Bundesgymnasium
Bundesrealgymnasium
WIESELBURG

Wesentliche Inhalte des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport Unterstufe

1. Klasse (5. Schulstufe)

Kompetenzbereich	Wesentliche Inhalte / Lehrplanbezug
Fachkompetenz	Grundlegende Spielfähigkeiten, Laufen-Springen-Werfen, Gymnastik und Tanz, turnerische Grundfertigkeiten, Zweikämpfe/Selbstverteidigung
Methodenkompetenz	Bewegungsmerkmale beschreiben, Turngeräte sicher nutzen, Hygiene und Ausrüstung kennen
Sozialkompetenz	Kommunizieren und Kooperieren in Kleingruppen, Gruppenregeln entwickeln
Selbstkompetenz	Körperwahrnehmung, Anstrengung-Erholung wahrnehmen

2. Klasse (6. Schulstufe)

Kompetenzbereich	Wesentliche Inhalte / Lehrplanbezug
Fachkompetenz	Sportspiele vertiefen, Leichtathletik, Schwimmen, Gleiten und Fahren, Turnen, Gymnastik und Tanz
Methodenkompetenz	Gefahren erkennen, Sicherheit beachten, organisatorische Aufgaben übernehmen
Sozialkompetenz	Fairness entwickeln, Regelverstöße erkennen, Gruppenziele verfolgen
Selbstkompetenz	Eigene Leistungsfähigkeit einschätzen und Ziele setzen

3. Klasse (7. Schulstufe)

Kompetenzbereich	Wesentliche Inhalte / Lehrplanbezug
Fachkompetenz	Sport- und Rückschlagspiele, Akrobatik, Turnen an Geräten, Selbstverteidigung, rollende Sportgeräte
Methodenkompetenz	Bewegungen analysieren, Hilfestellungen anwenden, Belastung und Erholung verstehen
Sozialkompetenz	Rollen in Gruppen übernehmen, Feedback geben und annehmen
Selbstkompetenz	Emotionen wahrnehmen und regulieren

4. Klasse (8. Schulstufe)

Kompetenzbereich	Wesentliche Inhalte / Lehrplanbezug
Fachkompetenz	Sportspiele unter Wettkampfbedingungen, Mehrkampf, Turn10, Tanz und Akrobatik, Kampfsport
Methodenkompetenz	Bewegungen bewerten, Sicherheitsmaßnahmen treffen, Trainingsübungen auswählen, Wettkämpfe organisieren
Sozialkompetenz	Gruppendynamik erkennen und mitgestalten, Kompetenzen in Gruppen nutzen
Selbstkompetenz	Persönlichen Sinn von Bewegung und Sport entwickeln, Sportangebote außerhalb der Schule nutzen