

LEHRPLAN FÜR DAS OBLIGATORISCHE FACH SPORT

A. Stundendotation

Klasse	1.	2.	3.	4.
Wochenstunden	4	4	2	2

Anmerkung: In Abweichung von der kantonalen Stundendotation aufgrund infrastrukturellen Gegebenheiten.

B. Didaktische Konzeption

(1) Beitrag des Faches zur gymnasialen Bildung

Der Sportunterricht leistet einen Beitrag zu einer mehrdimensionalen Bildung: Er erweitert die Bewegungserfahrung, fördert das Bewegungslernen, verbessert die körperliche Leistungs-, Ausdrucks- und Spielfähigkeit und ermöglicht intensives emotionales Erleben. Er fördert die Schülerinnen und Schüler in deren Persönlichkeitsentwicklung und in deren sozialem Verhalten. Durch vielseitige Beanspruchung dient er der Gesundheitserziehung.

Der Sportunterricht regt zu weiter führender sportlicher Aktivität an: Mit übergreifenden Anlässen prägt er die Schulkultur mit; durch eine gezielte und aktuelle Auswahl von Sportarten lernen die Jugendlichen Möglichkeiten für eine lebenslange sportliche Betätigung kennen.

Durch ein breites Wahlangebot in der dritten und vierten Klasse werden die Schülerinnen und Schüler dazu animiert, Verantwortung für die eigene körperliche Betätigung zu übernehmen.

(2) Überfachliche Kompetenzen

Das obligatorische Fach Sport fördert besonders

Reflexive Fähigkeiten

- Die sportliche Leistungsfähigkeit als Teil der Gesundheit und des Wohlbefindens erkennen und verinnerlichen
- Den eigenen Körper in Bewegungssituationen einschätzen

Sozialkompetenz

- Sich in ein Team integrieren und eine unterstützende oder tragende Rolle übernehmen
- Sich gegenüber anderen fair verhalten

Sprachkompetenz

- Sportspezifische Bezeichnungen und Ausdrücke kennen und korrekt anwenden
- Bewegungs- und Spielhandlungen richtig beschreiben
- In Sport- und Spielhandlungen situativ korrekt kommunizieren

Methodenkompetenz

- Die sportliche Leistungsfähigkeit mit angepassten und zielorientierten Massnahmen erhalten oder verbessern
- Sich selbständig auf sportliche Leistungstests vorbereiten

IKT-Kompetenzen

- Den korrekten Umgang mit technischen Hilfsmitteln beherrschen
- Digitale Medien zur Bewegungsanalyse einsetzen können

Interessen

- Bewegung, Sport und Spiel als Teil des gesellschaftlichen und kulturellen Lebens wahrnehmen
- Veränderungen, Tendenzen und Neuerungen verfolgen

(3) Leistungsbewertung

- Pro Jahr mind. 8 Noten aus mind. 4 verschiedenen Lerngebieten (1.-2. Klasse)
- Pro Jahr mind. 5 Noten, welche aus den Wahlsportblöcken hervorgehen (3. Klasse)
- Pro Jahr mind. 4 Noten, welche aus den Wahlsportblöcken hervorgehen (4. Klasse)
- Für normierbare Leistungen (quantitativ und qualitativ) gelten die gemeinsam entwickelten Leistungstabellen

(4) Querverbindung zu anderen Fächern

- Biologie: Anpassung des Körpers als Folge von Training, Zusammenhang Bewegung - Ernährung - Übergewicht etc.
- Musik: Musikeinsatz bei Gestaltungen, Tanz, Rhythmuschulung etc.
- Physik: Kraft, Geschwindigkeit, Flugbahnen etc.
- Projektunterricht: Rahmenthema Bewegungslehre

C. Klassen-Lehrpläne

1. Klasse

GRUNDLAGEN

1. Lerngebiet: Energetische Faktoren, Steuerung der Motorik

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Ausdauer• Beweglichkeit• Kraft• Schnelligkeit• Koordination• Trainingslehre	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit mittels angepassten Übungs- und Trainingsformen fördern und weiterentwickeln.• ihre koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten erweitern und verbessern.• Grundsätze der Trainingslehre im Bereich der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten verstehen und praktisch ausführen.

