

Kantonaler Lehrplan für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung

Mit Spezifikationen der Baugewerblichen Berufsschule Zürich, Abteilung Planung und Rohbau



Das Bildungsrat des Kantons Zürich erlässt per 21.08.2017 den nachfolgenden kantonalen Lehrplan.

Impressum

Autoren

Annina Baumann
Jean-Pierre Brêchet
Marianne Leu
Bruno Räss
Karin Ryser
René Wyttenbach

Spezifiziert durch das Sportlehrerteam der BBZ PR (FS 2017, HS 2017/18)

Gestaltung & Druck

kdmz

Fotos

Hanspeter Lässer

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	4
2	Sportbetrieb an der Baugewerblichen Berufsschule Zürich, Abteilung Planung und Rohbau	5
3	Konzept Sportunterricht	6
3.1	Handlungsbereiche	6
3.2	Anforderungen	6
3.3	Kompetenzen	7
3.4	Lernziele	7
3.5	Vorgaben Lerninhalte	7
3.6	Die fünf Handlungsbereiche	7
4	Qualifizierung der Lernenden	23
4.1	Vorgaben	23
5	Sicherheit und Unfallprävention	24
5.1	Grundsatz zur Obhut und Sorgfaltspflicht	24
5.2	Unfallprävention an Berufsschulen im Kanton Zürich	24
5.3	Hilfreiche Links zum Thema Sicherheit im Sportunterricht	25
6	Qualität	26
7	Quellenverzeichnis und Links	27

1 Einleitung

Am 24. September 2014 wurde der eidgenössische Rahmenlehrplan, erstellt vom Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation (SBFI), für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung in Kraft gesetzt.

Die Berufsfachschulen sind verpflichtet, basierend auf dem Rahmenlehrplan Sport einen Lehrplan Sport zu erarbeiten.

Im August 2015 erteilte das Mittelschul- und Berufsbildungsamt des Kantons Zürich den Auftrag, den eidgenössischen Rahmenlehrplan für Sportunterricht in einen zentralen kantonalen Lehrplan für den Sportunterricht umzusetzen, der für alle kantonalen Berufsfachschulen und staatsbeitragsberechtigten Berufsfachschulen mit nichtstaatlicher Trägerschaft verbindlich ist.

Dieser kantonale Lehrplan für den Sportunterricht legt die Ziele und Inhalte des Sportunterrichts der Schule verbindlich fest und macht sie für alle Beteiligten transparent und nachvollziehbar.

2 Sportbetrieb an der Baugewerblichen Berufsschule Zürich, Abteilung Planung und Rohbau

Die Baugewerblichen Berufsschule, Abteilung Planung und Rohbau (BBZ PR), befindet sich an der Lagerstrasse 55 in Zürich, nur wenige Minuten Fussweg vom Zürcher Hauptbahnhof entfernt. Somit ist die Berufsschule auch von unseren ausserkantonalen Lernenden sehr gut erreichbar. An der BBZ PR arbeiten insgesamt 8 Sportlehrpersonen (Stand August 2017).

Die BBZ PR verfügt über eine unterirdische Dreifachturnhalle, welche durch Trennwände in drei Hallen unterteilt werden kann. Zusätzlich gibt es eine vierte Halle, in welcher ein ebenerdig eingebautes Trampolin sowie eine Kletterwand vorhanden sind. Neben den Sporthallen sind ein Dojo und ein Kraftraum vorhanden, welche von den Lernenden nach der obligatorischen Einführung selbständig benutzt werden können.

Zeichner EFZ, Schreiner EFZ, Geomatiker EFZ, Maurer EFZ, Schreiner- und Baupraktiker EBA besuchen die BBZ PR. Die Geomatiker EFZ besuchen die Berufsfachschule in jeweils zehnwöchigen Blockkursen. Es wird angestrebt, möglichst viele Sport-Doppelkationen durchzuführen. Daher sind die Sportkationen der verschiedenen Berufe in den verschiedenen Lehrjahren wie folgt aufgeteilt:

4-jährige Lehrberufe		Lektionen Sportunterricht pro Lehrjahr:			
		1.	2.	3.	4.
ZA	Zeichner Architektur EFZ	2	2	2	-
ZAB	Zeichner Architektur EFZ mit Berufsmatura	2	2	2	1
ZI	Zeichner Ingenieurbau EFZ	2	2	2	-
ZIB	Zeichner Ingenieurbau EFZ mit Berufsmatura	1	1	1	1
ZL	Zeichner Landschaftsarchitektur EFZ	2	-	2	-
ZR	Zeichner Raumplanung EFZ	2	-	2	-
Am	Architekturmodellbauer	2	-	2	-
Sr	Schreiner EFZ	2	-	2	-
GM	Geomatiker EFZ	2	2	2	2

3-jährige Lehrberufe		Lektionen Sportunterricht pro Lehrjahr:		
		1.	2.	3.
Mr	Maurer EFZ	2	1	-

2-jährige Lehrberufe		Lektionen Sportunterricht pro Lehrjahr:	
		1.	2.
BaP	Baupraktiker EBA	1	1
SrP	Schreinerpraktiker EBA	1	1

3 Konzept Sportunterricht

Pädagogischer Doppelauftrag des Sports

Der kantonale Lehrplan für Sportunterricht bezieht sowohl die Erschliessung der Sport- und Bewegungskultur sowie auch die Entwicklungsförderung durch Sport und Bewegung mit ein. Deshalb sind mit den inhaltlichen fachlichen Zielen aller Handlungsbereiche die entsprechenden pädagogischen Ziele verknüpft.

3.1 Handlungsbereiche¹

Aus der Vielzahl von Sportarten und Bewegungsformen lassen sich verschiedene Handlungsbereiche ableiten, welche die wesentlichen Aspekte des Sportunterrichts zusammenfassen:

- **Spiel**
spielen und Spannung erleben
- **Wettkampf**
leisten und sich messen
- **Ausdruck**
gestalten und darstellen
- **Herausforderung**
erproben und Sicherheit gewinnen
- **Gesundheit**
ausgleichen und vorbeugen

3.2 Anforderungen

Pro Handlungsbereich sind aus den Zielen jeweils drei zentrale Anforderungen abgeleitet. Diese Anforderungen führen zur Selbstständigkeit und Handlungsfähigkeit in der Ausführung ausgewählter Sport- und Bewegungsinhalte. Sie entsprechen in ihrer aufgeführten Reihenfolge einer zunehmenden Komplexität und beziehen sich auf:

- **die Ausbildung von Grundfähigkeiten**
(zielorientiertes Bewegungshandeln)
- **die Entwicklung**
(Analyse und Verbesserung) und
- **die Kreativität**
(selbstständige, angepasste Ausübung).

