

Schullehrplan Sport BBZ IDM Sportkonzept 2017



Lernen, Lachen, Leisten

Inhalt

1. Einleitung	3
2. Rahmenlehrplan	4
3. Relevante Rahmenbedingungen SLP BBZ IDM Thun	4
3.1 BBZ IDM	4
3.1.1 Leitbild/Werte	4
3.1.2 Lehrpersonen	4
3.1.3 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter	4
3.2 Infrastruktur	6
3.3 Sportlehrpersonen	6
3.4 Leitung Fachschaft Sport	6
3.5 Umgang mit Material	7
3.5.1 Allgemeines Sportmaterial	7
3.5.2 Persönliches Sportmaterial	7
4. Ziele im Sportunterricht	7
4.1 Handlungsbereiche	7
4.1.1 Spiel - spielen und Spannung erleben	7
4.1.2 Wettkampf - leisten und sich messen	7
4.1.3 Ausdruck - gestalten und darstellen	8
4.1.4 Herausforderung - erproben und Sicherheit gewinnen	8
4.1.5 Gesundheit - ausgleichen und vorbeugen	8
4.2 Anforderungsstufen	8
4.3 Kompetenzen	8
5. Unterrichtsgestaltung	9
5.1 Didaktische Richtlinien	9
5.2 Sportblätter (Kompetenzen)	10
6. Qualifizierung	10
6.1 Anforderungen	10
7. Sicherheit und Unfallprävention	11
7.1 Aktive Sicherheitserziehung	11
7.2 Schulstandards „Sicherheit im Sportunterricht“	11
8. Entwicklungskonzept (Qualitätsmanagement)	12
9. Anhang	13
9.1 Anhang 1 (BBZ IDM Schwimmtest und Kompetenzen)	13
9.2 Anhang 2 (BBZ IDM Hindernissparcour und Notenskala)	14
9.3 Anhang 3 (BBZ IDM Überfachliche Kompetenzen)	15

1. Einleitung

Unser Berufsschulsport will mit Bewegung und Sport zum gesunden Menschen beitragen, der sich in der Arbeitswelt und im gesellschaftlichen Leben bewährt.

Die Lernenden werden am BBZ IDM Thun kompetenzorientiert ausgebildet, um sie optimal auf den Beruf und das Leben vorzubereiten. Unser pädagogischer Auftrag einer ganzheitlichen Entwicklungsförderung durch Sport und Bewegung zielt darauf ab, Lernende im Sportunterricht so zu fördern, dass die Ergebnisse dieser Förderung in all ihren Lebensbereichen (Arbeitswelt, Berufsfachschule, Freizeit) und auf den verschiedenen Beziehungsebenen (Individuum, Gesellschaft, Umwelt) zum Aufbau einer allgemeinen Handlungsfähigkeit beitragen.

Bewegung und Sport leisten so einen wesentlichen Beitrag zur ganzheitlichen sowie nachhaltigen Persönlichkeitsentwicklung; und dies in körperlicher, motorischer, sozialer, kognitiver und emotionaler Hinsicht.

Dies führt zu einem verantwortungsbewussten Verhalten gegenüber der eigenen Person, der Gesellschaft und der Natur.

Der Sportunterricht fördert beim gemeinsamen Erleben Aspekte der Gemeinschaftsfähigkeit. Er beeinflusst die Lebensqualität positiv und fördert die Voraussetzungen für lebenslanges sportliches Bewegen.



2. Rahmenlehrplan

Am 24. September 2014 wurde der eidgenössische Rahmenlehrplan, gestützt auf Artikel 53 der SpoFöV - erstellt vom Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation (SBFI) - für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung in Kraft gesetzt.

Der neue SLP Sport verbindet die Vorgaben des Rahmenlehrplans mit den schulspezifischen Bedingungen. Dieser wird ab dem Schuljahr 2017/18 einlaufend mit den neuen 1.Lehrgängern umgesetzt.

