

**Kerncurriculum  
Berufsschule**

Entwurf

**Fach: Sport**

## Impressum

Kerncurriculum Berufsschule, Fach Sport

Ausgabe März 2025

Hessisches Ministerium für Kultus, Bildung und Chancen  
Luisenplatz 10  
65185 Wiesbaden

Telefon: 0611 368-0

Fax: 0611 368-2099

E-Mail: [poststelle.hmkb@kultus.hessen.de](mailto:poststelle.hmkb@kultus.hessen.de)

Internet: <https://kultus.hessen.de/>

## Inhaltsverzeichnis

<b>1 Unterricht in der Berufsschule</b> .....	<b>4</b>
1.1 Bildungsauftrag der Berufsschule, Aufgaben und Ziele des allgemeinbildenden Unterrichts.....	4
1.2 Stellung und Aufgabe des Sportunterrichts in der Berufsschule .....	7
1.3 Strukturelemente des Kerncurriculums .....	8
<b>2 Bildungsbeitrag und didaktische Grundlagen</b> .....	<b>9</b>
2.1 Beitrag des Faches zur Bildung .....	9
2.2 Kompetenzmodell .....	9
2.2.1 Bewegungskompetenz.....	10
2.2.2 Urteils- und Entscheidungskompetenz.....	10
2.2.3 Teamkompetenz .....	11
2.3 Strukturierung der Fachinhalte.....	11
2.3.1 Inhaltsfelder 1-8 .....	13
2.3.2 Leitideen sportlichen Handelns .....	17
<b>3 Aufbau des Kerncurriculums</b> .....	<b>20</b>
3.1 Einführende Erläuterungen .....	20
3.2 Bildungsstandards des Faches.....	20
3.3 Tabellarische Darstellung der Themenfelder .....	23
3.4 Themenfelder.....	23
3.5 Hinweise zu Bearbeitung der Themenfelder .....	27

# 1 Unterricht in der Berufsschule

## 1.1 Bildungsauftrag der Berufsschule, Aufgaben und Ziele des allgemeinbildenden Unterrichts

Mit dem Eintritt in die Berufsausbildung beginnt für viele Lernende ein neuer Lebensabschnitt und damit einhergehend die berufliche Sozialisation. Die berufliche Bildung ermöglicht durch ihre vielfältigen und differenzierten Angebote individuelle Lern- und Qualifizierungswege. Der Schwerpunkt liegt auf dem Gelingen des Einstiegs in die Arbeitswelt. Der Unterricht bereitet darüber hinaus auf das lebensbegleitende Lernen und Übergänge in weiterführende Bildungsgänge vor.<sup>1</sup>

Der Bildungsauftrag der Berufsschule und generell der beruflichen Schulen liegt sowohl im Erwerb beruflicher Handlungskompetenz als auch im Fortführen der Förderung der Allgemeinbildung und Persönlichkeitsentwicklung. Der Unterricht berücksichtigt darüber hinaus die verbindlichen Standardberufsbildpositionen zu Digitalisierung der Arbeitswelt, Organisation der Berufsbildung, Sicherheit und Gesundheit sowie Nachhaltigkeit. Standardberufsbildpositionen sind solche Ausbildungsinhalte, die einen grundlegenden Charakter für alle Berufe aufweisen und damit eine unverzichtbare Basis kompetenten beruflichen Handelns darstellen. Sie werden integrativ über die gesamte Ausbildungszeit erworben.

Der Unterricht der Berufsschule und generell der beruflichen Schulen schafft die Grundlagen,

- eine Berufsfähigkeit zu erwerben, die Fachkompetenz mit allgemeinen Fähigkeiten humaner und sozialer Art verbindet,
- berufliche Flexibilität zur Bewältigung der sich wandelnden Anforderungen in der Arbeitswelt und der Gesellschaft zu erlangen,
- die Bereitschaft zur beruflichen Mobilität in Europa und in einer zunehmend globalisierten Welt zu entwickeln,
- in berufs- und fachsprachlichen Situationen angemessen zu kommunizieren,
- in beruflichen Situationen aktiv zu handeln und im Team zu arbeiten,
- die Bereitschaft zur beruflichen Fort- und Weiterbildung, insbesondere auch zum kompetenten Umgang mit digitalen Medien, im Sinne des lebensbegleitenden Lernens zu wecken,
- für ein selbstbestimmtes Leben in der digitalisierten Welt,
- bei der individuellen Lebensgestaltung und im öffentlichen Leben sozial und ökologisch verantwortungsbewusst zu handeln und dabei demokratische Werte als Grundpfeiler unseres Zusammenlebens zu beachten,
- die Notwendigkeit einer gesunden und aktiven Lebensführung zur langfristigen Erhaltung der Arbeits- und Leistungsfähigkeit zu erkennen.

---

<sup>1</sup> vgl. Empfehlungen der KMK für einen sprachsensiblen Unterricht an beruflichen Schulen [KMK Beschluss vom 05.12.2019]; KMK Berufliche Schulen 4.0, S. 4.

Fach: Sport

Zur Erreichung dieser Ziele

- richtet sich der Unterricht an einer spezifischen Didaktik und Methodik aus, die Handlungs- und Problemlösungsorientierung betont und den Erwerb von Digitalkompetenzen fördert,
- befähigt der Unterricht Lernende dazu, die Potenziale und Herausforderungen zur Anwendung von Künstlicher Intelligenz (KI) zu erkennen, kritisch zu reflektieren und ihre Wirkungsmöglichkeiten und Grenzen differenziert einzuschätzen und einen konstruktiv-kritischen Umgang mit diesen Technologien zu entwickeln,
- ermöglicht der Unterricht den Erwerb berufsspezifischer und berufsübergreifender Kompetenzen,
- gewährleisten berufliche Schulen ein differenziertes und flexibles Bildungsangebot, um unterschiedlichen Bildungsbiographien sowie den jeweiligen Erfordernissen der Arbeitswelt und Gesellschaft gerecht zu werden,
- nutzt der Unterricht die Chancen der Heterogenität der Lernenden und gewährleistet individuelle Förderung vor dem Hintergrund unterschiedlicher Erfahrungen, Fähigkeiten und Begabungen.

Die Berufsschule soll im Unterricht der allgemeinbildenden Fächer Deutsch, Fremdsprachen, Politik und Wirtschaft, Sport, Religion sowie Ethik und soweit möglich auch im berufsbezogenen Unterricht auf Kernthemen und Herausforderungen der aktuellen Zeit eingehen, wie zum Beispiel

- Gewährleistung der Menschenrechte,
- Fragen der weltweiten Gerechtigkeit,
- Demokratie und Wertebildung,
- friedliches Zusammenleben von Menschen, Völkern und Kulturen unter Wahrung der jeweiligen kulturellen Identität,
- Umweltzerstörung und Klimawandel mit den jeweiligen Folgen sowie die Erhaltung der natürlichen Lebensgrundlage,
- Arbeit und Arbeitslosigkeit.

Der Unterricht in den allgemeinbildenden Fächern der Berufsschule soll auch einen Beitrag zum Erwerb von weiterführenden Abschlüssen entsprechend der Verordnung über die Berufsschule in Hessen leisten.

Die aufgeführten Ziele sind auf die Entwicklung von **Handlungskompetenz** gerichtet. Diese wird hier verstanden als die Bereitschaft und Fähigkeit des Einzelnen, sich in gesellschaftlichen, beruflichen und privaten Situationen sachgerecht, durchdacht, zielangemessen und reflektiert sowie individuell und sozial verantwortlich zu verhalten.

**Handlungskompetenz** bezieht sich hierbei auf ein Kompetenzverständnis, welches sich bei Lernenden durch verfügbare oder erlernbare kognitive Fähigkeiten und Fertigkeiten auszeichnet, um bestimmte Probleme zu lösen sowie die damit verbundenen motivationalen, volitionalen und sozialen Bereitschaften, damit die Problemlösungen in variablen Situationen

Fach: Sport

erfolgreich und verantwortungsvoll genutzt werden können.<sup>2</sup> Sie entfaltet sich in den Dimensionen Fachkompetenz, Selbstkompetenz und Sozialkompetenz.

Darüber hinaus nutzen die Lernenden digitale Werkzeuge zur Organisation von Lernprozessen, zur Ergebnisdarstellung, um digital kommunizieren und sich vernetzen zu können. Digitale Werkzeuge bieten die Möglichkeit, auf die Bedürfnisse von Menschen mit Beeinträchtigungen einzugehen, indem barrierefreie Lernmaterialien und unterstützende Technologien bereitgestellt werden.

Zudem sollen Lernende dazu befähigt werden, KI-Systeme zu nutzen, Informationsquellen kritisch zu reflektieren und Falsch- sowie Desinformation zu erkennen. Für das „Lernen über KI“ sind neben grundlegender informatischer Bildung auch die Klärung ethischer und rechtlicher Rahmenbedingungen notwendig.

**Fachkompetenz** bezeichnet die Bereitschaft und Fähigkeit, auf der Grundlage fachlichen Wissens und Könnens Aufgaben und Probleme zielorientiert, sachgerecht, methodengeleitet und selbstständig zu lösen und das Ergebnis zu beurteilen.

**Selbstkompetenz** bezeichnet die Bereitschaft und Fähigkeit, als individuelle Persönlichkeit die Entwicklungschancen, Anforderungen und Einschränkungen in Familie, Beruf und öffentlichem Leben zu klären, zu durchdenken und zu beurteilen, eigene Begabungen zu entfalten sowie Lebenspläne zu fassen und fortzuentwickeln. Sie umfasst personale Eigenschaften wie Selbstständigkeit, Kritikfähigkeit, Reflexionsfähigkeit, Selbstvertrauen, Zuverlässigkeit, Verantwortungs- und Pflichtbewusstsein. Zu ihr gehören insbesondere auch die Entwicklung durchdachter Wertvorstellungen und die selbstbestimmte Bindung an Werte.

**Sozialkompetenz** bezeichnet die Bereitschaft und Fähigkeit, soziale Beziehungen zu leben und zu gestalten, Zuwendungen und Spannungen zu erfassen, zu verstehen sowie sich mit anderen rücksichtsvoll, rational und verantwortungsbewusst auseinanderzusetzen und zu verständigen. Hierzu gehört insbesondere auch die Entwicklung sozialer Verantwortung und Solidarität sowie interkultureller kommunikativer Kompetenz.

Der Einfluss von digitaler Kommunikation auf eigenes Erleben, soziale Interaktion und persönliche Erfahrungen wird wahrgenommen und damit verbundene Chancen und Risiken in unterschiedlichen Lebensbereichen (Alltag, Beruf, soziale Beziehungen, Kultur, Politik) erkannt, reflektiert und berücksichtigt.

Als Querschnittsaufgabe aller Fächer erwachsen **Methoden- und Lernkompetenz** aus einer ausgewogenen Entwicklung dieser drei Dimensionen.