¹ (SBFI 2014)

3.3 Kompetenzen²

Fachkompetenzen und überfachliche Kompetenzen

Die Handlungsbereiche im Sportunterricht konfrontieren die Lernenden mit typischen und komplexen Anforderungen. Um diese Anforderungen im eigenen sportlichen Bewegungshandeln erfolgreich zu bewältigen, ist ein breites Repertoire an Kompetenzen notwendig. Für jeden Handlungsbereich lassen sich zu fördernde Fachkompetenzen und überfachliche Kompetenzen definieren:

- **Fachkompetenz**
Die zum zielorientierten Handeln erforderlichen fachlichen Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten
- **Selbstkompetenz**
Die zur Identitätsentwicklung und zum selbstbestimmten Handeln erforderlichen Selbstwahrnehmungen und Motive
- **Sozialkompetenz**
Die zum angemessenen Umgang mit anderen erforderlichen sozialen Fähigkeiten (z.B. Team- und Kommunikationsfähigkeit)
- **Methodenkompetenz**
Die zur individuellen Weiterentwicklung erforderlichen Fähigkeiten zu selbstständigem Lernen, Üben und Trainieren (z.B. Wie verbessere ich meine Sprungkraft?)

3.4 Lernziele

Der Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung ist darauf ausgerichtet, dass alle Lernenden pro Lehrjahr fachliche und überfachliche Kompetenzen in den fünf Handlungsbereichen (Spiel, Wettkampf, Ausdruck, Herausforderung und Gesundheit) erreichen.

Die Rasterbeispiele (Kapitel 4.4 und 4.5) zeigen aus den Anforderungen exemplarisch abgeleitete Kompetenzbeschreibungen. Die Beschreibungen sind den vier Kompetenzausrichtungen Fachkompetenz, Selbstkompetenz, Sozialkompetenz und Methodenkompetenz zugeordnet und dienen als Orientierungsrahmen für die Herleitung der Schullehrpläne Sport.

3.5 Vorgaben Lerninhalte

In 40 Jahreslektionen (entspricht 1 Schuljahr mit 1 Lektion pro Woche) müssen folgende drei Punkte enthalten sein:

- Zu jedem der **5 Handlungsbereiche** legt die Schule mindestens 1 Thema mit den entsprechenden Fachkompetenzen fest. Pro Thema muss mindestens eine Anforderungsstufe und eine überfachliche Kompetenz enthalten sein.
- Insgesamt müssen die **3 Anforderungsstufen** *mindestens* einmal vorkommen.
- Insgesamt müssen die **3 überfachlichen Kompetenzen** mindestens einmal vorkommen.

3.6 Die fünf Handlungsbereiche

Auf den folgenden Seiten sind Beispiele für die fünf Handlungsbereiche abgebildet.

² (SBFI 2014)

Handlungsbereich **Spiel**

Päd. Zielsetzung:

- Erleben des Spiels als eigenständige und spannende Tätigkeit
- Verstehen, Einhalten und bewusstes Handhaben von Spielregeln
- Anpassen des Spielcharakters durch bewusste und kreative Änderung der Regeln
- Ableitung und Anpassung von Spielformen oder Erfindung neuer Spiele
- Aneignung von sozialem Handeln im Sport und in anderen Lebensbereichen (Fairness, moralische Urteilsfähigkeit, Konfliktlöse- und Teamfähigkeit)

Fachkompetenzen



Grosse Spiele

- Basket- /Volley- / Hand- und Fussball
- Unihockey / Baseball / Wasserball
- Tschoukball / Ultimate / Intercross / Rugby



Rückschlagspiele

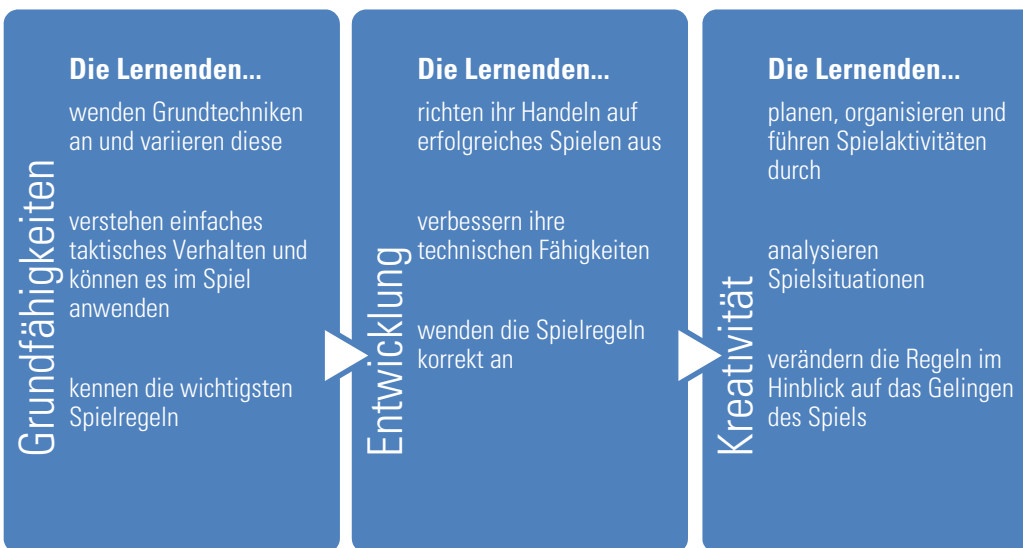
- Smolball / Tennis
- Badminton / Tischtennis
- Squash / Speedminton



Kleine Spiele

- Völkerball / Sitzball / Mattenlauf
- Aufwärm-/Kommunikations-/Intensivspiele
- Streetball / Kin Ball / Wasserspielformen

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre



Handlungsbereich **Spiel**
Überfachliche Kompetenzen

Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

- schätzen ihre Spielfähigkeiten realistisch ein
- können mit Sieg und Niederlage umgehen
- verhalten sich regelkonform und zeigen eigene Regelverstösse an
- leiten ein Spiel
- erleben und erkennen ihre planerischen und organisatorischen Fähigkeiten
- erkennen Spielmöglichkeiten und nehmen sie wahr

Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

- handeln Spielregeln kooperativ aus
- akzeptieren Team und Schiedsrichterentscheide
- lassen alle am Spiel teilhaben
- weisen sich gegenseitig auf Regelverstösse hin
- ermutigen Mitspielende
- sind tolerant gegenüber Mitspielenden mit anderen Vorstellungen und Fähigkeiten

Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

- erkennen spezifische Zugänge zu unterschiedlichen Spielen
- testen methodische Aufbauformen von Spielideen
- variieren Spielmöglichkeiten und erfinden Neue
- gehen bei Konflikten lösungsorientiert vor

BBZ PR – Handlungsbereich **Spiel**

Spiel soll wesentlich im Zusammenspiel und der Begegnung mit Spielern (Mitspieler wie auch Gegner) als auch Spielgeräten erlebt werden. Das Spiel trägt den Zweck in sich selbst. Es soll Spielräume öffnen und innerhalb der Spielgrenzen bekannte und unbekannte Spielmöglichkeiten erlebbar machen. Ein Spiel gelingt, je besser man in Kontakt (Spielgerät/Gegner/Partner) tritt, in den Freiräumen mit den eigenen Möglichkeiten bestmögliche Entscheidungen trifft und sich positiv zum Ausdruck bringt.

	1. Lehrjahr	2. Lehrjahr	3. Lehrjahr	4. Lehrjahr
Thema, Übungen	Kleine Spiele In Gruppen Spiele entwickeln gemäss vorgegebenen Rahmenbedingungen (Regeln aufstellen - Grenzen und Regeln zur Öffnung von Spielräumen)	Rückschlagspiele Badminton Gegner aus dem Gleichgewicht bringen; Aktionen des Gegners lesen. Selbstständiges Spielen	Grosse Spiele Tchoukball oder Flagfootball (mit taktischem Timeout im Team)	Selbstständiges Spielen Die Lernenden erkennen ihre Schwächen und Stärken und können damit umgehen. Die stärkeren Spieler können auch schwächere in ein Spiel integrieren. Spielumsetzung und -leitung finden selbstständig statt.
Anforderungsstufen	Kreativität Die Lernenden geben Spielregeln vor und verändern die Regeln im Hinblick auf das Gelingen des Spiels.	Grundfertigkeiten Die Lernenden wenden Grundtechniken an und variieren diese. Die Lernenden verstehen einfaches taktisches Verhalten und können es im Spiel anwenden.	Grundfähigkeiten Die Lernenden verstehen einfaches taktisches Verhalten und können es im Spiel anwenden.	Kreativität Die Lernenden analysieren Spielsituationen. Entwicklung Die Lernenden wenden Spielregeln korrekt an.
Überfachliche Kompetenzen	Die Lernenden... Selbstkompetenz: erkennen und erleben ihre planerischen und organisatorischen Fähigkeiten und leiten ein Spiel. Sozialkompetenz: handeln Spielregeln kooperativ aus. Methodenkompetenz: variieren Spielmöglichkeiten und erfinden Neue.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: erkennen Spielmöglichkeiten und nehmen sie wahr. Sozialkompetenz: weisen einander auf Regelverstösse hin. Methodenkompetenz: gehen bei Konflikten lösungsorientiert vor.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: schätzen ihre Spielfähigkeiten realistisch ein. Sozialkompetenz: lassen alle am Spiel teilhaben und ermutigen Mitspieler. Methodenkompetenz: erkennen spezifische Zugänge zu unterschiedlichen Spielen.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: können mit Sieg und Niederlage umgehen. Die Lernenden verhalten sich regelkonform und zeigen eigene Regelverstösse an. Sozialkompetenz: akzeptieren Team- und Schiedsrichterentscheide. Weisen sich gegenseitig auf Regelverstösse hin und sind tolerant gegenüber Mitspielenden. Methodenkompetenz: gehen bei Konflikten lösungsorientiert vor.

Handlungsbereich **Wettkampf**

Päd. Zielsetzung:

- Erleben der Spannung des Leistungsvergleichs
- Erschliessung der Attraktivität der individuellen Leistungssteigerung
- Erfolgsorientierte Umsetzung der Fähigkeiten im Wettkampf
- Entwicklung einer realistischen Selbsteinschätzung
- Befähigung zur Teilnahme an Wettkämpfen
- Organisation schulischer Wettkampfformen
- Respektvoller Umgang mit Leistungsschwächeren, Tolerieren von Leistungsunterschieden

Fachkompetenzen



Turnierformen

- Ligaturniere
- Spielturniere / Minigolf / Bowling
- Kampfarena



Leichtathletik / Fitness

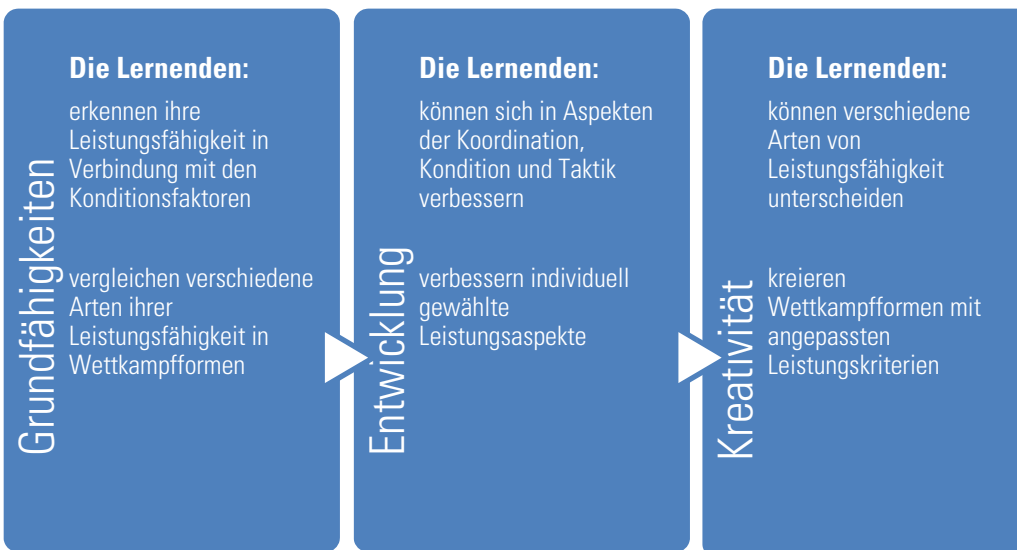
- Hindernislauf / Hallentriathlon
- Stationentraining / Fitnessstest
- Orientierungslauf / Laufwettbewerbe