3. Relevante Rahmenbedingungen SLP BBZ IDM Thun

3.1 BBZ IDM

3.1.1 Leitbild/Werte

Der sportrelevante Teil des IDM Leitbildes ist hier kurz aufgeführt:

«Wir tun das, was wir tun, weil wir es gerne tun.»

3.1.2 Lehrpersonen

Guter Unterricht erfordert, nebst pädagogisch-didaktischen Qualitätsmerkmalen, die permanente Arbeit an der Beziehung mit unseren Lernenden. Wir nehmen beruflichen und gesellschaftlichen Wandel wahr und integrieren ihn in den Unterricht.

3.1.3 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

An unserer Schule sind Vertrauen und Wertschätzung die Grundlage unserer Zusammenarbeit. Respekt und Achtung prägen unsere Begegnungen. Gesundheitsschutz und nachhaltiger Umgang mit Ressourcen sind immer Bestandteil von Entscheidungen.

Austausch und gegenseitige Unterstützung sind uns wichtig. Wir kommunizieren offen und transparent mit unseren Ausbildungspartnern¹.

Entwicklungen und Innovationen der Berufswelt sind wesentlicher Bestandteil unserer Zusammenarbeit.

¹ Ausbildungsbetriebe, Überbetriebliche Kurse, Organisationen der Arbeitswelt, Prüfungsexperten, Behörden usw.



- a) Sportunterricht wird von qualifizierten Lehrpersonen erteilt (Turn- und Sportlehrer, ABU Lehrer mit Zusatzqualifikation).
- b) Der Sportunterricht ist Teil der Berufsbildung und ist dem ABU- und Fachunterricht gleichgestellt.
- c) Es wird darauf geachtet, dass alle Lernenden zumindest in den Genuss des Mindestumfangs an Sportlektionen kommen.
- d) Momentan geniessen die Lernenden alle 2 Wochen zwei Lektionen Sportunterricht. Um die neuen Vorgaben des Rahmenlehrplans zu erfüllen, reicht dieses Zeitfenster kaum. Hier herrscht Handlungsbedarf.
- e) Die Schulleitung regelt in der Absenzenordnung folgende Punkte:
 - Absenzen
 - Entschuldigungsgründe
 - Entschuldigung
 - Absenzenkontrolle
 - Gesuch
 - Dispensation
 - Verwarnung
 - Verweis
 - Ausschluss vom Unterricht
- f) Diese gelten auch für den Sportunterricht! Nicht voraussehbare Absenzen sind bis zwei Wochen, bei 14-täglichem Unterrichtsrhythmus vier Wochen nach Wiederaufnahme des Unterrichts schriftlich zu begründen.
- g) Dispensationen vom Sportunterricht sind in begründeten Fällen auf schriftliches Gesuch hin möglich. Die Weisung "Dispensation vom obligatorischen Sportunterricht" regelt das Nähere.
- h) Das BBZ IDM führt eine institutionalisierte Hilfestellung, Beratung bei persönlichen Problemen für Lernende und Lehrende.



- i) Bei Krankheit oder Unfall einer Lehrperson wird dies im Sekretariat gemeldet. Dieses wird dann die Stellvertretung mit Hilfe des Notfallplans Sport aufgleisen.

3.2 Infrastruktur

- 2 Dreifach- Hallen(Lachen und Schadau)
- Sportanlagen und Natur auf dem Platz Thun
- Sportunterricht bei fehlenden oder unzureichenden Sportanlagen:

Für den Fall, dass die an einer Schule vorhandenen Sportanlagen nicht ausreichen oder keine vorhanden sind, muss der Unterricht den Umständen entsprechend angepasst werden, bis es eine entsprechende Infrastruktur gibt. Folgende Alternativen und Möglichkeiten können für den Sportunterricht eingesetzt werden:

