

# **KULTUS UND UNTERRICHT**

*Amtsblatt des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg*

*Ausgabe C*

LEHRPLANHEFTE  
REIHE K Nr. 88  
REIHE L Nr. 119  
REIHE M Nr. 67

## **Bildungsplan für die Berufsoberschule**

### **Oberstufe der Berufsoberschule**

#### **Allgemeine Fächer**

**Heft 8  
Sport**

**Schuljahr 1 oder 2**



**29. Juli 2009  
Lehrplanheft 2/2009**

**NECKAR-VERLAG**

# Inhaltsverzeichnis

- 1 Inkraftsetzung
- 2 Vorbemerkungen
- 3 Lehrplanübersicht

Auf den Inhalt des Hefts „Allgemeine Aussagen zum Bildungsplan“ wird besonders hingewiesen:

- Hinweise für die Benutzung
- Der Erziehungs- und Bildungsauftrag der beruflichen Schulen
- Der besondere Erziehungs- und Bildungsauftrag für die Oberstufe der Berufsoberschule
- Verzeichnis der Lehrplanhefte für die Berufsoberschule

---

## Impressum

Kultus und Unterricht Ausgabe C Herausgeber	Amtsblatt des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg Lehrplanhefte Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg; Postfach 10 34 42, 70029 Stuttgart
Lehrplanerstellung	Landesinstitut für Schulentwicklung, Fachbereich Bildungsplanarbeit, Rotebühlstraße 131, 70197 Stuttgart, Fernruf 0711 6642-311
Verlag und Vertrieb	Neckar-Verlag GmbH, Klosterring 1, 78050 Villingen-Schwenningen Die fotomechanische oder anderweitig technisch mögliche Reproduktion des Satzes bzw. der Satzordnung für kommerzielle Zwecke nur mit Genehmigung des Verlages.
Bezugsbedingungen	Die Lieferung der unregelmäßig erscheinenden Lehrplanhefte erfolgt automatisch nach einem festgelegten Schlüssel. Der Bezug der Ausgabe C des Amtsblattes ist verpflichtend, wenn die betreffende Schule im Verteiler vorgesehen ist (Verwaltungsvorschrift vom 8. Dezember 1993, K.u.U. 1994 S. 12). Die Lehrplanhefte werden gesondert in Rechnung gestellt. Die einzelnen Reihen können zusätzlich abonniert werden. Abbestellungen nur halbjährlich zum 30. Juni und 31. Dezember eines jeden Jahres schriftlich acht Wochen vorher beim Neckar-Verlag, Postfach 1820, 78008 Villingen-Schwenningen.

Das vorliegende LPH 2/2009 erscheint in der Reihe K Nr. 88, L Nr. 119, M Nr. 67 und kann beim Neckar-Verlag bezogen werden.



# KULTUS UND UNTERRICHT

*Amtsblatt des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg*

Stuttgart, 29. Juli 2009

Lehrplanheft 2/2009

Bildungsplan für Berufsoberschule;  
hier: Oberstufe der Berufsoberschule

Vom 29. Juli 2009 45-6512-2523/4

I.

Für die Berufsoberschule gilt der als Anlage beigefügte Lehrplan.

II.

Der Lehrplan tritt für das Schuljahr 1 am 1. August 2009, für das Schuljahr 2 am 1. August 2010 in Kraft.

Im Zeitpunkt des jeweiligen Inkrafttretens tritt der im Lehrplanheft 52/1989 veröffentlichte Lehrplan in diesem Fach vom 31. März 1989 (Az. V/2-6512-250/2) außer Kraft.

## Vorbemerkungen

### 1. Die Bedeutung des Fachs Sport an der Berufsoberschule – Oberstufe

Der Sportunterricht baut auf dem bis zum mittleren Bildungsabschluss erworbenen Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnissen auf und kann im Rahmen eines Wahlfaches altersgerecht und leistungsgemäß weiterentwickelt werden.

#### *Erziehung zum Sport*

Der Sportunterricht macht den Schülerinnen und Schülern Sport und Bewegung als Lebensprinzip bewusst und motiviert sie damit zu lebenslangem Sporttreiben. Dazu vermittelt er grundlegende Fähigkeiten und motorische Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen. Vor dem Hintergrund einer Umwelt, die den Schülerinnen und Schülern immer weniger natürliche Bewegungsanlässe bietet, kommt der altersgemäßen Förderung von Gesundheitsbewusstsein und Fitness eine herausragende Bedeutung zu.

#### *Erziehung durch Sport*

Individuelle Leistungsfortschritte und Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit führen zu einem positiven Körpergefühl und zur Stärkung der Persönlichkeit. Die erzieherischen Möglichkeiten, die der Schulsport bietet, werden bewusst im Sportunterricht genutzt.