Wassersport

- Ausdauerwettkämpfe
- Kurzstrecken-Wettkämpfe
- Synchron-/ Rettungsschwimmen

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre



Handlungsbereich **Wettkampf**
Überfachliche Kompetenzen

Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

- können die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen
- überwinden sich, im Wettkampf Leistung zu erbringen und sich einzusetzen
- können die eigene Leistungsentwicklung beurteilen und beeinflussen
- können Siege und Niederlagen einordnen
- arbeiten mit Durchhaltevermögen und Willen an ihren Zielen
- schätzen die Teilnahme ebenso hoch ein wie das Siegen

Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

- respektieren unterschiedliche, individuelle Leistungsniveaus
- geben sich gegenseitig Tipps zur Verbesserung
- erkennen gegenseitig Stärken und nutzen diese in Gruppenvergleichen
- einigen sich in Gruppenwettkämpfen auf gemeinsame Taktiken
- sind bereit, Wettkampfformen mit Chancengleichheit für alle zu gestalten
- akzeptieren innerhalb der Wettkampfgruppe Fehler und Unvermögen

Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

- kennen Methoden zur Steigerung von Leistungsaspekten
- können sich relevante Informationen zur Leistungsverbesserung besorgen
- wählen für den Leistungsvergleich die für sie erfolgversprechende Ausführungsart
- können angewandte Ausführungsarten analysieren
- kennen Möglichkeiten, um Wettkampfformen zu verändern (zu erleichtern, zu erschweren)
- setzen sich Ziele und können das Erreichte überprüfen

BBZ PR – Handlungsbereich **Wettkampf**

Dem Handlungsbereich Wettkampf ordnen wir folgende Eigenschaften zu:

- Umgang mit Sieg und Niederlage (als Team, als Individuum).
- Sich mit anderen Personen und/oder an den eigenen Zielsetzungen messen.
- Das Verbessern der persönlichen Leistung als Beitrag zur positiven persönlichen Entwicklung.

Regelmässiges Trainieren und Thematisieren der oben genannten Eigenschaften soll die Entwicklung der Teilnehmenden positiv beeinflussen.

	1. Lehrjahr	2. Lehrjahr	3. Lehrjahr	4. Lehrjahr
Thema, Übungen	Minigolf In Gruppen einen Minigolfparcours erstellen und spielen. (Materialvorgabe durch Lehrperson)	Ligaturnier Sportart frei wählbar (Mit Badminton aus dem Handlungsbereich Spiel kombinierbar)	Stationentraining Die Lernenden messen ihre Leistungsfähigkeit an verschiedenen Stationen.	Spielturnier Durchführung eines Spielturniers in einer frei wählbaren Sportart. (Evtl. in Verbindung mit dem Handlungsbereich Spiel)
Anforderungsstufen	Kreativität Die Lernenden können verschiedene Arten von Leistungsfähigkeit und unterschiedliche Schwierigkeitsgrade unterscheiden.	Grundfähigkeiten Die Lernenden vergleichen ihre eigene Leistungsfähigkeit im Ligaturnier mit derjenigen anderer Lernenden.	Grundfähigkeiten Die Lernenden erkennen ihre Leistungsgrenzen in Verbindung mit den Konditionsfaktoren.	Entwicklung Die Lernenden verbessern sich in Aspekten der Koordination, Kondition und Taktik.
Überfachliche Kompetenzen	Die Lernenden... Selbstkompetenz: schätzen die Teilnahme ebenso hoch ein wie das Siegen. Sozialkompetenz: geben sich gegenseitig Tipps zur Verbesserung. Methodenkompetenz: können angewendete Ausführungsarten analysieren.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: können die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen. Sozialkompetenz: respektieren unterschiedliche, individuelle Leistungsniveaus. Methodenkompetenz: setzen sich Ziele und können das Erreichte überprüfen.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: überwinden sich, sich einzusetzen und im Wettkampf Leistung zu erbringen. Sozialkompetenz: respektieren unterschiedliche, individuelle Leistungsniveaus. Methodenkompetenz: können angewendete Ausführungsarten analysieren.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: können Siege und Niederlagen einordnen. Sozialkompetenz: einigen sich in Gruppewettkämpfen auf gemeinsame Taktiken. Methodenkompetenz: können angewendete Ausführungsarten analysieren.

Handlungsbereich **Ausdruck**

Päd. Zielsetzung:

- Erschliessung des Bewegungspotenzials und des Wesens der Körpersprache
- Erweiterung des Bewegungsrepertoires und der Ausdrucksmöglichkeiten
- Erreichen von beabsichtigten Eindrücken bei Betrachtern
- Entwicklung der Urteilsfähigkeit über die Wirkung von Bewegungen
- Auseinandersetzung mit dem Körper (der eigenen Körperlichkeit)
- Aufbau eines positiv-realistischen Körperkonzepts

Fachkompetenzen



Tanzen

- Streetdance
- Tanz-Aerobicformen
- Gesellschaftstänze



Akrobatik

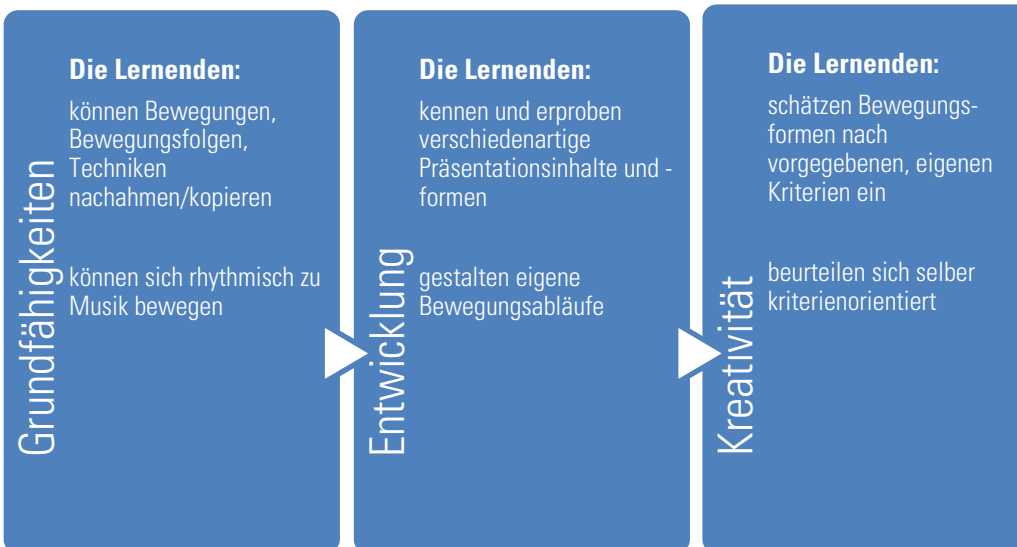
- Partner- / Gruppenakrobatik
- Bewegungsfolgen mit und ohne Geräte
- Tanzakrobatik