### **Verbindlichkeit des Kerncurriculums**

Die Ziele und Inhalte des vorliegenden Kerncurriculums (KC) bilden auf Basis des Grundgesetzes und der Verfassung des Landes Hessens sowie der Vorgaben des Hessischen Schulgesetzes und der Verordnung über die Berufsschule die verbindliche Grundlage für den Unterricht und die Erziehungsarbeit. Innerhalb dieses Rahmens treffen die Lehrkräfte ihre Entscheidungen in pädagogischer Verantwortung.

---

<sup>2</sup> vgl. Weinert, Leistungsmessungen in Schulen, 2001 und Linten/Prüstel, Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB), Kompetenz in der beruflichen Bildung: Begriff, Erwerb, Erfassung, Messung. Bonn 2015.

Fach: Sport

Das vorliegende Kerncurriculum gilt in der Berufsschule unabhängig vom Ausbildungsberuf. Ihm liegen die Stundentafeln zugrunde, die in der Verordnung über die Berufsschule in der jeweils gültigen Fassung festgelegt sind.

## 1.2 Stellung und Aufgabe des Sportunterrichts in der Berufsschule

Gemäß der Verordnung über die Berufsschule vermittelt die Berufsschule eine berufliche Grund- und Fachbildung und erweitert die allgemeine Bildung. Der Sportunterricht leistet hierzu einen eigenständigen und nicht ersetzbaren Beitrag zur Einlösung dieses Bildungsauftrags, indem er den Lernenden allgemeinbildende und berufliche Kompetenzen unter besonderer Berücksichtigung vor allem der körperlichen, sozialen und mentalen Anforderungen von Alltag, Berufsausbildung und Beruf vermittelt. Zentrales Ziel ist es, die Lernenden in Vorbereitung der Erfüllung ihrer Aufgaben im Beruf und in der Mitgestaltung der Arbeitswelt und Gesellschaft zu einem gesunden und aktiven Lebensstil zu motivieren und sie über die aktive Teilnahme an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur zu verantwortlichem und mündigem Handeln zu befähigen. Damit trägt der Schulsport in der Berufsschule wesentlich zur Entwicklung eines dauerhaft bewegungsorientierten und gesundheitsbewussten Lebensstils – auch zum Ausgleich der Anforderungen des Berufslebens – bei.

Als unverzichtbarer Bestandteil umfassender Bildung und Erziehung soll der Sportunterricht Freude an Bewegung und am gemeinschaftlichen Sporttreiben wecken und die Einsicht vermitteln, dass sich kontinuierliches Sporttreiben in Verbindung mit einer gesunden Lebensführung positiv auf die körperliche, soziale, emotionale und geistige Entwicklung auswirkt. So wie die Berufsschule insgesamt die Aufgabe hat, die Bereitschaft und Fähigkeit zum lebenslangen Lernen zu fördern, so hat der Schulsport – und hier insbesondere der Sportunterricht – die Aufgabe, die Lernenden anzuregen und zu befähigen, lebensbegleitend ihre körperliche und geistige Leistungsfähigkeit sowie ihre Gesundheit durch regelmäßiges Sporttreiben zu erhalten und zu fördern. Der Sportunterricht bietet als einziges Bewegungsfach in der Berufsschule die große Chance, einen direkten Beitrag zur spezifischen Vorbereitung insbesondere auf körperliche Anforderungen der Berufswelt zu leisten.

Der Sportunterricht in der Berufsschule dient neben der körperlichen auch der gezielten sozialen und mentalen Bildung der Lernenden. Er fördert und festigt Eigenschaften wie Fairness, Toleranz, Teamgeist, Mitverantwortung und Leistungsbereitschaft und erfüllt hierdurch einen spezifischen Beitrag für eine ganzheitliche Persönlichkeitserziehung. Der Sportunterricht bietet somit über die Entwicklung und Förderung von Bewegungskompetenzen, Urteils- und Entscheidungskompetenzen sowie Teamkompetenzen eine einmalige Chance zum Aufbau einer umfassenden Handlungsfähigkeit im Sport und darüber hinaus. Sportunterricht ergänzt die beruflichen und allgemeinen Lernbereiche auf vielfältige Weise und trägt zur Entwicklung einer umfassenden berufsbezogenen und berufsübergreifenden Handlungskompetenz bei.

Sport gehört zum Bildungskanon des schulischen Lernens, er leistet in der Berufsschule einen wesentlichen Beitrag zum Erziehungs- und Bildungsauftrag der Schule. Sportunterricht ist in Hessen Pflichtunterricht in der Berufsschule.

Nach der Verordnung über die Berufsschule sind für alle Lernenden bei 2-jähriger Berufsausbildung 80 Gesamtstunden Sport, bei 3-jähriger Berufsausbildung 120 Gesamtstunden und bei 3½-jähriger Ausbildung 140 Gesamtstunden vorgesehen. Die konkrete Organisationsform des Sportunterrichts (z. B. wöchentlich eine Stunde, zweiwöchentlich zwei Stunden) wird von der jeweiligen Schule unter Berücksichtigung der

Fach: Sport

örtlichen Gegebenheiten und organisatorischen Rahmenbedingungen festgelegt. Dabei sind insbesondere pädagogische Gesichtspunkte zu berücksichtigen.

### 1.3 Strukturelemente des Kerncurriculums

Basierend auf dem Bildungs- und Erziehungsauftrag laut §§ 2 und 3 Hessisches Schulgesetz (HSchG)<sup>3</sup> beschreibt das Kerncurriculum für die Berufsschule fachliche und überfachliche Kompetenzen sowie inhaltliche Vorgaben als verbindliche Grundlage für den Unterricht. Die Leistungserwartungen werden auf diese Weise für Lehrende wie Lernende transparent und nachvollziehbar.

Die Eingangsvoraussetzungen der Lernenden sind in der Berufsschule heterogen. Daher ist das Kerncurriculum hinsichtlich der Kompetenzorientierung so strukturiert, dass eine Anschlussfähigkeit und Kohärenz nicht nur zu den Kerncurricula der Sekundarstufe I (KC Hauptschule, KC Realschule und KC Gymnasium), sondern auch zu den Kerncurricula der Sekundarstufe II (KC Gymnasiale Oberstufe und KC Fachoberschule) gesichert ist.

Das auf den Erwerb von Kompetenzen ausgerichtete Kerncurriculum mit seinen curricularen Festlegungen gliedert sich in folgende Strukturelemente:

#### **Bildungsbeitrag und didaktische Grundlagen (Kapitel 2)**

Der Beitrag des Faches zur Bildung (Kapitel 2.1) beschreibt den Bildungsanspruch und die wesentlichen Bildungsziele des Faches. Dies spiegelt sich im Kompetenzmodell (Kapitel 2.2) und in der fachdidaktischen Konzeption (Kapitel 2.3) wider.

#### **Aufbau des Kerncurriculums: Kompetenzen und Inhalte (Kapitel 3)**

Kompetenzen weisen die Leistungserwartungen an das fachliche und überfachliche Wissen und Können der Lernenden am Ende der Ausbildung aus. Sie konkretisieren die Kompetenzbereiche des jeweiligen Faches und zielen grundsätzlich auf kritische Reflexionsfähigkeit sowie den Transfer beziehungsweise die Nutzung von Wissen für die Bewältigung persönlicher sowie gesellschaftlicher und beruflicher Herausforderungen ab.

Die Lernenden setzen sich mit geeigneten und exemplarischen Lerninhalten und Themen sowie deren Sachaspekten und darauf bezogenen Fragestellungen auseinander und entwickeln auf diese Weise die im Kerncurriculum formulierten Kompetenzen. Entsprechend gestaltete handlungsorientierte Lernarrangements zielen den Erwerb jeweils spezifischer Kompetenzen aus in der Regel unterschiedlichen Kompetenzbereichen ab. Auf diese Weise können alle Kompetenzen mehrfach und in unterschiedlichen inhaltlichen Zusammenhängen gefördert werden. Hieraus erklärt sich, dass Kompetenzen und Unterrichtsinhalte nicht bereits im Kerncurriculum unmittelbar miteinander verknüpft werden, sondern dies erst sinnvoll auf der Unterrichtsebene vor allem vor dem Hintergrund der jeweiligen Lerngruppe erfolgen kann.

Die Lerninhalte sind in Form verbindlicher Themenfelder ausgewiesen (Kapitel 3.3). Hinweise zur Verbindlichkeit der Themenfelder und ihrer Inhalte finden sich im Kapitel 3.5 (Hinweise zur Bearbeitung der Themenfelder) sowie innerhalb der Ausführungen zu jedem Themenfeld (Kapitel 3.4). Die didaktische Relevanz der Themenfelder wird in einführenden Texten skizziert und begründet.

---

<sup>3</sup>Hessisches Schulgesetz in der jeweils gültigen Fassung

## 2 Bildungsbeitrag und didaktische Grundlagen

### 2.1 Beitrag des Faches zur Bildung

Der Schulsport, bestehend aus dem Sportunterricht und dem außerunterrichtlichen Sport, stellt ein eigenständiges Lern- und Erfahrungsfeld in der Berufsschule dar. Im Zusammenspiel mit den berufsbezogenen Lernfeldern und den allgemeinbildenden Fächern leistet der Schulsport über die aktive Auseinandersetzung mit der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur einen spezifischen Beitrag zum Erwerb von persönlichkeitsbildenden Schlüsselkompetenzen sowie zum Verständnis des positiven Einflusses eines sportlich aktiven Lebensstils auf die Aufrechterhaltung und Verbesserung der beruflichen Leistungsfähigkeit.

Der Sportunterricht in der Berufsschule knüpft an die in ihrer vorherigen schulischen Laufbahn erworbenen Kompetenzen der Lernenden an und entwickelt ihre sportkulturelle Handlungskompetenz in Bezug auf neue Berufs- und Lebenssituationen weiter. Er befähigt die Lernenden, ihr Bewegungshandeln mündig, aktiv und verantwortungsbewusst zu gestalten, und zielt auf ein lebenslanges Sporttreiben ab. Im Sportunterricht werden vielfältige Möglichkeiten thematisiert, um einem durch eine zunehmend passive Lebensweise entstandenen Bewegungsmangel und damit einhergehenden Erkrankungen wie Rückenschmerzen und Adipositas sowie koordinativen, konditionellen und motorischen Defiziten entgegenzuwirken. Darüber hinaus macht der Sportunterricht in der Berufsschule den Umgang mit körperlichen Anforderungen im Arbeitsalltag zum Unterrichtsgegenstand und trägt dazu bei, sich an etwaige berufliche Belastungen anzupassen und den Erhalt der Arbeitsfähigkeit sicherzustellen.