Aus diesen Zielsetzungen ergeben sich unterschiedliche Handlungsfelder, aus denen Einstellungen, Erfahrungen und Kompetenzen entwickelt werden.

Die Schülerinnen und Schüler

- erleben und entwickeln Freude an der sportlichen Bewegung,
- wissen um die Bedeutung von Bewegung für das eigene körperliche, psychische und emotionale Wohlbefinden und eine gesunde Entwicklung und sind sich über die gesundheitsfördernde Wirkung von Bewegung und Sport bewusst,
- verbessern ihre motorische, koordinative und konditionelle Leistungsfähigkeit und schätzen diese richtig ein,
- erfahren, dass Anstrengung und Leistung lohnenswerte Ziele sind,
- erweitern ihre Bewegungs- und Körpererfahrungen und verbessern ihre Wahrnehmungsfähigkeit,
- schätzen Risiken ab, sind bereit etwas zu wagen und treffen Sicherheitsmaßnahmen,
- handeln kreativ und drücken sich kreativ über ihren Körper aus,
- kooperieren bei sportlichen Aktivitäten miteinander selbstständig, treten miteinander in Wettkampf und zeigen dabei Fairness und die Bereitschaft, Konflikte zu bewältigen,
- erfahren, dass sportliches Handeln auch soziales Handeln bedeutet. Sie erlernen und verstärken soziale Kompetenzen, um sozialen Ausgrenzungen entgegenzutreten.

Schulsport ist mehr als Sportunterricht. Er bildet ein wesentliches Element zur Gestaltung des Schullebens. Bewegung, Spiel und Sport als Unterrichtsprinzipien umfassen z. B. Bewegungszeiten im Klassenunterricht, Pausensport, Arbeitsgemeinschaften, Schulsporttage, Wandertage sowie Wintersport.

Der Schulsport baut Brücken zum außerschulischen Sport. Deshalb sind über den verbindlichen Unterricht hinaus sportliche Aktivitäten und Wettkämpfe innerhalb und außerhalb der Schule zu fördern. Insbesondere kann im Wahlfach Sport sehr differenziert auf Schülerinteressen im Rahmen der Sportbereiche eingegangen werden.

In einem vielschichtigen Sportunterricht werden den Schülerinnen und Schülern die verschiedenen Sinnrichtungen des sportlichen Handelns zugänglich gemacht und mit ihrer persönlichen Erfahrungs- und Erlebniswelt verknüpft. Die Dimensionen des Sportunterrichts auf mehreren Ebenen gewährleisten hierbei den Erwerb einer umfassenden Handlungskompetenz und ermöglichen jeder Schülerin und jedem Schüler einen individuellen Sinn für das Sporttreiben zu finden. Die altersgemäße Förderung der konditionellen Fähigkeiten, insbesondere der Ausdauer und Kraft als Grundlage der allgemeinen Fitness sowie der koordinativen Fähigkeiten stehen in allen Schuljahren im Mittelpunkt des Sportunterrichts.

## 2. Inhalte und Hinweise zum Sportunterricht

Der Sportunterricht wird so gestaltet, dass Schülerinnen und Schüler ihre Fähigkeiten ohne Benachteiligung entwickeln können.

Auf der Basis der motorischen Erfahrungen im Grundlagenbereich werden nun die sportartspezifischen Fertigkeiten weiterentwickelt und neue Erfahrungen gesammelt. Die Schülerinnen und Schüler erhalten damit eine Orientierungshilfe für lebenslanges Sporttreiben.

### *Die Sportbereiche und ihre inhaltliche Gliederung:*

Sportbereich I: Fachkenntnisse

*Besondere Bedeutung haben gesundheitliche Aspekte für lebenslanges Sporttreiben*

Sportbereich II: Schulsportarten

*Es können alle Sportarten angeboten werden, die im Kanon „Jugend trainiert für Olympia“ enthalten sind*

Sportbereich III: Wahlbereich

*Es können auch regionale Besonderheiten berücksichtigt werden.*

Der Sportbereich I soll flankierend zu den Sportbereichen II und/oder III vermittelt werden.

Damit werden die Schülerinnen und Schüler in die Lage versetzt, ihr Sporttreiben zunehmend selbstständig zu organisieren und durchzuführen, wobei das Thema Fitness und Gesundheit einen großen Schwerpunkt darstellen soll.

Aus den Sportbereichen II und III wählt die Sportlehrerin/der Sportlehrer in Abstimmung mit den Schülerinnen und Schülern Sportarten aus.