Geräteturnen

- Rebounder / Trampolin
- Bodenturnen / Parcouring
- Reck / Ringe / Barren

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre



Handlungsbereich **Ausdruck**
Überfachliche Kompetenzen

Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

- lassen sich auf ungewohnte und unbekannte Bewegungsformen ein
- entdecken durch neue Bewegungen neue Stärken und Schwächen
- eruieren Vor- und Nachteile von verschiedenen Präsentationsformen
- arbeiten an einer eigenen Darbietung
- kennen Methoden zur Einschätzung von Bewegungen und wenden diese an

Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

- tolerieren ungewohnte und neue Bewegungsformen von anderen
- können Bewegungsvorgaben innerhalb von Gruppen gestalten
- lernen den Umgang mit eigenen Emotionen bei Darbietungen
- nehmen Kritik und Korrekturen entgegen und setzen diese um
- beurteilen die Wirkung, die Ausführung der eigenen Bewegungsformen
- urteilen über und für sich selber

Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

- kennen Vorgehensweisen, um neue Bewegungen zu erlernen
- kennen Ausdruckskriterien zur Bewegungsgestaltung
- erarbeiten mit gegenseitiger Unterstützung Bewegungsfolgen und -abläufe
- integrieren bei Gruppengestaltungen die Stärken der Einzelnen
- beurteilen vorgezeigte Bewegungsformen fair und konstruktiv
- geben hilfreiche und optimierende Rückmeldungen

BBZ PR – Handlungsbereich **Ausdruck**

Im Handlungsbereich Ausdruck gilt es, eigenen oder vorgegebenen Bewegungsformen einen persönlichen Ausdruck zu verleihen. Grundlage hierfür sind die eingebrachte Kreativität bezüglich Bewegungsfolge, Bewegungsausführung sowie Mimik und Gestik.

	1. Lehrjahr	2. Lehrjahr	3. Lehrjahr	4. Lehrjahr
Thema, Übungen	Akrobatik Zu zweit oder in Gruppen eine Abfolge mit verschiedenen Akrobatikerelementen erstellen. (Vorlagen mit einfachen und schwierigen Elementen sind vorhanden)	Trampolin / Minitramp Grundsprünge erlernen und auf dem Trampolin Bewegungsfolgen ausführen.	Rhythmik-Choreographie Die Lernenden stellen in Kleingruppen eine eigene Choreographie zusammen. Diese wird im Anschluss von den anderen Gruppen beurteilt. (Z.B.: Springseilchoreographie)	Parcouring Ausprobieren von verschiedenen Parcours-Posten in Kleingruppen. Die Lernenden geben sich gegenseitig Rückmeldungen. Hilfsmittel: Lehrmittel "Parcours" (Z.B.: Lehrperson gibt Posten vor oder die Lernenden erstellen selber verschiedene Posten)
Anforderungsstufen	Entwicklung Die Lernenden gestalten eine eigene Bewegungsabfolge mit einfachen und schwierigen Elementen der Akrobatik und geben dieser einen persönlichen Ausdruck.	Grundfähigkeiten Die Lernenden können Grundsprünge, Techniken, Bewegungsfolgen (Trampolin), nachahmen/ kopieren. Fakultativ: Die Lernenden gestalten eigene Bewegungsfolgen (Entwicklung).	Kreativität Die Lernenden schätzen Bewegungsformen nach vorgegebenen oder eigenen Kriterien ein.	Grundfähigkeiten Die Lernenden können Bewegungen, Bewegungsfolgen, Techniken nachahmen/kopieren.
Überfachliche Kompetenzen	Die Lernenden... Selbstkompetenz: arbeiten an einer eigenen Darbietung. Sozialkompetenz: können Bewegungsvorgaben innerhalb von Gruppen gestalten. Methodenkompetenz: erarbeiten mit gegenseitiger Unterstützung Bewegungsfolgen und -abläufe.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: lassen sich auf ungewohnte und unbekannte Bewegungsformen ein. Sozialkompetenz: beurteilen Wirkung und Ausführung der eigenen Bewegungsformen. Methodenkompetenz: erarbeiten mit gegenseitiger Unterstützung Bewegungsfolgen und -abläufe.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: arbeiten an einer eigenen Darbietung. Sozialkompetenz: können Bewegungsvorgaben in der Gruppe gestalten. Methodenkompetenz: beurteilen vorgezeigte Bewegungsformen fair und konstruktiv.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: kennen Methoden zur Einschätzung von Bewegungen und wenden diese an. Sozialkompetenz: urteilen über und für sich selber Methodenkompetenz: geben hilfreiche und optimierende Rückmeldungen.

Handlungsbereich **Herausforderung**

Päd. Zielsetzung:

- Erschliessung des Reizvollen an sportlichen Herausforderungen
- Erkennen des Risikos bei Bewegungsanforderungen
- Treffen von Sicherheitsvorkehrungen
- Einschätzung und angemessene Beurteilung von Gefahren und eigenen Fähigkeiten
- Entwicklung des Selbstvertrauens
- Einholen und Annehmen von kompetenter Unterstützung und Hilfestellung anderer

Fachkompetenzen



Klettern / Schneesport

- Bouldern
- Routen-Klettern mit Sicherung
- Ski / Snowboard / Schlitteln



Sport auf Rollen und Kufen

- Biken / Einrad
- Inline / Skate- / Kickboard
- Eislaufen



Artistik / Zielen und Treffen

- Jonglieren
- Balancieren / Slackline / Parcours
- Bogenschiessen / Darts / Billiard