Sport ist immer auch ein Feld sozialen Miteinanders: In der Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und mit Bewegung – sowohl im Miteinander als auch im Gegeneinander – entwickeln die Lernenden einen fairen Umgang, der von Toleranz, Verständnis, Respekt und Verantwortungsbewusstsein geprägt ist. Der Sportunterricht leistet entsprechend einen wesentlichen Beitrag zur Entwicklung beruflicher und berufsübergreifender Handlungskompetenz. Problemorientierte Bewegungsherausforderungen fördern Leistungsbereitschaft, Kreativität, Kommunikationsfähigkeit und Belastbarkeit. Zudem motivieren sie die Lernenden dazu, selbstbestimmt und eigenverantwortlich Ziele zu setzen, diese reflektiert weiterzuentwickeln und zu verfolgen. Dies unterstützt verantwortungsvolles Handeln und eine selbstbestimmte Teilhabe in einer globalisierten, sich stetig wandelnden Lebens- und Arbeitswelt.

Ziel des Sportunterrichts ist somit die Entwicklung und Förderung von sowohl motorischen als auch personalen Kompetenzen, indem unter aktiver Beteiligung der Lernenden die Inhaltsfelder der Sportpraxis sinnhaft mit pädagogisch ausgerichteten Leitideen des Sports verknüpft werden (Abbildung 1 Kompetenzmodell). In diesem Doppelauftrag – der Erziehung zum und durch den Sport – spiegelt sich der Anspruch einer ganzheitlichen Bildung und Erziehung, dem der Schulsport verpflichtet ist.

### 2.2 Kompetenzmodell

Im Zentrum des Sportunterrichts der Berufsschule steht, in Anknüpfung an die Kompetenzbereiche der Sekundarstufe I, II und Fachoberschule die Ausbildung von Bewegungskompetenz, die jedoch so zu inszenieren ist, dass gleichsam auch Urteils- und Entscheidungskompetenz sowie Teamkompetenz ausgebildet und gefördert werden. Dabei bilden die beiden letztgenannten Kompetenzen wesentliche Bereiche der beruflichen

Fach: Sport

Handlungskompetenz (vergleiche Kapitel 1) ab und leisten somit einen zentralen und nicht austauschbaren Beitrag zum Bildungsauftrag der Berufsschule.

Zur besseren Abgrenzung werden die drei Kompetenzbereiche nachfolgend zunächst getrennt voneinander beschrieben und in Kapitel 3.1 und 3.2 in Form von verbindlichen und fakultativen Bildungsstandards konkretisiert.

### **2.2.1 Bewegungskompetenz**

Bewegungskompetenz zeigt sich in der erfolgreichen Bewältigung von Bewegungsanforderungen sowie in einem situationsangemessenen Bewegungshandeln. Sie nimmt im sportlichen Handeln den zentralen Stellenwert ein.

Bewegungskompetenz zielt – unter Berücksichtigung der jeweiligen Leistungsvoraussetzungen – auf das Erlernen, Weiterentwickeln und Anwenden geeigneter sportartspezifischer Bewegungsabläufe und Verhaltensweisen. Sie zeigt sich in der erfolgreichen Bewältigung von Bewegungsanforderungen, beim Lösen von Bewegungsaufgaben und Bewegungsproblemen sowie – insbesondere in den Sportspielen – in einem situationsangemessenen Bewegungshandeln. Dabei nehmen die Lernenden ihr eigenes Bewegungshandeln und die damit verbundenen Lern- und Kooperationsprozesse mithilfe von geeigneten Methoden und Materialien differenziert in den Blick. Sie erfassen die Funktionszusammenhänge von Bewegungen und können eigenes und fremdes Bewegungshandeln analysieren.

Die sportliche Bewegungskompetenz ist ein wichtiger Bestandteil eines gesunden Lebensstils. Sie ist gerade in Beruf und Alltag von großem Nutzen, um über eine Optimierung der Bewegungsgestaltung Verletzungen und Fehlbelastungen, unter anderem beim Heben von schweren Lasten oder langem Sitzen oder Stehen, vorzubeugen. Die bewusste Auseinandersetzung mit den individuellen Leistungsvoraussetzungen und Belastungssituationen sowie eine regelmäßige körperliche Betätigung stellen wesentliche Bausteine dar, um die körperliche und mentale Fitness auf einem stabilen Niveau zu bewahren und somit einen Beitrag zur langfristigen Erhaltung der Gesundheit zu leisten.

### **2.2.2 Urteils- und Entscheidungskompetenz**

Die selbstbestimmte und verantwortungsbewusste Teilhabe an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur setzt eine kritisch-reflexive Auseinandersetzung mit der eigenen Sportpraxis sowie den vielfältigen Erscheinungsformen des Sports als gesellschaftlichem Phänomen voraus. Entsprechend gründet die Ausbildung von Urteils- und Entscheidungskompetenz auf einer bewussten und reflektierten Auseinandersetzung mit bewegungs- und sportartspezifischen Handlungssituationen sowie der Thematisierung der Leitideen (siehe Kapitel 2.3) und Aspekten wie Team- und Gruppenprozessen, Regeln und Fair-Play sowie den Umgang mit Sieg und Niederlage. Mithilfe von Beobachtung und Analyse des eigenen Sporttreibens nehmen die Lernenden gezielt Anpassungen vor und entwickeln Lösungsstrategien und alternative Handlungskonzepte, um Bewegungsarrangements und Spielsituationen anforderungsadäquat zu verändern.

Dabei dienen Gütemaßstäbe und Bezugsnormen als Grundlage für die Beurteilung und Reflexion von Leistungssituationen. Die Urteils- und Entscheidungsfähigkeit wird somit im sportlichen Handeln durch den verantwortlichen Umgang mit sich selbst, mit anderen sowie den zur Verfügung stehenden Ressourcen und Bewegungsräumen ausgebildet. Um dieses Ziel zu erreichen, ist es erforderlich, eine bewusste Wahrnehmung der Motive sportlichen

Fach: Sport

Handelns zu entwickeln sowie ein erhöhtes Bewusstsein für die komplexen Zusammenhänge und Wechselwirkungen zu schaffen, in die der Sport eingebettet ist.

Die Entwicklung dieser Kompetenzen erfordert im Unterricht eine Auseinandersetzung mit sporttheoretischen Inhalten in speziellen kognitiven Phasen oder im Rahmen einer Theorie-Praxis-Verzahnung.

### **2.2.3 Teamkompetenz**

Kompetentes Agieren im Team realisiert sich durch aktives, kooperatives und sozial verantwortliches Handeln in Gruppen sowie im fairen Konkurrieren. Der kritisch reflexive Umgang mit sportlichen Leistungsunterschieden und individuellen Zugängen zum Sport findet seinen Ausdruck in der Anerkennung von Diversität, der gleichberechtigten und gleichwertigen Teilhabe aller am sportlichen Miteinander und in der Wahrnehmung und Wertschätzung der gegenseitigen Potenziale. Hierdurch bietet der Sportunterricht die Möglichkeit, für das Zusammenleben in demokratischen Gesellschaften sowie der Zusammenarbeit in beruflichen Umgebungen notwendigen Schlüsselkompetenzen zu thematisieren und auszubilden. So sind, um nur ein Beispiel zu nennen, Toleranz und gegenseitiges Vertrauen wesentliche Voraussetzungen für eine konstruktive Rückmeldung zur Bewegungsausführung (z. B. taktile Rückmeldung beim Unterarmstütz). Einer offenen Feedbackkultur zwischen Lernenden sowie zwischen Lernenden und Lehrkräften kommt dabei eine besondere Bedeutung zu.

Reflexionsphasen, variierende Lernarrangements sowie das Übertragen von Verantwortung für Gruppenprozesse auf die Lernenden (zum Beispiel in Form der Übernahme von Funktionen bei der Planung und Durchführung sportlicher Handlungssituationen) führen dazu, dass diese Handlungswissen sowie belastbare Kooperations- und Kommunikationsstrategien erwerben beziehungsweise verbessern.

Die Komplexität sportlicher Lernsituationen und hier insbesondere von Spielsituationen stellt hohe Anforderungen an die Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit der Lernenden. Im Sport müssen Konflikte bewältigt, Regeln beachtet und Absprachen getroffen werden, um gemeinsame Ziele zu erreichen. Individuelle sportliche Erfolge hängen oft von der Mannschaftsleistung ab und erfordern daher sowohl gegenseitige Hilfe und Unterstützung (die wiederum erfolgreiche Kommunikations- und Kooperationsstrategien voraussetzen) als auch gemeinsame Reflexionsprozesse während und nach der sportlichen Aktivität.

Mit Bewegungskompetenz (Erziehung zum Sport), Urteils- und Entscheidungskompetenz sowie Teamkompetenz (Erziehung durch Sport) sind die zentralen Aspekte des Sportunterrichts beschrieben. Der Sportunterricht wird diesem Doppelauftrag jedoch nur gerecht, wenn er auf eine integrative Vermittlung der drei Kompetenzbereiche abzielt.

## **2.3 Strukturierung der Fachinhalte**

Die Weiterentwicklung sportlicher Handlungsfähigkeit in der Berufsschule ist auf eine reflektierte und aktive Teilhabe an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur gerichtet. Sie knüpft an individuelle Körper- und Bewegungserfahrungen der Lernenden an und zielt unmittelbar auf die Förderung der drei benannten Kompetenzbereiche ab.

Damit ist der Anspruch verbunden, die Lernenden sowohl in der Entwicklung und Verbesserung ihrer eigenen sportmotorischen Handlungsfähigkeit zu unterstützen als auch die Fähigkeit zu vermitteln, sportliches Handeln im Rahmen der gegenwärtigen Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur und des schulischen sowie beruflichen Alltags in unterschiedlichen

Fach: Sport

Kontexten kritisch zu betrachten und selbstbestimmt mit Bedeutung zu belegen. Diese verschiedenen Zugangsweisen zum und durch Sport realisieren sich in einem Unterricht, der es ermöglicht, dass sich die Lernenden – ausgehend von ihrer eigenen sportlichen Handlungskompetenz – mit Sport und der eigenen Sportpraxis aus unterschiedlichen Blickwinkeln auseinandersetzen können. Hierzu stellen die Inhaltsfelder der Sportpraxis sowie die Leitideen sportlichen Handelns die beiden wesentlichen Bezugsebenen dar.