- Sport im Freien
- Sport in Spezialräumen (Gymnastik- und Kraftraum)
- Sport in nahe gelegenen Sport-, Fitness-, Kletter-, Spielzentren (Tennis, Squash, etc.) und Eishalle
- Sporttage
- Teilnahme an Wettkämpfen und Turnieren
- Im Schulzimmer für Sporttheorie (Gesundheit, Ernährung, Sicherheit)

3.3 Sportlehrpersonen

- Alle Sportlehrpersonen unterrichten in der Regel in kleinen Pensen auch ABU (Lehrqualifikation). Dies ist Voraussetzung, um von der Schule angestellt zu werden. Daraus ergibt sich eine gute Vernetzung mit dem ganzen BBZ und eine weitsichtige Altersplanung.
- Bei der Zusammensetzung des Teams, ist eine gute Altersdurchmischung ein weiteres Kriterium.
- Die Leitung und Koordination des Teams wird von einer Person aus dem Sportlehrerteam wahrgenommen.
- Koordiniert und organisiert durch die Sportlehrer finden jeweils durchs Jahr hindurch verschiedene Anlässe und Projekte statt.
- Das Sportlehrerteam engagiert sich für die Durchführung verschiedener Aktivitäten im soziokulturellen Rahmen am Berufsbildungszentrum IDM.
- Die Sportlehrer bilden sich ständig weiter und geben neue Erkenntnisse weiter. Wir reflektieren und verbessern unseren Unterricht stetig.
- Die Sportlehrer sind sich ihrer Vorbildfunktion bewusst und erhalten ihre Fachkompetenz.

3.4 Leitung Fachschaft Sport

Die Leitung der Fachschaft ist in einem Separaten Pflichtenheft geregelt (Pflichtenheft Fachgruppenleitung Sport).

3.5 Umgang mit Material

3.5.1 Allgemeines Sportmaterial

Wir sind bestrebt qualitativ hochwertige Materialien einzusetzen. Aus diesem Grund ist der Sportlehrer bestrebt, das Material in tadellosem Zustand zu halten. Dazu ist es nötig sich selbst und die Lernenden in die Pflicht zu nehmen (Hallenspezifische Merkblatt „Umgang mit Material“)

3.5.2 Persönliches Sportmaterial

Die Lehrpersonen sind für Kleinmaterial selbst verantwortlich. (Stoppuhr, Messband, Würfel, Jasskarten etc.)

4. Ziele im Sportunterricht

Grundsätzlich sollen die Lernenden angeleitet werden, sich die Sport- und Bewegungskultur zu erschliessen; sie sollen in ihrer Entwicklung durch Sport und Bewegung ganzheitlich und nachhaltig gefördert werden. Unser Sportunterricht nimmt Bezug auf die Lebensbereiche und Beziehungsebenen der Lernenden.

- Lebensbereiche: Arbeitswelt, BBZ IDM, Freizeit
- Beziehungsebene: Individuum, Gesellschaft, Umwelt

4.1 Handlungsbereiche

Wir unterscheiden fünf verschiedene Handlungsbereiche, in welchen wir uns bewegen. Zur weiteren Konkretisierung sind für jeden Handlungsbereich die aus pädagogischer Sicht vorrangigen Ziele ausgeführt.

4.1.1 Spiel - spielen und Spannung erleben

Pädagogische Zielsetzung

Vorrangiges Ziel dieses Handlungsbereichs ist es, dass die Lernenden bekannte und neue Spiele als eigenständige und spannende Tätigkeiten erleben. Zudem sollen sie befähigt werden, durch bewusste Regeländerungen den Spielcharakter zu verändern und abgeleitete oder gar eigene Spielformen zu erfinden.