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre

Grundfähigkeiten

Die Lernenden:

erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten

können ihre Fähigkeiten einschätzen

beachten Sicherheitsvorkehrungen

Entwicklung

Die Lernenden:

beurteilen Gefahren und Risiken angemessen

kennen Sicherheitstechniken und wenden diese an

erkennen Reize von sportlichen Wagnissen

Kreativität

Die Lernenden:

variieren individuelle Bewegungsherausforderungen sicher

beurteilen ihre Bewegungsformen nach eigenen oder vorgegebenen Kriterien

Handlungsbereich **Herausforderung**
Überfachliche Kompetenzen

Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

- lassen sich auf neue Herausforderungen ein
- überwinden sich (in gesichertem Rahmen), unbekannte Bewegungen zu erproben
- kennen eigene Grenzen und stehen dazu
- thematisieren eigene Fähigkeiten
- ordnen eigene Emotionen ein
- entscheiden sich begründet für oder gegen eine Herausforderung und wählen entsprechende Sicherheitsvorkehrungen

Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

- leisten zuverlässig und kompetent Hilfestellung
- erkennen die Fähigkeiten von Mitlernenden und nutzen sie in der Gruppe
- erkennen negativen Gruppendruck und verhindern ihn
- weisen auf Gefahren hin und geben Hinweise zur Sicherheit
- klären Rollen, vereinbaren Regeln und halten sich daran
- übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen

Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

- kennen Methoden
- zur Selbst- und zur Fremdeinschätzung
- wenden hilfreiche Bewegungslern-methoden an
- können Bewegungsabläufe analysieren
- wenden Grundsätze zur Gewährleistung der Sicherheit an
- wenden objektive Kriterien zur Beurteilung von Fähigkeiten an
- halten sich an Sicherheitsstandards

BBZ PR – Handlungsbereich **Herausforderung**

Die Herausforderung soll zur persönlichen Entwicklung dienen, im Sinne, dass man sich neuen Aufgaben stellt und diese entsprechend der Rahmenbedingungen möglichst gut zu lösen versucht. Somit sollen koordinative, kooperative und konditionellen Fähigkeiten verbessert werden. Ziel ist es, sich entsprechend der individuellen Fähigkeiten, weiterzuentwickeln. Die Lernenden sollen selber tätig werden und Fortschritte gemäss ihrem Können erzielen. Die Herausforderungen ermöglichen ein gesundheitserhaltendes Bewegungsverhalten.

	1. Lehrjahr	2. Lehrjahr	3. Lehrjahr	4. Lehrjahr
Thema, Übungen	Kraftsport Grenzen von herausfordernden Kraftübungen analysieren und schädigende Ausführungen und Auswirkungen erkennen und vermeiden.	Klettern Top Rope Klettern (Evtl. Routen blind klettern)	Balancieren, Jonglieren, Slack-line oder Parcours Mit vorgängigen Ideen/ Inputs selbstständig oder in Gruppen Parcours kreieren. (Material und Regeln festlegen)	Unterrichtssequenz Alleine oder im Team einen Unterrichtsteil planen und durchführen. (Z.B.: Einlaufen)
Anforderungsstufen	Kreativität Die Lernenden beurteilen und analysieren ihre Bewegungsformen nach eigenen oder vorgegebenen Kriterien.	Entwicklung Die Lernenden kennen Sicherheits- und Sicherungstechniken und wenden diese an.	Kreativität Die Lernenden variieren individuelle Bewegungsherausforderungen sicher. Die Lernenden nutzen ihre Fähigkeiten und erleben ihre Leistungsgrenzen. Entwicklung Die Lernenden erkennen Reize und Grenzen von sportlichen Wagnissen.	Entwicklung Die Lernenden können Bewegungsformen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.
Überfachliche Kompetenzen	Die Lernenden... Selbstkompetenz: thematisieren eigene Fähigkeiten. Sozialkompetenz: übernehmen Verantwortung im vereinbarten Rahmen. Methodenkompetenz: können Bewegungsabläufe analysieren.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: kennen eigene Grenzen und stehen dazu. Sozialkompetenz: weisen auf Gefahren hin, geben Hinweise zur Sicherheit. Methodenkompetenz: halten sich an Sicherheitsstandards und wenden hilfreiche Bewegungslernmethoden an.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: erproben unbekannte Bewegungen und lassen sich auf neue Herausforderungen ein. Sozialkompetenz: erkennen Fähigkeiten von Mitlernenden und nutzen sie in der Gruppe. Methodenkompetenz: wenden Grundsätze zur Gewährleistung der Sicherheit an.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: thematisieren eigene Fähigkeiten. Sozialkompetenz: weisen auf Gefahren hin und geben Hinweise. Methodenkompetenz: können Bewegungsabläufe analysieren.

Handlungsbereich **Gesundheit**

Päd. Zielsetzung:

- Befähigung zum körpergerechten und verletzungspräventiven Sporttreiben
- Erschliessung von ausgleichenden und erholenden Aktivitäten
- Orientierung an gesundheitsrelevanten Erfahrungen (Vorbildern) aus Beruf und Freizeit
- Kompensation unzureichender oder einseitiger körperlicher Beanspruchung
- Stärkung der physischen, psychischen und sozialen Ressourcen
- Integration von Bewegung in eine gesunde Lebensweise
- Anwendung von Aufbaumethoden nach Verletzungen oder Krankheit (aktive Rekonvaleszenz)

Fachkompetenzen



Fitness / Haltung

- Ausdauertraining mit und ohne Gerät
- Krafraum / Spezifisches Krafttraining
- Aktives und passives Dehnen / Mobilisation