Im Rahmen der beruflichen Bildung kommen dabei den Leitideen Gesundheit und Soziale Interaktion eine hervorgehobene Bedeutung zu (vgl. Kapitel 2.1). Hieraus ergibt sich das folgende Strukturierungsmodell für den Sportunterricht in der Berufsschule:

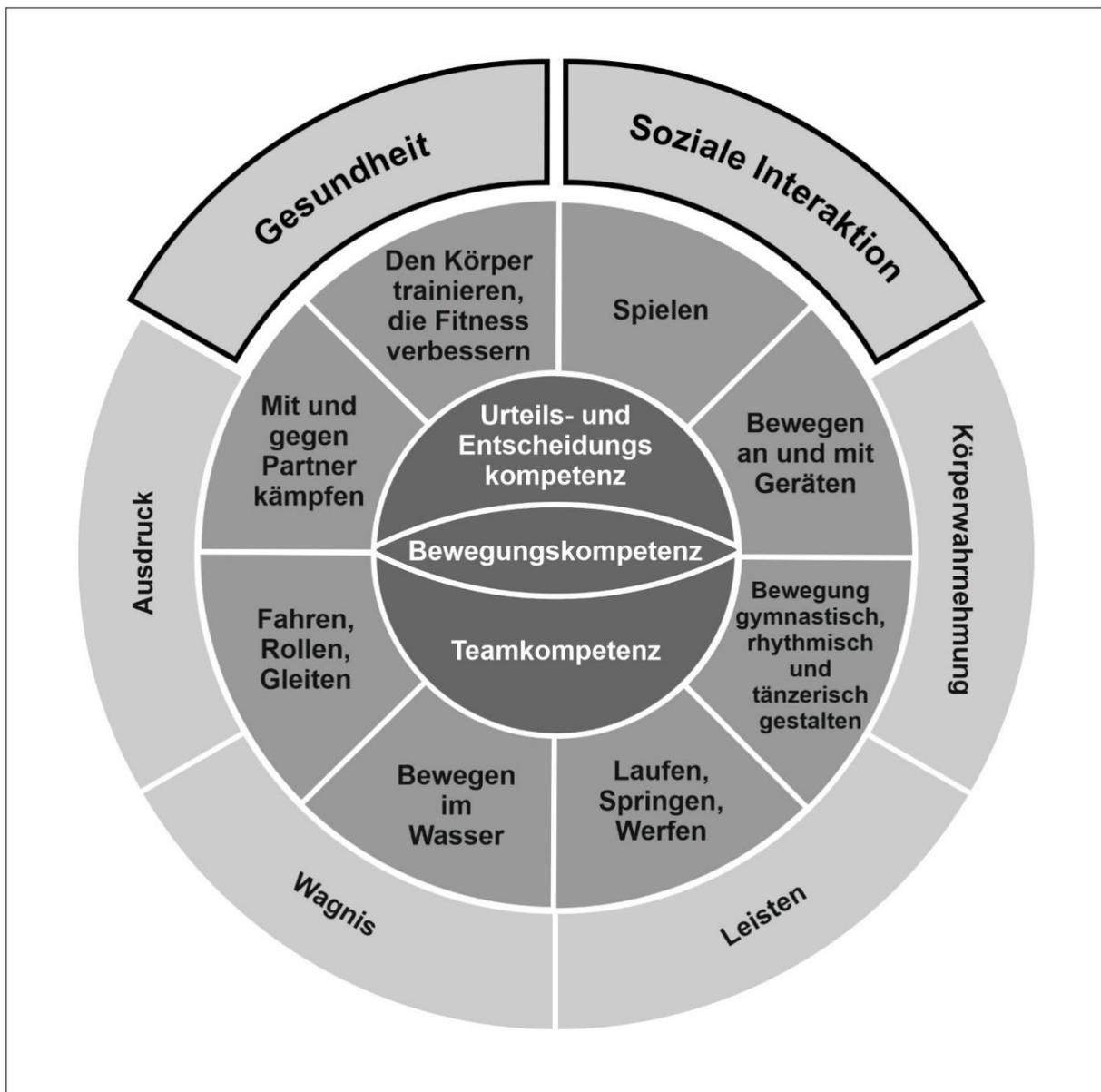


Abbildung 1: Kompetenzmodell des Sportunterrichts in der Berufsschule- adaptiert nach Prohl (2010).<sup>4</sup> Im Modell werden die Kompetenzen mit den Inhaltsfeldern und den Leitideen des Faches Sport verknüpft.

<sup>4</sup> Prohl, Robert: Grundriss der Sportpädagogik. 3. Auflage. Wiebelsheim 2010

Fach: Sport

Die Inhaltsfelder der Sportpraxis sind nach bewegungspädagogischen Kategorien strukturiert. Sie beinhalten vielfältige Bewegungsaktivitäten, die Gegenstand des Sportunterrichts in der Berufsschule sein können. Ausgehend von grundlegenden Gemeinsamkeiten ergeben sich acht Inhaltsfelder: Den Körper trainieren, die Fitness verbessern; Spielen; Bewegen an und mit Geräten; Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten; Laufen, Springen, Werfen; Bewegen im Wasser; Fahren, Rollen, Gleiten; mit und gegen Partner kämpfen.

Sportliches Handeln vollzieht sich immer auch im Rückgriff auf wissenschaftliche Theorien. Daher liegt – auch wenn grundsätzlich die Ausübung von Bewegungsaktivitäten fokussiert wird – ein zentrales Prinzip des Sportunterrichts in der Berufsschule in der Verknüpfung der gewählten Inhaltsfelder der Sportpraxis mit aktuellen Themen der Sporttheorie. Diese umfassen unter anderem:

- Spezifische Grundlagen der unterrichteten Inhaltsfelder der Sportpraxis,
- Sport und Bewegung im Kontext einer gesunden Lebensführung,
- Formen sozialen Verhaltens im Sport (insbesondere in Sportspielen),
- Grundlagen des Lernens sportlicher Bewegungen,
- Funktionszusammenhänge von Bewegungsabläufen,
- Grundlagen der Erhaltung und Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit durch Training,
- Motive sportlichen Handelns,
- weitere sporttheoretische Inhalte, die sich aus der Verknüpfung von Inhaltsfeldern der Sportpraxis mit den Leitideen ergeben.

Die unterschiedlichen Leitideen – Gesundheit, soziale Interaktion, Körperwahrnehmung, Leisten, Wagnis, Ausdruck – ermöglichen verschiedene Zugänge zum sportlichen Handeln innerhalb der Inhaltsfelder.

Die Lehrkraft kombiniert Leitideen, Inhaltsfelder der Sportpraxis und Sporttheorie für das jeweilige Unterrichtsvorhaben. So könnte das Inhaltsfeld „Spielen“ mit der Sportart „Ultimate Frisbee“ über den Fairplay-Gedanken und die koedukative Ausrichtung mit der Leitidee „soziale Interaktion“ verbunden oder durch das Hervorheben des weitgehend körperlosen Spiels sowie konditioneller Aspekte unter die Leitidee „Gesundheit“ gestellt werden.

Im Folgenden werden die Ebenen der Inhaltsfelder und Leitideen weiter erläutert und konkretisiert.

### 2.3.1 Inhaltsfelder 1-8

In den folgenden acht Inhaltsfeldern ist das Bewegungswissen – der bildungsrelevante Kern des Sportunterrichts – repräsentiert. Sie beinhalten vielfältige Bewegungsaktivitäten, die – traditionelle Sportarten eingeschlossen – Gegenstand des Sportunterrichts in der Berufsschule sein können. Strukturgebend sind grundlegende Gemeinsamkeiten hinsichtlich ihrer Handlungsideen (zum Beispiel Spielen, Kämpfen), gemeinsamer Bewegungsräume (zum Beispiel im Wasser), Interaktionsformen, Bewegungsabläufen und -anforderungen oder spezifischer Körper- und Bewegungserlebnisse. Auch wenn die Inhaltsfelder strukturell eigenständige Bereiche der Sportpraxis darstellen, lassen sie sich nicht immer trennscharf voneinander abgrenzen. Beispielsweise ließe sich das Wasserballspiel nicht nur dem

Fach: Sport

Inhaltsfeld „Bewegen im Wasser“ zuordnen, sondern auch dem Inhaltsfeld „Spielen“. Überschneidungen der Inhaltsfelder sind also immanent gegeben, eröffnen aber die Möglichkeit, fachliche Inhalte sinnvoll zu vernetzen. Die Inhaltsfelder stellen gemeinsam mit den Leitideen sportlichen Handelns (siehe Kapitel 2.3.2) die Planungsgrundlage für den Sportunterricht an der Berufsschule dar. Dabei werden gemeinsame Handlungsideen, Bewegungsräume, Interaktionsformen und Bewegungsanforderungen beachtet, um eine sinnvolle Verknüpfung fachlicher Inhalte zu ermöglichen.

### **Den Körper trainieren, die Fitness verbessern (1)**

Ein gesundheitsbewusster Lebensstil umfasst oft auch das Streben nach einer besseren körperlichen Verfassung. Daher steht in diesem Inhaltsfeld das Bewusstsein für die eigene Körpererfahrung und das Wahrnehmen körperlicher Reaktionen auf Bewegung, Spiel und Sport im Mittelpunkt. Diese können durch gezieltes Fitness- und Gesundheitstraining sowie verschiedene Entspannungstechniken verbessert werden. Dabei erwerben die Lernenden sowohl theoretische Kenntnisse als auch praktische Fähigkeiten zur Erhaltung und Steigerung ihrer eigenen Fitness. Regelmäßige aktive Bewegung ist ein wichtiger Faktor, um die Fitness, das Wohlbefinden und die Gesundheit langfristig zu verbessern. Standardisierte Fitnessstests können helfen, den durch regelmäßige Bewegung erzielten Fortschritt zu messen und zu dokumentieren. Mit dem Wissen und der Motivation aus dem Unterricht sind die Lernenden gut für ein lebenslanges Sporttreiben und eine gesunde Lebensweise gerüstet.

Folgende Inhalte können im Rahmen dieses Inhaltsfelds Gegenstand des Sportunterrichts sein:

- Fitness- und Gesundheitstraining (z. B. Kraft- und Ausdauertraining, Rückentraining, Gerätetraining, Spinning, Step-Aerobic),
- funktionelle Formen von Gymnastik,
- Entspannungstechniken (z. B. autogenes Training, progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, Feldenkrais-Methode, Yoga).

### **Spielen (2)**

Im Mittelpunkt dieses Inhaltsfeldes steht die Verbesserung der Spielfähigkeit in den Sportspielen. Thematisiert werden Gemeinsamkeiten, Zusammenhänge und Unterschiede zwischen Zielschusspielen, Ein- und Mehrkontaktrückschlagspielen sowie Endzonenspielen. Weitere Sportspiele sind möglich. Abwechslungsreiche Übungs-, Wettkampf- und Spielformen fördern das Erlernen von Bewegungsfertigkeiten und situationsangemessenem Verhalten sowie der Entwicklung sportartspezifischer und sportartübergreifender motorischer Fertigkeiten und Fähigkeiten. Darüber hinaus zielt der Kompetenzerwerb darauf ab, die Lernenden mit Regeln vertraut zu machen, Spielideen kreativ umzusetzen und als Teammitglied aktiv zum Erfolg beizutragen.