Neben dem Aufbau der hierzu erforderlichen Fachkompetenzen steht die Förderung sozialer Kompetenzen im Zentrum. Diese sollen den Lernenden soziales Handeln im Sport und in anderen Lebensbereichen (Arbeitswelt, Berufsfachschule und Freizeit) eröffnen. Dazu gehört insbesondere die Förderung der Fairness, der moralischen Urteilsfähigkeit sowie der Konfliktlöse- und Teamfähigkeit der Lernenden – alles soziale Kompetenzen, die sich im Verstehen, bewussten Handhaben und kreativen Entwickeln von Spielregeln äussern.

4.1.2 Wettkampf - leisten und sich messen

Pädagogische Zielsetzung

Pädagogisches Ziel ist es, Lernenden die Attraktivität der individuellen Leistungssteigerung und die Spannung des sportlichen Leistungsvergleichs zu erschliessen. In diesem Handlungsbereich erweitern Lernende ihre sportlichen Fertigkeiten und Fähigkeiten durch Übung und Training, setzen diese erfolgsorientiert ein und entwickeln dabei eine realistische Selbsteinschätzung. Sie sind in der Lage, ihr sportliches Können zunehmend selbstständig und selbstverantwortlich zu steigern und entwickeln das erforderliche Durchhaltevermögen. Sie werden befähigt, sportliche Wettkampfformen zu bestreiten und zu organisieren. Sie lernen dabei Chancengleichheit zu ermöglichen, indem sie z.B. Leistungskriterien entsprechend anpassen. Dazu gehört auch der respektvolle Umgang mit leistungsbezogenen Unterschieden (z.B. Geschlecht, Konstitution) und generell Leistungsschwächeren.

4.1.3 Ausdruck - gestalten und darstellen

Pädagogische Zielsetzung

In diesem Handlungsbereich erschliessen die Lernenden ihr Bewegungspotenzial und das Wesen ihrer Körpersprache. Sie erweitern ihr Bewegungsrepertoire und somit ihre Ausdrucksmöglichkeiten.

Sie sind in der Lage, mit ihrem Körper und ihren Bewegungen bei den Betrachtern einen beabsichtigten Eindruck zu hinterlassen. Die Lernenden entwickeln eine Urteilsfähigkeit dafür, welche Bewegungsformen nach bestimmten Wahrnehmungs- und Gestaltungskriterien als eindrücklich anerkannt werden. Auf der Ebene der Selbstkompetenz stehen die Auseinandersetzung mit der eigenen Körperlichkeit und der Aufbau eines positiv-realistischen Körperkonzepts im Zentrum.

4.1.4 Herausforderung - erproben und Sicherheit gewinnen

Pädagogische Zielsetzung

Pädagogisches Ziel ist es, Lernenden das Reizvolle an sportlichen Herausforderungen zu erschliessen. Dies setzt voraus, dass sie den Herausforderungsgehalt eine Bewegungsgelegenheit erkennen und die allfällig damit verbundenen Gefahren einschätzen und angemessen beurteilen sowie Sicherheitsvorkehrungen treffen können. Zudem müssen die Lernenden ihre Fähigkeiten und die Situation richtig einschätzen und sich gegebenenfalls die Unterstützung durch andere einholen. Darüber hinaus zielt dieser Handlungsbereich auf die Förderung des Vertrauens – sowohl in sich selbst und die eigenen Fähigkeiten als auch in die Kompetenzen und die Unterstützungsbereitschaft der anderen.

4.1.5 Gesundheit - ausgleichen und vorbeugen

Pädagogische Zielsetzung

Pädagogisch zielt der Handlungsbereich Gesundheit darauf ab, Lernende zum gesunden, körpergerechten und verletzungspräventiven Bewegen und Sporttreiben zu befähigen. Der Sportunterricht soll ihnen die ausgleichende Funktion von Sport und Bewegung erschliessen. Ausgehend von ihren eigenen gesundheitsrelevanten Erfahrungen in Beruf und Freizeit lernen sie, wie sie Sport und Bewegung nutzen können, um unzureichender oder einseitiger körperlicher Beanspruchung entgegenzuwirken und ihre physischen, psychischen und sozialen Ressourcen zu stärken. Sie sollen bereits im Jugendalter lernen, Bewegung als wichtigen Bestandteil einer gesunden Lebensweise zu erfahren, um im Erwachsenenalter einen bewegungsaktiven Lebensstil beizubehalten.