## Lehrplanübersicht

Schuljahr	Lehrplaneinheiten	Zeitricht- wert	Gesamt- stunden	Seite
1 oder 2	1	Übergeordnete Lernziele, pädagogische Perspektiven		7
	2	Sportbereich I (Fachkenntnisse)		7
	3	Sportbereich II (Schulsportarten)		8
	4	Sportbereich III (Wahlbereich)		8
		Zeit für Leistungsfeststellung und zur möglichen Vertiefung		120
			40	
			160	





## 1 Übergeordnete Lernziele und pädagogische Perspektiven

Die Schülerinnen und Schüler erleben und entwickeln Freude an der sportlichen Bewegung. Sie wissen um die Bedeutung von Bewegung für das eigene körperliche, psychische und emotionale Wohlbefinden und für eine gesunde Entwicklung. Sie entwickeln ein Bewusstsein über die gesundheitsfördernde Wirkung von Bewegung und Sport. Die Schülerinnen und Schüler verbessern ihre motorische und konditionelle Leistungsfähigkeit, können diese richtig einschätzen und erfahren, dass Anstrengung und Leistung lohnenswerte Ziele sind. Sie erweitern ihre Bewegungs- und Körpererfahrungen und verbessern ihre Wahrnehmungsfähigkeit, können Risiken abschätzen, sind bereit etwas zu wagen und verantworten Sicherheitsmaßnahmen. Sie drücken sich kreativ über ihren Körper aus. Bei sportlichen Aktivitäten kooperieren die Schülerinnen und Schüler selbstständig miteinander und treten miteinander in Wettkampf. Dabei zeigen sie Fairness und die Bereitschaft, Konflikte zu bewältigen. Sie erfahren, dass sportliches Handeln auch soziales Handeln bedeutet. Sie erlernen und verstärken soziale Kompetenzen, um sozialen Ausgrenzungen entgegenzutreten.

Die Inhalte ergeben sich aus den Sportbereichen I bis III.

## 2 Sportbereich I (Fachkenntnisse)

Die Schülerinnen und Schüler sind in der Lage, ihr Sporttreiben zunehmend selbstständig zu organisieren und durchzuführen. Sie erwerben grundlegende Kenntnisse in den Bereichen Gesundheit sowie der Regeln von Sportarten. Sie wissen, dass geeignete Ernährung ihrem Sporttreiben förderlich ist.

Grundlagen der Trainings- und Bewegungslehre

Anpassungserscheinungen des Körpers bei Belastung

In Abhängigkeit von ausgewählten Trainingsmethoden  
Richtiges Auf- und Abwärmen, Dehnungs- und Stretchübungen, sanftes Ausdauertraining in Eigenrealisation

Gesundheitsgerechte Lebensführung

Hygiene, Ernährung, Suchtmittel

Regelwerk der unterrichteten Sportarten

Problematik von Doping im Sport

### **3 Sportbereich II (Schulsportarten)**

Die Schülerinnen und Schüler erfahren in den Schulsportarten Bewegungs- und Belastungsreize zunehmend sportartspezifisch, mit höherem Schwierigkeitsgrad und ihrer individuellen Entwicklung angepasst. Sie demonstrieren sportart- und spielspezifische Fertigkeiten und wenden diese situationsgerecht an. Gruppen- und mannschaftstaktische Strategien werden im Spiel angewendet.

Leistungsschwächere Schülerinnen und Schüler haben durch differenzierte Aufgabenstellungen Erfolgserlebnisse und verbessern ihre individuelle Leistung.

Durch Üben in der Gruppe übernehmen sie Schiedsrichtertätigkeiten und organisieren eigenverantwortlich den Spielbetrieb. Dadurch fördern sie ihre soziale Handlungskompetenz in mannigfaltiger Weise.

Über differenzierte Aufgabenstellungen erweitern die Schülerinnen und Schüler ihre Erfahrungen und ihr Wissen über Trainingsmethoden. Sie trainieren ihre Kraft, Ausdauer und Koordination in zunehmendem Umfang. Sie planen ihre Trainingsintervalle und führen sie weitgehend selbstständig durch.

Die Sportlehrerin/der Sportlehrer legt in Abhängigkeit des Leistungsniveaus der Schülerinnen und Schüler und der gewählten Sportart die Lernziele fest und motiviert die Schülerinnen und Schüler zur Teilnahme an Wettbewerben (z. B. Schulsportturniere, Jugend trainiert für Olympia)

### **4 Sportbereich III (Wahlbereich)**

Die Schülerinnen und Schüler erweitern im Sportbereich III ihren Erlebens- und Erfahrungsbereich. Dieser Sportbereich ist inhaltlich nicht festgelegt. Die Schülerinnen und Schüler üben und vertiefen ihre Fertigkeiten, Fähigkeiten und Regelkenntnisse in den unterrichteten Sportarten und bauen evtl. vorhandene Defizite ab. Sie erleben neue für den Schulsport geeignete sportliche Betätigungsfelder. Sie engagieren sich im Sportleben der Schule. Die Schülerinnen und Schüler sind motiviert, sich auch außerhalb der Schule sportlich zu betätigen und erschließen sich Möglichkeiten der sportlichen Freizeitgestaltung über die Schulzeit hinaus.