2. Lerngebiet: Bewegungslernen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Aufnahme, Verarbeitung und Umsetzung von Bewegungsaufgaben	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• durch gezieltes Zuhören und Beobachten Bewegungsaufgaben beschreiben und ausführen.• Rückmeldungen zur Ausführung von Bewegungen differenzieren und gezielt einsetzen.

BEWEGUNGSBEREICHE

3. Lerngebiet: Tanzen, Darstellen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Einfache Tanzschritte und/oder Bewegungsformen (Ropeskipping, Aerobic, Gymnastik)	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• eine vorgegebene Bewegungschoreographie in der Gruppe wiedergeben.

<ul style="list-style-type: none"> • Rhythmische Bewegungsabfolge mit oder ohne Requisiten • Bewegung zur Musik 	<ul style="list-style-type: none"> • die Bewegungsabfolge im Takt vorzeigen. • den Anfang jedes Musikbogens hören. • die Choreographie richtig auf einen „Achter“ einsetzen.
---	---

4. Lerngebiet: Balancieren, Klettern, Drehen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> • Bodenkombination • Minitramp-Kasten • Schaukelringe • Bewegungsverwandtschaften 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • am Boden einzelne Elemente in möglichen Verbindungen am Stück vorzeigen. • Bei der Gerätekombination Minitramp-Kasten einzelne Stützsprünge ausführen. • an den Schaukelringen die Grundelemente reproduzieren. • Bewegungsverwandtschaften beobachten und beschreiben.

5. Lerngebiet: Laufen, Springen, Werfen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> • Laufschulung • Speer und Weitsprung 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • die disziplinspezifischen Grundfertigkeiten in den Bereichen Sprint, Hürdenlaufen und Staffellaufen praktisch einsetzen. • die disziplinspezifischen Fertigkeiten praktisch einsetzen.

6. Lerngebiet: Spielen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> • Volleyball, Handball, Unihockey 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • im entsprechenden Sportspiel technisch korrekt und regelkonform mitspielen. • in spezifischen Spielsituationen individuell- und kollektivtaktisch angemessen handeln.

7. Lerngebiet: Sport im Wasser

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
	Die Schülerinnen und Schüler können

<ul style="list-style-type: none"> • Crawl • Mindestens ein weiterer Stil aus Brustgleichschlag / Rückencrawl / Delfin • Staffelschwimmen (50m Freistil) • Distanzschwimmen • Wasserspringen 	<ul style="list-style-type: none"> • Crawl in einer Feinform demonstrieren und Fehlerbilder davon erkennen. • einen weiteren Schwimmstil in der Grobform demonstrieren. • einen Startsprung und eine Kippwende im Wettkampf anwenden. • mindestens 12 Minuten am Stück schwimmen. • mindestens drei ausgewählte Basissprünge demonstrieren, wovon mindestens zwei Kopfsprünge sein müssen.
---	---

8. Lerngebiet: Trendsportarten

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> • Mindestens ein Spiel aus: Baseball / Ultimate / Intercrosse / Tchoukball / Touchrugby 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • im ausgewählten Sportspiel technisch korrekt und fair mitspielen. • im ausgewählten Sportspiel die Spielregeln verstehen und sich regelkonform verhalten.

9. Lerngebiet: Outdoor-Sport

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauerlaufen (Geländelauf) • Nach Möglichkeit eine weitere Outdoor-Aktivität: OL, Slackline, Eislaufen, Eishockey etc. 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • ihre individuelle Grundlagenausdauer trainieren. • ihre kardio-pulmonale Leistungsfähigkeit auch im Hinblick auf andere Sportdisziplinen trainieren. • sich in der jeweiligen Umgebung orientieren und der Sportart entsprechend verhalten. • gegenüber der Gruppe, der Umgebung und der Natur Verantwortung übernehmen.

2. Klasse

GRUNDLAGEN

1. Lerngebiet: Energetische Faktoren, Steuerung der Motorik

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Ausdauer• Schnelligkeit• Kraft• Beweglichkeit• Koordination• Trainingslehre	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• Ausdauer und Schnelligkeit mittels angepassten Übungs- und Trainingsformen weiterentwickeln und verbessern.• Kräftigungsübungen mit dem eigenen Körpergewicht und Beweglichkeitstraining zielgerichtet und korrekt ausführen.• ihre koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten erweitern und verbessern.• Grundsätze der Trainingslehre im Bereich der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten praktisch anwenden.

