen Bedeutung von Bewegung einerseits sowie ihrer biologisch-anthropologischen Bedeutung andererseits geschehen. Die Besonderheiten der Fachsprache als Mittel der Verständigung im Gesundheits- Ernährungs- und Sportbereich sollen kennengelernt und richtig angewandt werden. Es soll dabei zur Förderung individueller kreativer Potentiale kommen. Weiters ist die Entwicklung grundlegender Verhaltensweisen in ethischer, ökologischer, gesundheitlicher und wirtschaftlicher Sicht anzustreben.
- **Mensch und Gesellschaft**
Bewegung, Sport und Ernährung haben in allen Kulturen und Zeiten soziale und ökonomische Bedeutung. Der Wahlpflichtgegenstand soll die Schülerinnen und Schüler zu reflektierter Kenntnis der eigenen Lebens- und Konsumgewohnheiten führen und ermutigen, Verantwortung zu übernehmen.
- **Natur und Technik**
Die besondere Bedeutung der verschiedenen Formen des sportlichen Bewegens der Menschen in der Natur soll hervorgehoben werden. Dabei ist sowohl auf den Verbrauch bzw. Gebrauch der freien Natur als Ressource als auch auf die Bedeutung von Bewegung in der Natur als Ausgleich zu dem durch Technik geprägten Alltag einzugehen. Zusammenhänge zwischen Ökologie und Sport und Ökologie und Ernährung werden aufgezeigt und reflektiert. Neue Medien und neue Technologien können an Beispielen aus Sport und Ernährung dargestellt werden.
- **Kreativität und Gestaltung**
Die kreativ-gestaltenden Möglichkeiten im Wahlpflichtgegenstand sollen Selbstverwirklichung und soziale Verantwortung fördern. Das Phänomen kreativer Gestaltung ist eine der bedeutendsten kulturellen Ausdrucksformen.
- **Gesundheit und Bewegung**
Der Wahlpflichtgegenstand ist ein zentrales Fach für diesen Bildungsbereich und darüber hinaus eine theoretische Grundlage dafür. Die Erfassung der Notwendigkeit zielführender und ausreichender, lebenslanger Bewegung und gesunder Ernährung ist nicht nur das durchgehende Ziel dieses Gegenstandes, sondern auch unverzichtbarer Teil der Allgemeinbildung.

Didaktische Grundsätze:

In den einzelnen Themen ist weitgehend exemplarisch und problemorientiert vorzugehen.

Bei der Aufbereitung des Lehrstoffes sind Querverbindungen sowohl innerhalb der Themenbereiche als auch zu anderen Unterrichtsgegenständen herzustellen.

Bei der Gestaltung des Unterrichts sind Arbeitsweisen, die die Eigentätigkeit der Schülerinnen und Schüler fördern, wie z. B.: Teambildung, gemeinsame Diskussion und Planung als grundlegende Methoden möglichst oft anzustreben.

Das Festlegen von Themen, Arbeits- und Sozialformen sowie die Konkretisierung der Lerninhalte soll unter Einbeziehung der Schülerinnen und Schüler, aber auch unter Bedachtnahme auf regionale und schulautonome Schwerpunkte erfolgen. Im Sinne praxisnaher und aktueller Bildungsziele ist die Einbindung außerschulischer Fachleute zu beachten sowie die Durchführung von Exkursionen und Lehrausgängen vorgesehen.

Leistungsbeurteilung

Die Leistungsbeurteilung bezieht sich auf die vier Bereiche: Fachkompetenz, Methodenkompetenz, Sozialkompetenz, personale Kompetenz.

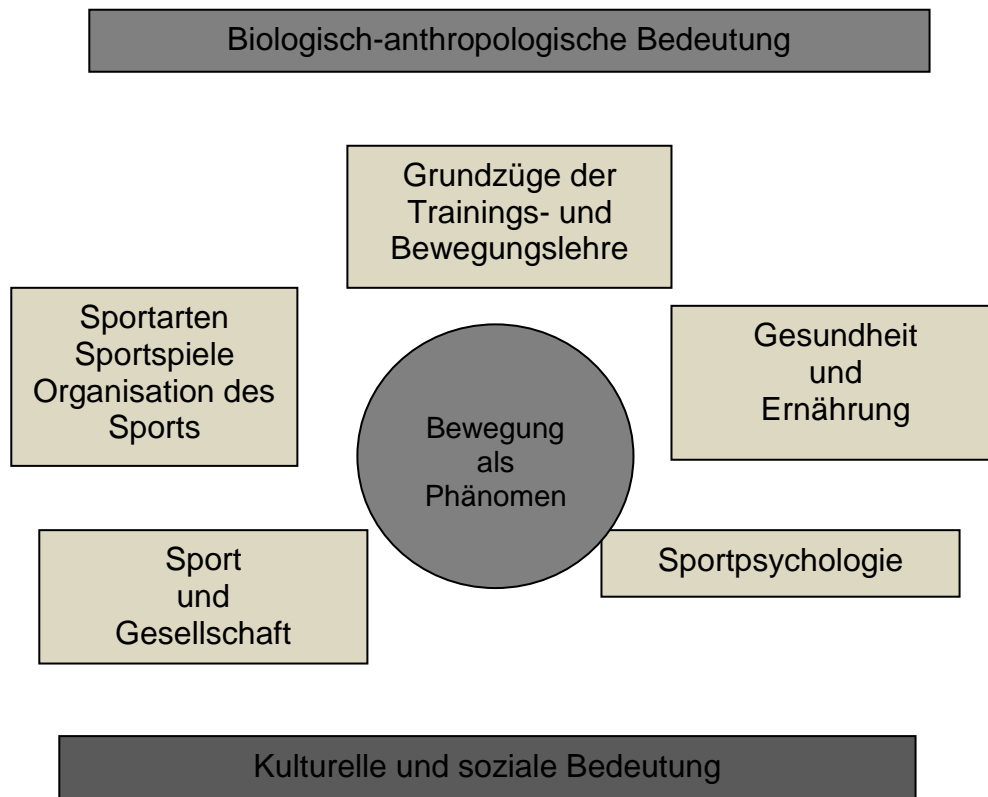
„Unter Kompetenzen versteht man die bei Individuen verfügbaren oder durch sie erlernbaren kognitiven Fähigkeiten und Fertigkeiten, um bestimmte Probleme zu lösen, sowie die damit verbundenen motivationalen, volitionalen und sozialen Bereitschaften und Fähigkeiten, um Problemlösungen in variablen Situationen erfolgreich und verantwortungsvoll nutzen zu können.“ (Weinert 2001, S. 27f.)