Mentaltraining / Regeneration

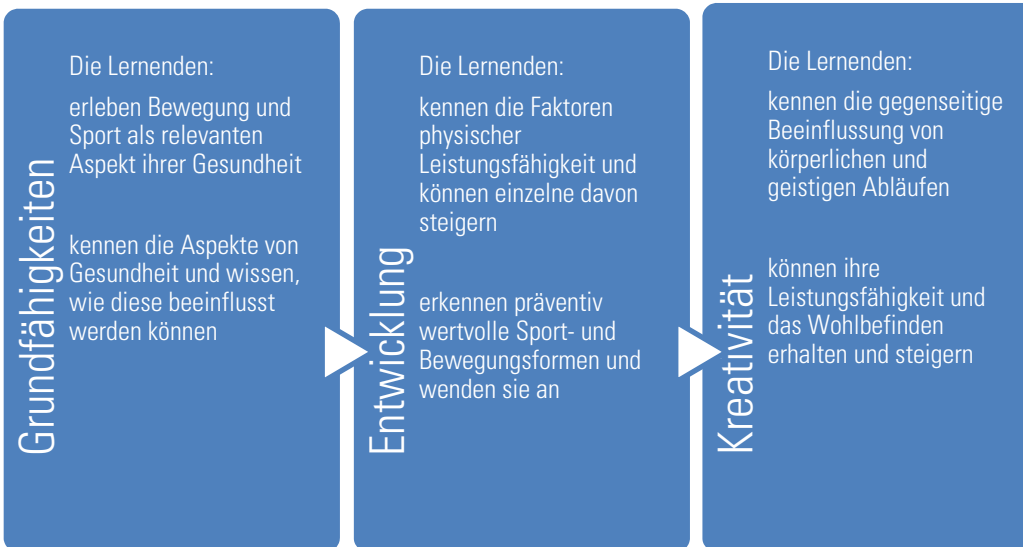
- Mentale Handlungssteuerung
- Konstruktiver Umgang mit Belastungssituationen
- Aktive und passive Erholung



Prävention

- Ergonomisches Handeln
- Bedarfsgerechte Ernährung
- Unfallverhütung

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre



Handlungsbereich **Gesundheit**
Überfachliche Kompetenzen

Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

- können ihre Gesundheit reflektieren und sich darüber austauschen
- realisieren körperliche Belastungen und deren Auswirkungen
- sind ehrlich und kritisch gegenüber sich selber
- können das eigene Bewegungsverhalten bezüglich Gesundheit beurteilen und dosieren
- setzen erkannte Optimierungen im eigenen Bewegungsverhalten um
- überwinden die eigene Bequemlichkeit und sind aktiv

Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

- verhalten sich in der Lerngruppe so, dass alle die Sport- und Bewegungsaktivitäten als gesundheitsfördernd erleben
- geben eigene Erfahrungen weiter
- unterstützen und motivieren andere
- nutzen soziale Kontakte im Umfeld ihrer Bewegungsaktivitäten als einen Aspekt ihrer Gesundheit

Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

- wenden gesundheitsfördernde Arten der körperlichen Betätigung an
- besorgen sich zweckdienliche Informationen
- können einzelne Trainingsformen (inkl. Rekonvaleszenz) anwenden
- setzen sich eigene Ziele und arbeiten darauf hin
- steigern mit Bewegungsaktivitäten ihr aktuelles Wohlbefinden
- nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen

BBZ PR – Handlungsbereich **Gesundheit**

Sport und Bewegung gleichen unzureichende körperliche Betätigung sowie einseitige körperliche Beanspruchungen und Überbelastungen aus und beugen durch Bewegungsmangel bedingte Erkrankungen vor. Die eigene Körperwahrnehmung sowie das Bewusstsein für gesundes Verhalten soll gefördert werden.

	1. Lehrjahr	2. Lehrjahr	3. Lehrjahr	4. Lehrjahr
Thema, Übungen	Einführung Krafraum Einführung unter Beachtung der muskulären Balance und der Trainingsprinzipien.	Unfallverhütung / Propriozeption Propriozeptive Übungen Gleichgewichtsübungen auf einer labilen Unterlage in Kombination mit anderen Sinnesorganen wie dem taktilen Sinn (Fussunterlage), Sehsinn (offene/geschlossene Augen) etc.	Herz-Kreislauf Kurz-Theorie über: - Ruhepuls - Herzfrequenz unter Belastung - Herzfrequenz bei Erholung - Trainierbarkeit des Herzmuskels	Regenerationsmassnahmen Die Lernenden lernen verschiedene Regenerationsmassnahmen kennen.
Anforderungsstufen	Grundfähigkeit Die Lernenden sind in der Lage, die Krafraumgeräte körpergerecht einzustellen und zu bedienen. Sie können die Bewegungen korrekt ausführen.	Grundfähigkeiten Die Lernenden erleben und erkennen Bewegung als relevanten Aspekt ihrer Gesundheit. Entwicklung Erkennen präventiv wertvolle sensorische Übungen, die entscheidend daran beteiligt sind, Verletzungen zu verhindern und wenden diese an.	Entwicklung Die Lernenden kennen die Faktoren physischer Leistungsfähigkeit und können einzelne davon steigern.	Entwicklung Die Lernenden erkennen präventiv wertvolle Regenerationsformen und wenden diese an.
Überfachliche Kompetenzen	Die Lernenden... Selbstkompetenz: realisieren körperliche Belastungen und deren Auswirkungen. Sozialkompetenz: unterstützen und motivieren andere. Methodenkompetenz: nutzen Angebote zur Umsetzung von Vorsätzen.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: können das eigene Bewegungsverhalten bezüglich Gesundheit beurteilen und dosieren. Methodenkompetenz: können einzelne Trainingsformen anwenden.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: setzen erkannte Optimierungen im eigenen Bewegungsverhalten um. Methodenkompetenz: besorgen sich zweckdienliche Informationen.	Die Lernenden... Selbstkompetenz: erkennen den persönlichen Bedarf und Nutzen von Regenerationsmassnahmen. Methodenkompetenz: können einzelne Regenerationsformen anwenden.

4 Qualifizierung der Lernenden

Die Baugewerbliche Berufsschule Zürich, Abteilung Planung und Rohbau bewertet die Leistung des Lernenden semesterweise. Sie ist nicht promotionsrelevant.

Die Qualifizierung der Lernenden im Sportunterricht bedeutet, dass der Erreichungsgrad von Kompetenzen beurteilt wird. Die Leistungserbringung besteht darin, dass Lernende die im Unterricht erarbeiteten Kompetenzen zeigen können (Kompetenzstand). Die Rückmeldung der Bewertung dieser Kompetenzen dient der Orientierung und Förderung der Lernenden.

4.1 Vorgaben

Die Sportnote besteht an der BBZ PR aus mindestens drei Teilnoten, welche folgende Aspekte beinhalten:



5 Sicherheit und Unfallprävention

Unfälle können im Sportunterricht leider nicht immer verhindert werden. Deshalb ist es für jede Sportlehrperson wichtig, allgemeine und der Sportart angepasste Sicherheitsvorschriften zu kennen, anzuwenden und einzuhalten, Risiken vorauszusehen und mit angemessenen und zumutbaren Massnahmen einzuschränken.