2. Lerngebiet: Bewegungslernen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Aufnahme, Verarbeitung und Umsetzung von Bewegungsaufgaben	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• bei Beobachtungsaufgaben differenzierte Rückmeldungen formulieren.• Rückmeldungen zur Ausführung von Bewegungen differenzieren und gezielt einsetzen.

BEWEGUNGSBEREICHE

3. Lerngebiet: Tanzen, Darstellen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Fortgeschrittene Tanzschritte und/oder Bewegungsformen (Ropeskipping, Aerobic, Gymnastik)• Rhythmische Bewegungsabfolge mit oder ohne Requisiten	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• aus bekannten Tanzschritten / Bewegungsformen in der Gruppe eine Choreographie nach vorgegebenen Kriterien gestalten.• ihre Choreographie zur Musik (synchron und im Takt) vorzeigen.

4. Lerngebiet: Balancieren, Klettern, Drehen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Schaukelringe• Minitramp• Bewegungsverwandtschaften	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• an den Schaukelringen Elemente verbinden und eine Demoform konzipieren.• mindestens eine Rotationsform mit Absprung aus dem Minitramp demonstrieren.• Bewegungsverwandtschaften erkennen und analysieren.

5. Lerngebiet: Laufen, Springen, Werfen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Laufschulung• Hochsprung	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• die disziplinspezifischen Fertigkeiten in den Bereichen Sprint, Hürdenlaufen und Staffellaufen verbessern.• die disziplinspezifischen Fertigkeiten praktisch einsetzen.

6. Lerngebiet: Spielen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Futsal / Fussball, Basketball, Badminton	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• im ausgewählten Sportspiel technisch korrekt und regelkonform mitspielen.• in spezifischen Spielsituationen individuell- und kollektivtaktisch angemessen handeln.

7. Lerngebiet: Sport im Wasser

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Mindestens 1 weiteren Stil aus Brustgleichschlag / Rückencrawl / Delfin• Rollwende• Distanzschwimmen	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• die Grob- oder Feinform des entsprechenden Schwimmstils demonstrieren und grobe Fehlerbilder davon erkennen.• zwei Längen Crawl mit einer Rollwende verbinden.• mindestens 12 Minuten am Stück in einem vorgegebenen Stil schwimmen.

<ul style="list-style-type: none"> • Wasserspringen 	<ul style="list-style-type: none"> • mindestens drei weitere Basissprünge demonstrieren, wovon mindestens einer ein Salto sein muss.
--	---

8. Lerngebiet: Trendsportarten

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> • Mindestens ein weiteres Spiel aus: Baseball / Ultimate / Intercrosse / Tchoukball / Touchrugby 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • im ausgewählten Sportspiel korrekt und fair mitspielen. • im ausgewählten Sportspiel die Spielregeln verstehen und sich regelkonform verhalten. • im ausgewählten Sportspiel die anzuwendende Technik / Taktik verstehen und anwenden.

9. Lerngebiet: Outdoor-Sport

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauerlaufen (Geländelauf) • Nach Möglichkeit eine weitere Outdoor-Aktivität: OL, Slackline, Eislaufen, Eishockey etc. 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • ihre individuelle Grundlagenausdauer weitertrainieren und verbessern. • ihre kardio-pulmonale Leistungsfähigkeit auch im Hinblick auf andere Sportdisziplinen trainieren und verbessern. • sich in der jeweiligen Umgebung orientieren und der Sportart adäquat verhalten. • gegenüber der Gruppe, der Umgebung und der Natur Verantwortung übernehmen.

3. Klasse

Der Sportunterricht in der dritten Klasse findet koedukativ und abteilungsübergreifend als Wahlsport statt.