- Fachkompetenz: Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten
- Methodenkompetenz: Allgemeine Techniken und Vorgehensweisen zum Recherchieren, Sortieren, Dokumentieren, Bewerten, Präsentieren und Diskutieren
- Sozialkompetenz: Fähigkeit innerhalb einer Gruppe Vorgangsweise, Arbeitsaufteilung und die Art der Präsentation zu planen
- Personale Kompetenz: Fähigkeit mit Freiräumen verantwortungsvoll und diszipliniert umzugehen

Dazu werden beispielsweise ein Portfolio, Präsentationen, Mitarbeit und Arbeitshaltung, schriftliche, mündliche oder praktische Leistungsüberprüfungen herangezogen. Voraussetzung für eine positive Beurteilung ist die Mitarbeit im Unterricht.

Lehrstoff:

SPANNUNGSFELDDIAGRAMM DER THEMENBEREICHE



Die Auswahl der im Wahlpflichtfach zu erfüllenden Kompetenzen orientiert sich an oben dargestellten Themenbereichen.
Die endgültige Auswahl der Themen obliegt jedoch der Lehrkraft.

6. Klasse:

3. Semester – Kompetenzmodul 3

Grundlagen des Trainings	Trainingsgrundlagen Trainingsbegriff Trainingsdefinitionen Motorische Grundeigenschaften
Sportpraxis	Ausgewählte Techniken und Fertigkeiten aus der Sportpraxis

6. Klasse:**4. Semester – Kompetenzmodul 4**

Grundlagen des Bewegungskernens	Motorischer Lernprozess Lehrmethoden im Motorischen Lernprozess Methodische Spiel- und Übungsreihen
Spezielle Themenbereiche aus Bewegungs- und Trainingslehre	Hochsprung Weitsprung
Sportartspezifische Themenbereiche	Sportartspezifische Themenbereiche zu ausgewählten Sportarten
Sportpraxis	Methodische Übungsreihen zu ausgewählten Techniken und Fertigkeiten

7. Klasse:**5. Semester – Kompetenzmodul 5**

Allgemeine Trainingslehre	Grundlagen des Trainings Motorische Grundeigenschaften Strukturmodelle Konditionelle Fähigkeiten Koordinative Fähigkeiten
Spezielle Themenbereiche aus Bewegungs- und Trainingslehre	Snowboard Schilaufl
Sportartspezifische Themenbereiche	Sportartspezifische Themenbereiche zu ausgewählten Sportarten
Sportpraxis	Schi- und Snowboardtage Ausgewählte sportartspezifische Themenbereiche und Arbeitskreise

7. Klasse:**6. Semester – Kompetenzmodul 6**

Allgemeine Trainingslehre	Grundprinzipien der Trainingsgestaltung Belastungsmerkmale Belastungsnormative Trainingsreiz Trainingswirkung
Sportartspezifische Themenbereiche	Sportartspezifische Themenbereiche zu ausgewählten Sportarten
Sportpraxis	Ausgewählte sportartspezifische Themenbereiche und Arbeitskreise

8. Klasse:**7. Semester – Kompetenzmodul 7**

Spezielle Trainingslehre	Trainingsplanung Training und Periodisierung Puls und Pulsverhalten
Ausgewählte Kapitel aus der Trainingslehre	Ausdauer Schnelligkeit
Sportartspezifische Themenbereiche	Sportartspezifische Themenbereiche zu ausgewählten Sportarten
Sportpraxis	Ausgewählte sportartspezifische Themenbereiche und Arbeitskreise

8. Klasse:**8. Semester – Kompetenzmodul 8**

Trainingslehre - Bewegungslehre	Ausgewählte Kapitel aus Bewegungs- und Trainingslehre
Sportpsychologie	Ausgewählte Kapitel aus der Sportpsychologie
Sportartspezifische Themenbereiche	Sportartspezifische Themenbereiche zu ausgewählten Sportarten
Sportpraxis	Ausgewählte sportartspezifische Themenbereiche und Arbeitskreise

Beschluss des Schulgemeinschaftsausschusses vom 29. Mai 2018