4.2 Anforderungsstufen

Innerhalb der Handlungsbereiche unterrichten wir auf drei Anforderungsstufen. Sie entsprechen in ihrer aufgeführten Reihenfolge einer zunehmenden Komplexität und beziehen sich auf:

- Ausbildung von Grundfähigkeiten - zielorientiertes Bewegungshandeln
- Entwicklung - Analyse und Verbesserung
- Topniveau – kreative, selbstständige, angepasste Ausübung

4.3 Kompetenzen

Die Kompetenz beschreibt die Fähigkeiten, Fertigkeiten, die es braucht, um einen Prozess zu bewältigen. Kurz – das „Zusammentreffen“ (lat. von competere) von Wissen und Können und der nötigen Einstellung, um mein Reiseziel zu erreichen. Die Kompetenzorientierung fördert somit das Rüstzeug, um eine Handlung meistern zu können.

Die Fach-, Sozial-, Selbst- und Methodenkompetenz sind demzufolge einzelne Teilausrichtungen der gesamten Kompetenz. Welche Kompetenzen wir im jeweiligen Handlungsbereich und dort in den drei Anforderungsstufen mit den Lernenden erarbeiten, ist auf den **Sportblättern** ersichtlich.

5. Unterrichtsgestaltung

Unser Unterricht ist geprägt durch gegenseitigen Respekt. Wir anerkennen Leistungen der Lernenden und ermutigen sie, sich Neuem zu stellen. Um Lernende fördern zu können, erwarten wir von ihnen eine positive Grundhaltung zur Bewegung und zum Sport. In diesem Sinne, führt die Sportlehrperson die Klassen kompetent und vereinbart mit den Lernenden, wenn nötig, Regeln, die einen funktionsfähigen Sportunterricht unterstützen.

Die Lehrpersonen fördern ein Lernklima der Offenheit, der gegenseitigen Unterstützung und des Vertrauens. Wir begegnen uns mit einer positiven und wertschätzenden Grundhaltung.

Guter Unterricht beinhaltet:

- **Lachen** – Es herrscht eine freudige Atmosphäre, in welcher man den Alltag vergisst und im Moment aufgeht.
- **Lernen** – Jedes mal wenn die Lernenden bei uns sind, erhalten sie die Möglichkeit etwas zu lernen
- **Leisten** – Während jedem Sportunterricht wird geschwitzt

5.1 Didaktische Richtlinien

a) Unser Unterricht ist **handlungsorientiert**. Dabei werden die verschiedenen didaktischen Sinnrichtungen thematisiert:

- Erfahren und Entdecken
- Gestalten und Darstellen
- Dabeisein und Dazugehören
- Sich-wohl-und-gesund fühlen
- Herausfordern und Wettfeiern
- Üben und Leisten

Wir begleiten unsere Jugendlichen während ihrer Phase ins Erwachsenenleben und versuchen, sie bei ihrer individuellen Sinnfindung zu unterstützen.

- b) Der Sportunterricht soll die klassenspezifischen Vorlieben soweit als möglich berücksichtigen, wobei der Grad der Mitbestimmung und Selbstbestimmung durch die Klasse im Verlaufe der Lehrzeit zunimmt.
- c) Die Heterogenität unserer Lernenden nehmen wir als Chance wahr.
- d) Wir führen eine ausgeprägte Feedbackkultur und regen zur Selbstreflexion an, um die Lernenden optimal in ihrem Lernprozess zu unterstützen.
- e) Fächerübergreifende Anliegen wie Gesundheit, physikalische Leistung, Mensch und Umwelt, Freizeit etc. können den Sportunterricht zeitlich, örtlich und auch personell beeinflussen.
- f) Theoretische Einschübe zur Wissensvermittlung, sind Teil des Unterrichts (integriert oder isoliert)
10% = 2 Lektionen pro Semester.
- g) Klassenübergreifende Organisationsformen sind Mittel des Unterrichts.
- h) Die Lehrkraft ist beim Planen, Durchführen und Auswerten des Unterrichts frei.
- i) Der Lehrauftrag besteht im Erfüllen des SLP.