Der Sportunterricht trägt durch die Förderung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten sowie der individuellen Körperwahrnehmung dazu bei, das Unfallrisiko im Sport sowie in verschiedenen Lebensbereichen zu vermindern und bietet so eine verbesserte Verletzungsprophylaxe.

Die Lernenden werden für ein sicheres Übungsumfeld sensibilisiert und übernehmen Verantwortung für die eigene Sicherheit und die der anderen. Dadurch wird der Sportunterricht zur bewussten Sicherheitserziehung für alle Lebensbereiche.

5.1 Grundsatz zur Obhut und Sorgfaltspflicht

Lehrpersonen haben gegenüber ihren Lernenden eine Sorgfalts- und Obhutspflicht zu erfüllen. Generell gilt für den gesamten Sportunterricht, dass die Lehrperson für die Unversehrtheit der ihr anvertrauten Lernenden verantwortlich ist, soweit es in ihrer Macht steht. Daher müssen alle erforderlichen und zumutbaren Sicherheitsmassnahmen ergriffen und durchgesetzt werden.

Dazu gehören auch allfällige Weisungen und Richtlinien von der jeweiligen Schulleitung. Die verschiedenen Berufsfachschulen erarbeiten zudem selbstständig Richtlinien zu den Risikosportarten, die sie betreiben, und setzen diese in der Praxis um.

5.2 Unfallprävention an Berufsschulen im Kanton Zürich

Primäre Unfallprävention

Die Sportlehrpersonen der Berufsschulen im Kanton Zürich ...

- planen die Lektionen sorgfältig, führen diese pflichtbewusst durch.
- beachten bei der Unterrichtsplanung das Thema Sicherheitserziehung und machen sorgfältig Überlegungen zu Themen wie Aufwärmen, Ausrüstung, Material etc.
- kennen die Sicherheitsvorkehrungen für das Einrichten von Geräten.
- beobachten und beseitigen potentielle Unfallherde.
- geben zum Benutzen der Geräte genaue Anweisungen und erlauben erst anschliessend deren Benutzung und selbstständiges Spielen.
- besuchen Aus- und Weiterbildungskurse.
- sind mit den Spezialisten der verschiedenen Risikosportarten im Austausch, um ihre Kenntnisse und das Material auf dem neusten Stand zu halten.
- unterrichten stufen- und niveaugerecht.
- machen sich Gedanken zur Raumgestaltung, denn mit entsprechender Struktur und sinnvollen Regeln können Verletzungen vermindert werden.



Sekundäre Unfallprävention

An der Baugewerblichen Berufsschule Zürich, Abteilung PR, sind die von der Abteilungsleitung verfassten Weisungen für die Turnhalle 4 (Kletterwand und Trampolin) sowie für den Kraftraum zu beachten. Änderungen sind dabei vorbehalten. Die Weisungen werden von der Abteilung überprüft und falls nötig angepasst.

Die gründliche Behandlung des Handlungsbereichs Gesundheit leistet einen wesentlichen Beitrag zur sekundären Unfallprävention.

Tertiäre Unfallprävention

Sollte es zu einem Unfall kommen, wissen die Sportlehrpersonen, was zu tun ist. Das Mittelschul- und Berufsbildungsamt des Kantons Zürich gibt folgende Informationen zum Verhalten bei einem Unfall vor:

VERHALTEN BEI UNFALL (Ruhe bewahren)	
1. Unfall melden	 <ul style="list-style-type: none">• Sanität: 144• Sekretariat: _____• Hausdienst: _____
2. Erste Hilfe	 <ul style="list-style-type: none">• Absicherung des Unfallortes• Versorgen der Verletzten• Anweisungen beachten
3. Weitere Massnahmen	<ul style="list-style-type: none">• Krankenwagen oder Feuerwehr einweisen• Schaulustige entfernen

Bei einem Unfall während dem Sportunterricht stellen die Sportlehrpersonen das erste Glied der Rettungskette dar und leiten Erste-Hilfe-Massnahmen ein, die durch den professionellen Rettungsdienst fortgeführt werden.

5.3 Hilfreiche Links zum Thema Sicherheit im Sportunterricht

- www.bfu.ch
- www.jugendundsport.ch/sicherheit
- www.suva.ch/de-ch/praevention
- www.baspo.admin.ch/internet/baspo/de/home/themen/foerderung/sport_schule/aktuell/fachtagung_sicherheit_schulsport.html
- www.mobilesport.ch

6 Qualität

Die Qualitätsansprüche an den Sportunterricht erfordern, dass

- das Fach Sport im gesamtschulischen Qualitätsmanagement integriert ist.
- der Schullehrplan Sport periodisch überprüft und weiterentwickelt werden muss.
- die Sportlehrpersonen sich regelmässig weiterbilden und sich fachlich auf dem aktuellen Stand befinden. Die Schulleitung unterstützt die persönliche Weiterbildung der Sportlehrpersonen.

Das Qualitätsmanagement (QM) der Schule dient der Sicherung und Weiterentwicklung der Schulqualität sowie der Rechenschaftslegung. Das QM legt die Basis für Entwicklung und Innovation und geht einher mit der Schulentwicklung, welche die drei Bereiche Organisations-, Personal- und Unterrichtsentwicklung umfasst. Das QM unterstützt unter anderem auch die Qualitätsansprüche des Sportbereichs und sorgt bei Entwicklungsprozessen für die erforderlichen Ressourcen.

7 Quellenverzeichnis und Links

SBFI. *Rahmenlehrplan für Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung*. Bern: BBL, 2014.

Links:

Rahmenlehrplan für Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung:

http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/de/home/themen/foerderung/sport_schule/aktuell/neuer_rahmenlehrplan_berufsfachschulen.html

Umsetzungshilfe Qualifizierung der Lernenden:

http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/de/home/themen/foerderung/sport_schule/aktuell/neuer_rahmenlehrplan_berufsfachschulen.parsys.10401.downloadList.58949.DownloadFile.tmp/umsetzungshilfe3d140912.pdf

Dokumentenbesitzer	AL PR	<input type="checkbox"/> MA	<input checked="" type="checkbox"/> PR	<input type="checkbox"/> RE
Filename und Pfad	Z:\Unterricht\Lehrpläne\Sport\Kantonaler Lehrplan Sport, BBZ PR, 180219.docx			
Inkraftsetzung durch	Rektor	Inkraftsetzungsdatum / Änderung 01.03.2018 /		

19.2.2018