GRUNDLAGEN

1. Lerngebiet: Energetische Faktoren, Steuerung der Motorik

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
Schwerpunkte setzen in den Bereichen: <ul style="list-style-type: none">• Ausdauer• Schnelligkeit • Kraft• Beweglichkeit • Koordination • Trainingslehre	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none">• Ausdauer und Schnelligkeit mittels angepassten Übungs- und Trainingsformen trainieren und erhalten.• Kräftigungsübungen mit dem eigenen Körpergewicht und Beweglichkeitstraining selbständig und korrekt ausführen.• ihre koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten erweitern und verbessern.• Grundsätze der Trainingslehre im Bereich der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten eigenständig in der Praxis anwenden.

2. Lerngebiet: Bewegungslernen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Aufnahme, Verarbeitung und Umsetzung von Bewegungsaufgaben	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none">• mediengestützt Bewegungsaufgaben analysieren, beschreiben und ausführen.• mediengestützt Fehlerbilder erkennen, analysieren und beschreiben.• Rückmeldungen zur Ausführung von Bewegungen differenzieren und gezielt einsetzen.

BEWEGUNGSBEREICHE

3. Lerngebiet: Tanzen, Darstellen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Nach Möglichkeit	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none">• in verschiedenen Raum- und

<p>weiterführende, fortgeschrittene Tanzschritte und/oder Bewegungsformen (Ropeskipping, Aerobic, Gymnastik)</p> <ul style="list-style-type: none"> Nach Möglichkeit vorgegebene, weiterführende Bewegungsabfolgen mit oder ohne Requisiten 	<p>Bewegungsebenen (Spiegelungen, zeitlich versetzt) gestaltend arbeiten.</p> <ul style="list-style-type: none"> ein vorgegebenes Bewegungsmuster mit oder ohne Requisiten in Kraft, Raum und Zeit variierend gestalten.
--	---

4. Lerngebiet: Balancieren, Klettern, Drehen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> Nach Möglichkeit mindestens ein weiteres Thema aus den Bereichen Gerätebahn, grosses Trampolin, Parkour Nach Möglichkeit Einführung ins Sportklettern (indoor) 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> einzelne Elemente selbständig zu einer Verbindung zusammenstellen. Bewegungsaufgaben situationsangepasst lösen. sich gegenseitig korrekt sichern und die Grundtechniken des Sportkletterns benutzen.

5. Lerngebiet: Laufen, Springen, Werfen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> Nach Möglichkeit 3-Kampf aus je einer Disziplin der drei Disziplinengruppen: Sprint / Hürden Hoch- / Weitsprung Speer / Kugel 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> die disziplinspezifischen Fertigkeiten unter Wettkampfbedingungen differenziert anwenden.

6. Lerngebiet: Spielen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> Nach Möglichkeit ein Schwerpunktspiel aus: Basketball, Handball, Futsal / Fussball, Volleyball, Unihockey, Badminton 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> im ausgewählten Sportspiel ihre spielspezifischen Fertigkeiten verbessern. in spezifischen Spielsituationen individuell- und kollektivtaktisch angemessen handeln.

7. Lerngebiet: Sport im Wasser

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">Nach Möglichkeit weitere Schwimmstile oder SprüngeNach Möglichkeit ergänzende Wassersportarten wie Wasserball, Tauchen, Synchronschwimmen, Rettungsschwimmen	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">ihre Bewegungserfahrungen in den bekannten Schwimmstilen und im Wasserspringen erweitern und vertiefen.ihr Bewegungsrepertoire auf die ergänzenden Wassersportarten übertragen.

8. Lerngebiet: Trendsportarten

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">Nach Möglichkeit ein Spiel aus den bereits erworbenen vertiefen: Baseball / Ultimate / Intercrosse / Tchoukball / Touchrugby	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">anhand ihrer Fähigkeiten die verlangten technischen und taktischen Kompetenzen anwenden und zu einem gelungen Spielerlebnis beitragen.

9. Lerngebiet: Outdoor-Sport

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">Ausdauerlaufen (Geländelauf)Nach Möglichkeit eine weitere Outdoor-Aktivität: OL, Slackline, Eislaufen, Eishockey etc.	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">ihre individuelle Grundlagenausdauer weitertrainieren und erhalten.ihre kardio-pulmonale Leistungsfähigkeit auch im Hinblick auf andere Sportdisziplinen trainieren und erhalten.sich in der jeweiligen Umgebung orientieren und der Sportart adäquat verhalten.gegenüber der Gruppe, der Umgebung und der Natur Verantwortung übernehmen.