Folgende Inhalte können im Rahmen dieses Inhaltsfelds Gegenstand des Sportunterrichts sein:

- Zielschusspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Streetball),
- Rückschlagspiele (Mehrkontaktrückschlagspiele, z. B. Volleyball, Beachball, Faustball, Prellball; Einkontaktrückschlagspiele, z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis, Squash, Pickle Ball, Padel),

Fach: Sport

- Endzonen-Spiele (z. B. Ultimate-Frisbee, Flag-Football, Touch-Rugby),
- weitere Spiele (z. B. Base- / Softball, Roundnet, Golf, Schlagball, Tchoukball, Floorball).

### **Bewegen an und mit Geräten (3)**

Dieses Inhaltsfeld ermöglicht den Lernenden vielfältige Handlungs- und Erfahrungsmöglichkeiten in grundlegenden Bewegungshandlungen wie Stützen, Drehen, Rollen, Überschlagen, Balancieren, Schwingen und Springen. Durch bewegungsintensive Aktionen nehmen die Lernenden ihren Körper in unterschiedlichen Lagen im Raum wahr und sammeln Erfahrungen mit Schwerkraft, Gleichgewicht und Höhe. Sie entwickeln über klassische oder freie Gerätearrangements oder Sportarten wie Le Parkour Bewegungssicherheit, lernen Risiken abzuwägen und gestalten turnerische Bewegungen durch Partner- und Gruppenübungen.

Folgende Inhalte können im Rahmen dieses Inhaltsfelds Gegenstand des Sportunterrichts sein:

- Turnen an und mit Geräten (z. B. Gerätturnen, Le Parkour, Free Running),
- Bewegungskünste; Partner- und Gruppenakrobatik, Jonglieren,
- Klettern (z. B. an Geräten, an der Kletterwand, Bouldern).

### **Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten (4)**

Im Zentrum dieses Inhaltsfeldes steht der Körper als Ausdrucksmittel rhythmisch-tänzerischer Gestaltung und bewusster Wahrnehmung. Gymnastik, Tanz und Darstellung fördern die Körper- und Wahrnehmungsfähigkeit. Mit rhythmischer Begleitung werden Fertigkeiten erlernt und Begeisterung für Bewegung, Kreativität und Vorstellungskraft gefördert. Die Lernenden behalten beim Tanzen die Kommunikation und Kooperation im Blick, um ästhetisch-expressive sowie gestalterische Ansprüche bei übereinstimmender Koordination von Rhythmus und Bewegung zu erfüllen. Tanz- und gymnastische Übungsformen vermitteln Körperbeherrschung, Bewegungstechniken sowie Werte und Einblicke in verschiedene Kulturen.

Folgende Inhalte können im Rahmen dieses Inhaltsfelds Gegenstand des Sportunterrichts sein:

- rhythmische Gymnastik, Gymnastik mit und ohne Handgerät(en),
- Tanzen in unterschiedlichen Ausprägungsformen (z. B. Moderner Tanz, Hip-Hop, Jazztanz, Gesellschaftstanz, Street Dance, Modetänze, Folkloretänze),
- Aerobic, Step-Aerobic, Zumba, Pilates und andere,
- darstellender Tanz, Bewegungstheater.

### **Laufen, Springen und Werfen (5)**

Im Rahmen dieses Inhaltsfeldes werden die Bewegungsformen des Laufens, Springens und Werfens thematisiert. Die Leichtathletik dient hier als Grundlage, wobei neben standardisierten leichtathletischen Disziplinen auch Kombinationsformen mit anderen Bewegungsinhalten wie beispielweise Duathlon oder Triathlon behandelt werden können. Die Lernenden erwerben Fähigkeiten in Lauf-, Wurf- und Sprungtechniken sowie zielorientierten Trainingsabläufen, um

Fach: Sport

Bewegungsabläufe zu automatisieren und Leistungsstandards zu erreichen. Es wird betont, dass Training dazu beiträgt, Fähigkeiten und Leistung zu verbessern.

Folgende Inhalte können im Rahmen dieses Inhaltsfelds Gegenstand des Sportunterrichts sein:

- Leichtathletik,
- Orientierungslauf,
- Kombinationsformen (z. B. Triathlon, Biathlon, Duathlon),
- Spielformen / Teamwettkämpfe,
- besondere Aufgabenstellungen (z. B. Zielwerfen/-stoßen, Zeitschätzläufe).

### **Bewegen im Wasser (6)**

Dieses Inhaltsfeld ermöglicht den Lernenden, sowohl grundlegende Schwimm- und Rettungstechniken zu erlernen und ihre Schwimmkenntnisse zu verbessern als auch weitergehende Bewegungserfahrungen wie Schweben, Gleiten, Sinken, Tauchen, ins Wasser springen, etc. zu machen. Dabei erfahren sie die Bedeutung von Wasserwiderstand und Auftrieb, was zur Erweiterung ihrer Körpererfahrung und zur Förderung der Gesundheit beiträgt. Es muss unbedingt beachtet werden, dass Wasser ein einzigartiger Bewegungsraum ist und Unfälle sowie Gefahrensituationen auftreten können. Es ist daher wichtig, dass die Lernenden die geltenden Sicherheitsregeln kennen und befolgen.

Folgende Inhalte können im Rahmen dieses Inhaltsfelds Gegenstand des Sportunterrichts sein:

- Sportschwimmen,
- Wasserball,
- Rettungsschwimmen,
- Aqua-Fitness,
- Wasserspringen,
- Synchronschwimmen.

### **Fahren, Rollen, Gleiten (7)**

Eine übergreifende Zielsetzung dieses Inhaltsfeldes liegt in der gemeinsamen Vermittlung von grundlegenden Fertigkeiten und Techniken für verschiedene Fortbewegungsarten. Dabei erwerben die Lernenden nicht nur spezifischen Fertigkeiten in jeder Fortbewegungsart, sondern auch Fähigkeiten, die auf alle Arten von Fortbewegung angewendet werden können, wie Koordination, Körperhaltung und Geschwindigkeitskontrolle. Der Unterricht schließt neben der Vielfalt der Bewegungsformen auch außerschulische Erfahrungen und Naturerlebnisse mit ein, um den verantwortungsbewussten Umgang mit der Natur zu fördern und zu reflektieren.

Folgende Inhalte können im Rahmen dieses Inhaltsfelds Gegenstand des Sportunterrichts sein:

Fach: Sport

- Rollsport/Fortbewegung auf Rädern und Rollen (z. B. Rad fahren, Radball, Inline-Skating, Inline-Hockey, Rollschuhlaufen, Skateboard fahren),
- Gleiten auf Schnee und Eis (z. B. Skifahren, Eislaufen, Langlauf, Snowboardfahren, Rodeln),
- Gleiten auf dem Wasser (z. B. Rudern, Kanufahren, Segeln, Segelsurfen, Wasserski).

### **Mit und gegen Partner kämpfen (8)**

In der nach Regeln geordneten, körpernahen und partnerschaftlichen Auseinandersetzung erwerben Lernende neben motorischen auch soziale Fähigkeiten, wie Einsatzbereitschaft, Selbstbewusstsein und Selbstdisziplin in diesem Inhaltsfeld. Sie erweitern ihre Wahrnehmungsfähigkeit und Bewegungserfahrung und lernen den verantwortungsvollen Umgang miteinander sowie das Einhalten von Regeln. Das spielerische Ringen und Raufen mit und gegen Partner, welches die Entwicklung eines fairen Zweikampfverhaltens und den Zweck der Selbstverteidigung verfolgt, basiert auf gegenseitigem Respekt und gegenseitiger Rücksichtnahme. Es werden technisch-taktische Lösungen im Zweikampfverhalten am Boden und im Stand sowie koordinative Fähigkeiten geübt, bevor in Wettkämpfen konkurriert wird.

Folgende Inhalte können im Rahmen dieses Inhaltsfelds Gegenstand des Sportunterrichts sein:

- Normgebundene Formen des Partnerkampfsports (z. B. Judo, Ringen),
- normungebundene Formen des Partnerkampfs (z. B. bewegungspädagogische Kampfspiele),
- weitere Partnerkämpfe aus anderen Kulturkreisen (z. B. orientiert an fernöstlichen Kampfsportarten).

### **2.3.2 Leitideen sportlichen Handelns**

Die Fachinhalte werden durch Leitideen sportlichen Handelns strukturiert und bilden eine Grundlage zur Weiterentwicklung sportlicher Handlungsfähigkeit. Die Lernenden setzen sich mit der Sportpraxis aus unterschiedlichen Blickwinkeln auseinander, wobei die unterschiedlichen Leitideen– Gesundheit, soziale Interaktion, Körperwahrnehmung, Leisten, Wagnis, Ausdruck– verschiedene Zugänge zum sportlichen Handeln ermöglichen. Aufgrund der direkten Verknüpfung mit dem Berufsalltag erfahren die Leitideen Gesundheit und Soziale Interaktion eine besondere Akzentuierung. Es werden wesentliche Bezugsebenen beschrieben, an die die Inhaltsfelder (siehe Kapitel 2.3.1) stets rückgebunden sind. Im Folgenden werden die Leitideen erläutert und konkretisiert:

#### **Gesundheit (L1)**

Gesundheit ist als ein Zustand körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens zu verstehen, weshalb die Ressourcen der Lernenden den Ausgangspunkt sportlicher Überlegungen bilden müssen. Gesundheitsbildung in sportlichen Handlungssituationen zielt dabei nicht nur auf den Erhalt und die Steigerung der Funktionsfähigkeit des eigenen Körpers und der Vorbeugung von Bewegungsmangel ab, sondern auch auf die Entwicklung des Bewusstseins für eine gesunde Lebensführung zum Erhalt der eigenen Gesundheit. Entsprechend soll der Sportunterricht an die individuellen Bedürfnisse, körperlichen

Fach: Sport

Voraussetzungen und die äußeren Lebensbedingungen der Lernenden anknüpfen, indem Inhalte wie Ernährung, Umgebung und Arbeitsbedingungen aufgegriffen werden.

### **Soziale Interaktion (L2)**

Sport ist ein Feld sozialen Handelns, in dem sich soziale Beziehungen in unterschiedlichen Zusammenhängen erfahren und gestalten lassen. Soziale Interaktion beinhaltet die Gesamtheit aller zwischenmenschlichen Methoden, Prozesse und Ergebnisse, die im wechselseitigen Interagieren zwischen den Beteiligten sowohl in sportlichen als auch beruflichen Situationen ablaufen. Den Mittelpunkt sozialer Interaktion bildet die Gruppe, in der sportliches Handeln zu betrachten und zu beurteilen ist. Soziale Interaktion setzt die Kommunikation in verschiedenen sportlichen Handlungssituationen (zum Beispiel Konkurrenz und Kooperation) voraus und ermöglicht so die Entwicklung von Konfliktlösungsstrategien, Empathie und fairem Verhalten sowie den Raum für einen kritisch-reflexiven Umgang mit Heterogenität. Soziale Interaktion wird durch subjektive Entscheidungen und durch objektive Gegebenheiten (z. B. Regeln) bestimmt.