4. Klasse

Der Sportunterricht in der 4. Klasse findet koedukativ und abteilungsübergreifend als Wahlsport statt.

GRUNDLAGEN

1. Lerngebiet: Energetische Faktoren, Steuerung der Motorik

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Ausdauer• Beweglichkeit• Kraft• Schnelligkeit• Koordination	<p>Die Schülerinnen und Schüler können in selbst gewählten Bereichen</p> <ul style="list-style-type: none">• Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit erhalten oder weiterentwickeln.• ihre koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten erhalten oder weiterentwickeln.

2. Lerngebiet: Bewegungslernen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Aufnahme, Verarbeitung und Umsetzung von Bewegungsaufgaben	<p>Die Schülerinnen und Schüler können in selbst gewählten Sportarten</p> <ul style="list-style-type: none">• die Bewegungsausführung analysieren und verbessern.• Rückmeldungen zur Ausführung von Bewegungen differenzieren und gezielt einsetzen.

BEWEGUNGSBEREICHE

3. Lerngebiet: Tanzen, Darstellen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Nach Möglichkeit weiterführende, fortgeschrittene Tanzschritte und/oder Bewegungsformen (Ropeskipping, Aerobic, Gymnastik)• Nach Möglichkeit teilweise	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• in verschiedenen Raum- und Bewegungsebenen (Spiegelungen, zeitlich versetzt) gestaltend arbeiten.• ein teilweise vorgegebenes

vorgegebene Bewegungsabfolge mit oder ohne Requisiten	Bewegungsmuster mit oder ohne Requisiten in Kraft, Raum und Zeit variierend gestalten.
---	--

4. Lerngebiet: Balancieren, Klettern, Drehen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> Nach Möglichkeit Gerätebahn / Parkour / Freerunning Nach Möglichkeit Sportklettern (indoor) 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> in der Gruppe selbständig eine Bewegungsabfolge zusammenstellen. sich gegenseitig korrekt sichern und die Grundtechniken des Sportkletterns anwenden.

5. Lerngebiet: Laufen, Springen, Werfen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> Nach Möglichkeit Stabhochsprung 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> die disziplinspezifischen Fertigkeiten praktisch einsetzen.

6. Lerngebiet: Spielen

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> Schwerpunktspiele aus: Basketball, Handball, Futsal / Fussball, Volleyball, Unihockey, Badminton 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> ihren Interessen entsprechend in gewählten Sportarten im intensiven Spiel ihre spielspezifischen Fertigkeiten anwenden. in spezifischen Spielsituationen individuell- und kollektivtaktisch angemessen handeln.

7. Lerngebiet: Sport im Wasser

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"> Nach Möglichkeit weitere Schwimmstile oder Sprünge Nach Möglichkeit ergänzende Wassersportarten wie Wasserball, Tauchen, Synchronschwimmen, Rettungsschwimmen 	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> ihre Bewegungserfahrungen in den bekannten Schwimmstilen und im Wasserspringen erweitern und vertiefen. ihr Bewegungsrepertoire auf die ergänzenden Wassersportarten übertragen.

8. Lerngebiet: Trendsportarten

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Trendsportarten mit aktuellem und gesellschaftlichem Bezug• Sportarten anderer Kulturen	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• die notwendigen Grundfertigkeiten in der gewählten Sportart erlernen und anwenden.• während der Ausübung die Eigenheiten der Sportart erleben und erfahren.

9. Lerngebiet: Outdoor-Sport

Grobinhalte	Fachliche Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none">• Ausdauerlaufen (Geländelauf)• Nach Möglichkeit eine weitere Outdoor-Aktivität: OL, Slackline, Eislaufen, Eishockey, Golf, Tennis etc.	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none">• ihre individuelle Grundlagenausdauer weitertrainieren und erhalten.• ihre kardio-pulmonale Leistungsfähigkeit auch im Hinblick auf andere Sportdisziplinen trainieren und erhalten.• ihr Ausdauertrainingsprogramm selbständig absolvieren.• sich in der jeweiligen Umgebung orientieren und der Sportart adäquat verhalten.• gegenüber der Gruppe, der Umgebung und der Natur Verantwortung übernehmen.