### **Körperwahrnehmung (L3)**

Körperwahrnehmung beinhaltet das Beobachten und das bewusste Empfinden des eigenen Körpers mit allen Sinnen. Im Zusammenhang einer bewussten und reflektierten Wahrnehmung werden Körperbild, Körperhaltung und Körpersprache sowie der körperliche Zustand und die körperlichen Reaktionen auf Bewegung differenziert in den Blick genommen. Im Mittelpunkt dieser reflektierten Betrachtung des Körpers sowie entsprechender adäquater Verhaltensweisen stehen neben Aspekten einer funktionsgerechten Bewegungskörperentwicklung, der körperlichen Entwicklung und Gesunderhaltung sowie dem Hinterfragen von Körperidealen auch die Einschätzung von Zielen, Chancen und Risiken im Sport und im Berufsalltag. Anhand vielfältiger Bewegungserfahrungen sollen das Vertrauen in den eigenen Körper gestärkt und die Grundlage zur Entwicklung eines positiven Selbstkonzepts geschaffen werden. Die Basis bildet das stetige Wechselspiel zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung.

### **Leisten (L4)**

Sport und Leistung sind immer eng miteinander verknüpft. Leisten in sportmotorischen Handlungssituationen wird als ein Prozess qualitativer und quantitativer Verbesserung der eigenen Leistungsfähigkeit verstanden, welcher durch unmittelbare Rückmeldung und persönliche Betroffenheit einen eigenständigen Teil von Lernen und Sport hervorbringt. Die Lernenden erfahren mithilfe verschiedener Gütemaßstäbe (individuelle, soziale und kriterienorientierte Bezugsnormen) Lern- und Leistungssituationen und lernen, diese zu verstehen und einzuschätzen. Die Objektivierbarkeit von Leistung und deren Grenzen werden ebenso thematisiert wie Leistungsmotive und Leistungsmotivation sowie der Umgang mit Gelingen und Misserfolg, Gewinnen und Verlieren. Lernende arbeiten durch selbst und gemeinsam gestaltete Übungs- und Trainingsprozesse langfristig auf ein individuelles Leistungsoptimum hin und gewinnen gleichzeitig Grundlagen für eine kritisch-reflexive Auseinandersetzung mit dem sportlichen und beruflichen Leistungsbegriff.

### **Ausdruck (L5)**

Ausdruck beschreibt in sportlichen Zusammenhängen die Betrachtung des eigenen und fremden Körpers in Bewegung als Träger von (Ich-)Botschaften. Temporäre Empfindlichkeiten können so durch Mimik, Gestik, Haltung und Gang widergespiegelt und interpretiert werden. Umgekehrt kann über den Körper auf die psychische Verfassung der Lernenden Einfluss

Fach: Sport

genommen werden (zum Beispiel durch Entspannungstechniken). Durch die Bildung eines entsprechenden Bewegungs- und Ausdrucksrepertoires werden nicht nur Bewegungsideen umgesetzt, sondern auch berufliche Herausforderungen gemeistert.

### **Wagnis (L6)**

Die Leitidee Wagnis zielt auf einen umsichtigen und bewussten Umgang mit Wagnissituationen im Sport ab und stellt somit die Auseinandersetzung mit der eigenen Belastungs- und Leistungsfähigkeit in den Vordergrund. Die Lernenden unterscheiden in sportlichen Handlungssituationen Risiko und Wagnis, indem sie beispielsweise Unsicherheiten und Ängste durch das Vertrauen in das eigene Können einschätzen lernen. Die Auseinandersetzung mit anspruchsvollen Problemstellungen im Sportunterricht bereitet die Lernenden auf spätere berufliche Alltagssituationen vor (realistische Selbsteinschätzung, Mut zum Nein-Sagen), indem Kompetenzen für die motorische Bewältigung von Bewährungssituationen erworben werden. Hierzu zählen insbesondere Handlungsfolgen verantwortlich zu kalkulieren, Risiken (Selbst- und Fremdgefährdung) zu erkennen und sich in Wagnissituationen gegenseitig verantwortungsbewusst zu sichern und zu helfen.

### 3 Aufbau des Kerncurriculums

#### 3.1 Einführende Erläuterungen

Nachfolgend werden die mit Abschluss der Berufsausbildung erwarteten fachlichen Kompetenzen aufgeführt. Die einzelnen Kompetenzbereiche werden differenziert nach dem Kompetenzstand bei Berufen mit unterschiedlicher Ausbildungsdauer dargestellt. Bei verkürzter Ausbildung ist der Kompetenzstand der Regelausbildungsdauer maßgeblich.

Im Sportunterricht werden Inhalte so gewählt, dass die Lernenden Kompetenzen in unterschiedlichen Kontexten – je nach Schwerpunktsetzung – entwickeln können. Mit wachsenden Anforderungen an die Komplexität der Zusammenhänge und kognitiven Herausforderungen erweitern sie ihre fachlichen Kompetenzen in entsprechend gestalteten Lernumgebungen. Die Inhalte werden – im Rahmen der Unterrichtsplanung didaktisch-methodisch aufbereitet – in thematische Einheiten umgesetzt. Zugleich lassen sich inhaltliche Aspekte, die vielfältig miteinander verschränkt sind und je nach Kontext auch aufeinander aufbauen können, themenübergreifend in einen unterrichtlichen Zusammenhang stellen. Die Orientierung an den oben formulierten Kompetenzbereichen (Kapitel 2.2) ist dabei für das Lehren und Lernen richtungsweisend. Der Kompetenzerwerb soll im Sinne kumulativen Lernens vernetzt erfolgen. Die Reihenfolge der Kompetenzbereiche ist hierbei nicht als Abbildung einer möglichen Chronologie des Kompetenzaufbaus aufzufassen.

Die in Kapitel 2.2 erläuterten Kompetenzbereiche werden im Folgenden in Form von Bildungsstandards (Kapitel 3.2.) konkretisiert. Diese liefern eine differenzierte Beschreibung der erwarteten Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten. Die Bildungsstandards werden aufgrund der Vielfältigkeit der Rahmenbedingungen der Beruflichen Schulen und der Dauer der jeweiligen Berufsausbildung in verbindlich und fakultativ aufgegliedert. Im Unterricht dienen die Leitideen (Kapitel 2.3.2) als Orientierungshilfen, um die Inhalte der Sportpraxis und -theorie zu strukturieren, anschlussfähig zu machen und zu vernetzen. Leitideen und Inhaltsfelder (Kapitel 2.3.1) werden unter dem Dach von Themenfeldern (Kapitel 3.3 ff.) in Unterrichtsvorhaben so zusammengeführt, dass die Lernenden die Bildungsstandards in verschiedenen inhaltlichen Kontexten erarbeiten können, ihnen also unterschiedliche Zugänge zu den Inhalten ermöglicht werden.

Unterrichtsvorhaben müssen über die Ausbildungszeit so geplant werden, dass alle Lernenden die verbindlichen Bildungsstandards erreichen können. Dies gilt im Besonderen für Sportunterricht, der nicht im Klassenverband gehalten wird.

#### 3.2 Bildungsstandards des Faches

##### Bewegungskompetenz (B)

Die nachfolgend aufgeführten Bildungsstandards zielen auf die umfassende sportmotorische Entwicklung der Lernenden. Sie konzentrieren sich auf eine gezielte Förderung der sportlichen Bewegungskompetenz (siehe Kapitel 2.2.1), befähigen zur Reflexion des eigenen Handelns und betonen die Bedeutung von Feedback und Kooperationsprozessen. Die Bildungsstandards fördern gezielt die Verbesserung von Bewegungsausführungen am Arbeitsplatz. Sie motivieren Lernende dazu, ihre Bewegungskompetenz aktiv in Berufs- und Alltagsleben einzusetzen mit dem Ziel, die körperliche Gesundheit zu stärken und das langfristige Wohlbefinden zu sichern.

Fach: Sport

Sie betonen die individuelle Verantwortung für Gesundheit und Fitness sowie die kontinuierliche Verbesserung der Bewegungsfertigkeiten. Dieser Ansatz fördert eine umfassende Entwicklung, die über die sportliche Leistung hinausgeht und die Perspektiven Gesundheit, soziale Interaktion, Körperwahrnehmung, Leisten, Wagnis und Ausdruck berücksichtigt.

Die Lernenden können (verbindlich)

- B1 sportartspezifische Bewegungsabläufe unter Berücksichtigung ihrer individuellen konditionellen und koordinativen Leistungsvoraussetzungen erlernen und weiterentwickeln,
- B2 Bewegungsanforderungen erfolgreich bewältigen und dabei situationsangemessen handeln,
- B3 ihre sportliche Bewegungskompetenz aktiv in ihren Alltag und Beruf integrieren, um regelmäßige körperliche Betätigung als wesentlichen Beitrag zur langfristigen Erhaltung von Wohlbefinden, Gesundheit und Arbeitsfähigkeit in ihren Lebensstil einzubinden,
- B4 ihr eigenes Bewegungshandeln mithilfe geeigneter Methoden und Materialien reflektieren, dabei Lern- und Kooperationsprozesse kritisch betrachten sowie konstruktives Feedback geben und annehmen,
- B5 Bewegungsausführungen durch gezielte Anpassung an die körperlichen Anforderungen des Berufsalltags optimieren, um präventiv am Arbeitsplatz zu agieren und die Verletzungsprophylaxe im Beruf und Alltag zu fördern,
- B6 beim Sport angemessen agieren und dabei Regeln einhalten und gestalten.

Die Lernenden können (fakultativ)

- B7 Funktionszusammenhänge von Bewegungen erfassen und sind in der Lage, sowohl eigenes als auch fremdes Bewegungshandeln zu analysieren,
- B8 ihre körperliche Fitness gezielt steigern, indem sie sich im Rahmen eines kontinuierlichen Trainingsprozesses bewusst mit individuellen Leistungsvoraussetzungen und Belastungssituationen auseinandersetzen.

### **Urteils- und Entscheidungskompetenz (U)**

Urteils- und Entscheidungskompetenz befähigt Lernende dazu, selbstbestimmt zu handeln, die Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur begründet zu beurteilen und sich kritisch damit auseinanderzusetzen. Dabei stehen die Leitideen Soziale Interaktion und Gesundheit im Mittelpunkt des Sportunterrichts. Ausgehend von der verhaltenswirksamen Beeinflussung des eigenen Fitness- und Gesundheitszustandes begleitend zum Berufsalltag, werden weitere Aspekte in den Blick genommen: Einschätzen von Risiken (Wagnis), Möglichkeiten und Grenzen der Leistungssteigerung, Kriterien, Gütemaßstäbe und Beurteilungsnormen (Leisten), Team- und Gruppenprozesse, Regeln und Fair-Play (Soziale Interaktion). Durch (mediengestützte) Bewegungs- und Spielanalysen können Korrekturen in Individual- und Teamsportarten gezielt vorgenommen werden. Eine weitere Grundlage für die Beurteilung und Reflexion von Leistungssituationen bilden Gütemaßstäbe und Bezugsnormen. Dabei können Interessens- und Leistungsunterschiede, aber auch geschlechtsspezifische Aspekte Berücksichtigung finden.

Fach: Sport

Sportunterricht ermöglicht eine bewusste, reflektierte und diskursive Auseinandersetzung mit der Sporttheorie und der Sportpraxis, wobei Lernende durch den Einsatz geeigneter Verfahren, Methoden und Medien Urteils- und Entscheidungskompetenz (siehe Kapitel 2.2.2) erlangen, welche die Grundlage zur Ausgestaltung eines gesunden Berufsalltags bildet.

Die Lernenden können (verbindlich)

- U1 Zusammenhänge zwischen fehlender körperlicher Bewegung, mangelnder Haltungs- und Bewegungsqualität sowie täglichen beruflichen Anforderungen herstellen und Maßnahmen der Gesunderhaltung am Arbeitsplatz benennen,
- U2 ihre Fitness kriterienorientiert prüfen und unter Beachtung ihres körperlichen und mentalen Wohlbefindens verhaltenswirksame Konsequenzen ableiten,
- U3 Wagnisse und Risiken in sportlichen Handlungssituationen einschätzen und ihr Bewegungshandeln danach ausrichten,
- U4 Grundzüge der gegenwärtigen Sport-, Spiel- und Bewegungskultur und deren Organisationsformen charakterisieren und kritisch reflektieren.

Die Lernenden können (fakultativ)

- U5 geeignete Medien und Materialien auswählen, Informationen systematisch beschaffen, strukturieren und die daraus gewonnen Erkenntnisse kontextbezogen nutzen (siehe Kapitel 1.1),
- U6 das Anforderungsprofil einer Sportart einschließlich Leistungskomponenten und Bewegungsmerkmalen analysieren,
- U7 Sport in seiner gesellschaftlichen Bedeutung kritisch reflektieren und dabei Aspekte der Nachhaltigkeit beziehungsweise Umweltverträglichkeit einbeziehen.

### **Teamkompetenz (T)**

Die Kompetenzen in diesem Bereich zielen auf ein aktives, kooperatives und sozial verantwortliches Handeln in Gruppen sowie fairen Wettbewerb. Hier steht insbesondere die Leitidee Soziale Interaktion im Zentrum der Planung, Durchführung und Reflexion des Sportunterrichts. Aber auch die Leitideen Wagnis (gegenseitiges Absichern und Unterstützen), Gesundheit (vor allem seelisches und soziales Wohlbefinden) und Leisten (vor allem im Inhaltsfeld Spielen) bieten den Lernenden Möglichkeiten, die Bildungsstandards der Teamkompetenz (siehe Kapitel 2.2.3) zu erlangen oder auszubauen. Zudem ermöglicht der kritisch-reflexive Umgang mit sportlichen Leistungsunterschieden und individuellen Zugängen zum Sport den Lernenden die Möglichkeiten einer gleichberechtigten und gleichwertigen Teilhabe aller am sportlichen Miteinander.

Die Lernenden können (verbindlich)

- T1 mit anderen zusammen in unterschiedlichen Rollen sozial verantwortlich agieren, diese akzeptieren und sich im Rahmen einer Gruppenaufgabe optimal einbringen,
- T2 andere Lernende anforderungsbezogen bei der Bewegungsausführung unterstützen, ihnen konstruktiv Rückmeldung geben sowie mögliche Risiken abwenden,
- T3 Erfolg und Misserfolg von Bewegungsaufgaben in Gruppen als Ausdruck aktuell verfügbarer Leistungsmöglichkeiten beurteilen,

Fach: Sport

- T4 Konflikte selbstständig analysieren und tragfähige Lösungen finden,
- T5 sich auch bei Erfolgs- und Misserfolgserlebnissen fair verhalten sowie sich kritisch mit dem Fair-Play-Gedanken auseinandersetzen,
- T6 Arbeits-, Gruppen- und Bewegungsprozesse selbstständig organisieren, regeln und konstruktiv reflektieren.

Die Lernenden können (fakultativ)

- T7 Interessens- und Leistungsunterschiede auch unter Diversitätsaspekten konstruktiv berücksichtigen,
- T8 Gelingen und Nichtgelingen von Bewegungsaufgaben in Hinblick auf das Erreichen von Leistungsgrenzen beurteilen.

### 3.3 Tabellarische Darstellung der Themenfelder

1.	Grundlagen sportlicher Leistungsfähigkeit – gesund und fit im (Berufs-)Alltag
2.	Gemeinsam Sport treiben – Konkurrenz und Kooperation in sportlichen Handlungssituationen erleben und gestalten
3.	Motive und Motivation zum lebenslangen Sporttreiben - Anreize für Bewegung schaffen

### 3.4 Themenfelder

#### Themenfeld 1: Grundlagen sportlicher Leistungsfähigkeit – gesund und fit im (Berufs-)Alltag

Sport, insbesondere Fitness- und Gesundheitssport, leistet einen wesentlichen Beitrag zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit. Diese Aufgabe ist ein zentraler Bestandteil des Sportunterrichts, der auch auf die veränderten Bewegungsgewohnheiten und Sozialisationsbedingungen der Lernenden reagiert (siehe Kapitel 2.3.2). Gerade in der Berufsausbildung bietet der Sportunterricht die Chance, einem bewegungsarmen Alltag entgegenzuwirken und langfristige Gesundheitskompetenz zu fördern.

Ziel dieses Themenfeldes ist es daher, die Lernenden durch Bewegung und die Vermittlung gesundheitsfördernden Verhaltens im Schulsport zu einem gesunden Lebensstil zu ermutigen. Sportunterricht vermittelt ein umfassendes Gesundheitsverständnis, das nicht nur physiologische Aspekte, sondern auch psychologische und soziale Einflüsse bezieht. Der Fokus liegt auf der Entwicklung und Stabilisierung persönlicher Ressourcen.

Der Sportunterricht befähigt die Lernenden dazu, aktuelle Fitnesstrends kritisch zu hinterfragen und Vor- und Nachteile kommerzieller Angebote zu erkennen. Wie auch Sportvereine und kommerzielle Fitnessstudios soll der Sportunterricht aktuelle Sport- und Fitnesstrends aufgreifen. Die Kooperation mit außerschulischen Institutionen kann eine Möglichkeit darstellen, die Lernenden zu lebenslangem Sporttreiben zu motivieren.

Im Mittelpunkt steht zudem die Entwicklung körperlicher Fitness sowie der reflektierte Umgang mit gesundheitsbeeinträchtigenden Verhaltensweisen am Arbeitsplatz. Die Lernenden erfahren, dass es zur Förderung der Gesundheit im (Berufs-)Alltag wichtig ist, schädliche

Fach: Sport

Einflüsse zu verhindern oder zu kompensieren und die individuelle sportliche Leistungsfähigkeit auszubauen.

Es ist entscheidend, dass die Lernenden ihren Gesundheitszustand und ihre körperliche Fitness selbst einschätzen können. Die Förderung der Körperwahrnehmung spielt dabei eine zentrale Rolle. Sie lernen, leistungsbestimmende Faktoren zu erkennen und zu reflektieren, wie diese ihre sportliche Leistung beeinflussen.

Darüber hinaus erproben die Lernenden verschiedene Methoden zur Verbesserung ihres Bewegungsverhaltens und setzen diese gezielt ein. Die Lernenden verstehen, dass ihre sportliche Leistung, d.h. koordinative und konditionelle sowie technische Fähigkeiten, durch Trainingsprozesse weiterentwickelt werden können.

Grundlegend soll der Sportunterricht Angebote für Gesundheitspraktiken bereitstellen, die die Lernenden in ihrem aktuellen Lebensumfeld umsetzen können.

### **Bezug zu den maßgeblichen Leitideen und Inhaltsfeldern:**

**Leitideen:** Gesundheit, Soziale Interaktion, Körperwahrnehmung, Leisten

**Inhaltsfelder:** Den Körper trainieren, die Fitness verbessern; Laufen, Springen und Werfen; Bewegen im Wasser; Spielen sowie Fahren, Rollen, Gleiten

Mögliche Inhalte:

#### 1. Fitness und Gesundheit

- Fitness erhalten und steigern: Grundlagen der Fitness und gesundheitsförderndes Training,
- Gesunde Ernährung: Analyse der Ernährung, Grundlagen ausgewogener Ernährung (DGE-Empfehlungen),
- Verletzungsprävention: Sichere Bewegungsausführung und Vermeidung von Sportverletzungen.

#### 2. Sport und Berufsalltag

- Berufsspezifische Bewegung: Übungen für Berufe mit überwiegend sitzenden oder stehenden Tätigkeiten (z.B. Heben, Tragen, ergonomisches Sitzen),
- Fit am Arbeitsplatz: Praktische Tipps und Ausgleichsgymnastik für den Berufsalltag.

#### 3. Freizeit und Sport

- Sportliche Aktivität in der Freizeit: Nutzung von Freizeit- und Sportangeboten im Freien,
- Selbstorganisierter Sport: Förderung eigenständigen Sporttreibens in der Freizeit.

#### 4. Stressbewältigung und Entspannung

- Entspannungstechniken: Einführung in Methoden zur mentalen und körperlichen Entspannung,
- Stressabbau: Strategien zur Reduktion von Stress im Alltag und Beruf.

#### 5. Trainingssteuerung und Herz-Kreislauf-Gesundheit

- Herz-Kreislauf-Training: Pulsmessung und Trainingssteuerung zur Verbesserung der Ausdauer,

Fach: Sport

- Reflexion der körperlichen Leistungsfähigkeit: Beobachtung und Verbesserung der eigenen Fitness durch gezielte Übungen.

### **Themenfeld 2: Gemeinsam Sport treiben – Konkurrenz und Kooperation in sportlichen Handlungssituationen erleben und gestalten**

Gemeinsames Sporttreiben erfordert Vertrauen, Empathie und stellt besondere Anforderungen an die Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit. Dabei entwickeln die Lernenden durch gemeinsame Planung, Durchführung und Reflexion sportlicher Aktivitäten die notwendige Sensibilität im Umgang miteinander. Die Lernenden knüpfen an ihre bestehenden Kompetenzen an, erkunden geeignete Bewegungsräume, erproben verschiedene Materialien und handeln gemeinsam Rahmenbedingungen und Regeln aus, wobei sie unterschiedliche Rollen einnehmen. Sie erkennen, dass das Gelingen gemeinsamer sportlicher Aktivitäten maßgeblich davon abhängt, die Leistungsanforderungen an die individuellen Fähigkeiten der Lernenden anzupassen.

Im Sportspiel liegt der Fokus sowohl auf der individuellen als auch auf der gruppenbasierten Taktik. Die Lernenden entwickeln in konkurrierenden und kooperativen sportlichen Handlungssituationen ein Verständnis für Fair-Play und erarbeiten gemeinsam Spielideen, Regeln und Rollenverteilungen. In Individualsportarten, wie z. B. Turnen und Tanzen, stehen die gemeinsame kreative Bewegungsgestaltung und Präsentation im Vordergrund. Die Lernenden werden hierbei zur Kooperation angehalten, indem sie sich gegenseitig Hilfestellung geben, gemeinsam Bewegungsabläufe entwickeln, diese präsentieren und Feedback erhalten.

#### **Bezug zu den maßgeblichen Leitideen und Inhaltsfeldern:**

**Leitideen:** Soziale Interaktion, Leisten, Wagnis, Gesundheit

**Inhaltsfelder:** Den Körper trainieren, die Fitness verbessern; Spielen; Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten; Laufen, Springen und Werfen, Fahren, Rollen, Gleiten; mit und gegen Partner kämpfen

Mögliche Inhalte:

#### 1. Kooperation und Taktik im Sportspiel

- Gestaltung von Spielideen und taktischen Ansätzen,
- Aushandeln von Regeln, Rollen und Positionen.

#### 2. Fair Play und soziale Interaktion

- Förderung von Respekt, Fairness und Zusammenarbeit,
- Entwicklung von Konfliktlösungsstrategien in Wettkampfsituationen.

#### 3. Gestaltung von Bewegungsräumen

- Planung von Bewegungs- und Sportaktivitäten mit Berücksichtigung von Raum, Material und Sicherheit,
- Helfen und Sichern bei kooperativen Aktivitäten.

#### 4. Agieren in Regelstrukturen

- Übernahme und Reflexion von Rollen und Regeln, um Teamarbeit und Wettbewerb zu fördern).

### **Themenfeld 3: Motive und Motivation zum lebenslangen Sporttreiben – Anreize für Bewegung schaffen**

Die Lernenden hinterfragen ihre eigenen Motive und Zugänge zum Sport. Ziel ist es, eine bewusste Teilnahme an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur zu fördern und lebenslanges Sporttreiben zu ermöglichen. Sie suchen z. B. Antworten auf folgende Fragen: Was treibt Menschen an, sich zu bewegen? Warum werden Bewegung und Sport unterschiedlich erlebt? Was motiviert Menschen zu einem lebenslangen Sporttreiben oder was hält sie davon ab? Die Lernenden positionieren sich und entwickeln Perspektiven für ihr eigenes zukünftiges sportliches Handeln. Die Lernenden setzen ihre theoretischen Erkenntnisse zur Motivation durch gezielte Bewegungspraxis um, insbesondere im Fitness- und Gesundheitstraining, wobei sie ihre eigenen Leistungsgrenzen erkunden. Sie lernen, innere Widerstände zu überwinden und nutzen diese Herausforderungen zur Weiterentwicklung ihrer physischen und mentalen Kompetenzen. Sinn und Bedeutung des Sporttreibens liegen ebenfalls darin, Bewegungserlebnisse zu teilen, soziale Einbettung zu erleben und gelingende Kooperation zu genießen. Voraussetzung dafür sind gegenseitiger Respekt und der verantwortliche Umgang mit anderen. Im Sportspiel entwickeln die Lernenden Strategien zum taktischen Verhalten und zum Umgang mit Konflikten. Außerdem erfahren sie Motive und Motivation für Bewegung, wenn der kompetitive Charakter zu Freude am Konkurrieren führt. Bestehende und angepasste Regeln können hilfreich sein, um Anreize für Bewegung zu schaffen. Der Leistungsstand der Lerngruppe kann in diesem Zusammenhang berücksichtigt werden.

Ausgehend von motivationstheoretischen Überlegungen sollen in diesem Themenfeld verstärkt die drei maßgeblichen Motivationsfaktoren in Form von Autonomie, Kompetenzerleben und sozialer Eingebundenheit berücksichtigt werden. Auch die Mitwirkung und -gestaltung der Lerngruppe hinsichtlich der vorliegenden Interessen, können Motive und Motivation zum (lebenslangen) Sporttreiben fördern. Aktuelle Trendsportarten können im Unterricht integriert werden, um die Lernenden mit neuen Formen der Bewegung und Fitness vertraut zu machen, die langfristige Motivation fördern.

#### **Bezug zu den maßgeblichen Leitideen und Inhaltsfeldern:**

**Leitideen:** Gesundheit, Soziale Interaktion, Leisten, Ausdruck

**Inhaltsfelder:** Den Körper trainieren, die Fitness verbessern; Spielen; Bewegen an und mit Geräten; Laufen, Springen und Werfen

Mögliche Inhalte:

#### 1. Motive sportlichen Handelns

- Gesundheits- und Leistungsmotiv,
- Soziales Motiv (Gemeinschaftserlebnis, Eingebundenheit, Zugehörigkeit),
- Ästhetisches Motiv (Bewegung als Ausdruck),
- Reflektion eigener Motive.

#### 2. Sport treiben - den Alltag gestalten

- Reflexion von Trendsportarten und deren Bedeutung für die Motivation.

#### 3. Fitness erhalten und steigern

- Erfolge durch systematisches Training als Motivationsfaktor.

#### 4. Exkursionen und Aktivitäten mit sportlichem Inhalt

Fach: Sport

- Teilnahme und Mithilfe an der Organisation von ein- oder mehrtägigen Veranstaltungen mit sportlichem Inhalt,
- 4. Bewegung kreativ gestalten und präsentieren,
- Entwicklung und Präsentation von Bewegungsfolgen nach Kriterien der Bewegungsgestaltung (z. B. im Turnen und Tanzen).

### **3.5 Hinweise zur Bearbeitung der Themenfelder**

Aufgrund der jeweils unterschiedlichen Ausgangslagen, die sich in der Berufsschule durch die Vielzahl an Lernfeldern, Fächern und Organisationsformen sowie der unterschiedlichen Rahmenbedingungen ergeben, ist die Vorgabe verpflichtender Inhalte für den Kompetenzerwerb im Sportunterricht kaum möglich und fachlich nicht sinnvoll.

Soweit sich die Reihenfolge der Themenfelder nicht aus fachlichen Erfordernissen ableiten lässt, kann diese frei gewählt werden. Die Themenfelder sind daher so konstruiert, dass sich zwischen ihnen und auch innerhalb von ihnen eine inhaltliche Verschränkung im Unterricht anbietet, eine Orientierung an der tabellarischen Abfolge aus Kapitel 3.3 wird jedoch empfohlen.

Unterrichtsvorhaben sind so auszuwählen beziehungsweise anzupassen, dass bei Bedarf eine inklusive Beschulung möglich ist, um Lernenden mit Behinderung eine aktive Teilhabe am Unterrichtsgeschehen zu ermöglichen. Exemplarische Unterrichtsvorhaben werden in der digitalen Handreichung zum Kerncurriculum beschrieben (siehe QR-Code am Ende dieses Dokuments). Die genaue Ausgestaltung des jeweiligen Unterrichtsvorhabens obliegt der Lehrkraft, dabei sind die praktische Sportausübung und Inhalte der Sporttheorie eng miteinander zu verbinden. Auch wenn der Fokus des Unterrichts auf den Inhaltsfeldern der Sportpraxis liegt, spielt auch die Anwendung wissenschaftlicher Theorien, Modellen und Forschungsmethoden eine wichtige Rolle. Diese Theorie-Praxis-Verzahnung ermöglicht es der Lehrkraft zudem, passive Lernende sinnstiftend in das Unterrichtsgeschehen einzubinden. Dem Zeitraum der Nichtteilnahme entsprechend müssen sporttheoretische Inhalte erarbeitet werden. Die didaktisch-methodische Umsetzung der Inhalte der Sporttheorie seitens der Lernenden obliegt der Lehrkraft und sollte sich an dem ausgewählten Themenfeld für den Unterricht orientieren.

Die Themenfelder 1 und 2 sind aufgrund ihrer Anknüpfungspunkte mit den zentralen Leitideen Gesundheit und Soziale Interaktion verpflichtend durchzuführen. Um den Lernenden zudem die Vielfalt sportlicher Betätigungsfelder aufzuzeigen, ist die Durchführung von zwei Unterrichtsvorhaben pro Ausbildungsjahr obligatorisch. Dabei sollen sowohl zwei unterschiedliche Inhaltsfelder als auch mindestens zwei unterschiedliche Leitideen behandelt werden.

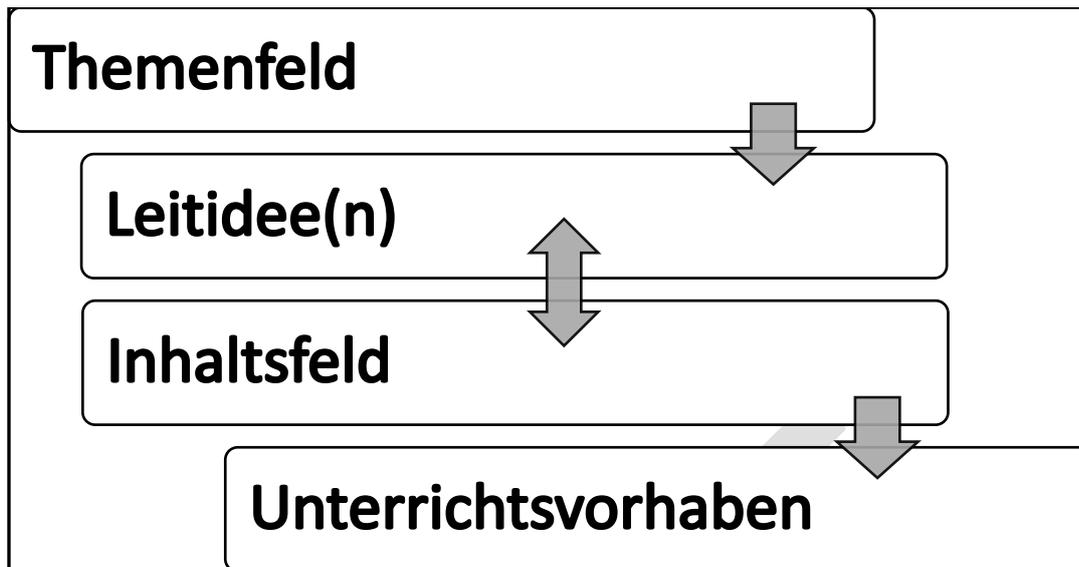


Abbildung 2: Vom Themenfeld zum Unterrichtsvorhaben