5.2 Sportblätter (Kompetenzen)

Die Sportblätter bieten eine Übersicht, über die zu erwerbenden Kompetenzen in den einzelnen Sportarten. Die Blätter sind den fünf Handlungsbereichen zugeteilt. Sie beinhalten die Lernziele und deren Gliederung in den drei Kompetenzstufen (Anforderungsstufen). Zusätzlich wurde die Verbindlichkeit der Sportarten mit MUSS und KANN geregelt.

Sie gelten den SportlehrerInnen als Wegweiser im Unterricht. Die Sportlehrkräfte haben die Weisung, pro Jahr aus jedem Handlungsbereich zwei MUSS – Sportarten im Unterricht umzusetzen.

Die Lehrpersonen berücksichtigen in der individuellen Unterrichtsplanung die schulrelevanten Kompetenzen.

Die Sportblätter sind in einem ausgegliederten Kapitel im Anhang 8. 4.

6. Qualifizierung

Das Beurteilen von Lernleistungen als Aspekt von Qualität pädagogischer Arbeit erfolgt in Form einer Note. Die Sportnote ist nicht promotionsrelevant. Wer im Sportunterricht ziel- und ergebnisorientiert lernt, möchte zu Recht wissen, wie seine Leistungen beurteilt werden. Eine differenzierte Beurteilung, basierend auf den gewählten Lernzielen und unterschiedliche Lernstufen berücksichtigend, setzt intensive Beobachtung durch die Sportlehrperson und passende Testformen voraus.

6.1 Anforderungen

Am BBZ IDM Thun erfolgt die Qualifizierung in Form einer Zeugnisnote (Notenskala 1 - 6 mit Halbnoten). Diese bezieht sich auf die fünf Handlungsbereiche und die damit verbundenen fachlichen und überfachlichen Kompetenzen, die im Sportunterricht vermittelt und aufgebaut werden.

Bei Klassen mit einer Wochenlektion gibt es eine Fachnote Sport am Ende des Schuljahrs. Im Zeugnis des ersten Semesters wird ein „besucht“ eingetragen.

Bei Klassen mit zwei Wochenlektionen gibt es in jedem Semester eine Fachnote Sport.

Die Note setzt sich aus mindestens drei Teilnoten zusammen. In der Regel wird die Fachkompetenz gegenüber den überfachlichen Kompetenzen Selbst-, Sozial- und Methodenkompetenz mit 2/3 zu 1/3 gewichtet.

Alle Lernenden absolvieren im ersten Lehrjahr den BBZ IDM Schwimmtest (Anhang 1) und den genormten BBZ IDM Hindernissparcour (Anhang 2). Zudem werden über das ganze Jahr die überfachlichen Kompetenzen nach vorgegebenen Kriterien (Anhang 3) durch die Lehrperson beurteilt.

Im zweiten Lehrjahr wählen sich die Lernenden ihren ganz persönlichen Wettkampf aus, bereiten sich auf diesen vor, nehmen an diesem teil und dokumentieren ihre Leistung mindestens in Form einer Rangliste. Zudem absolvieren sie den genormten BBZ IDM Hindernissparcour und einen Dauerlauf (Ausdauer, Herz-Kreislauf-Belastung). Hier sind die Notenskalen vorgegeben und die Lernenden können ihre Leistung vergleichen.

Wird ein Schwerpunktthema gewählt, wird dieses mit einer Note abgeschlossen.

7. Sicherheit und Unfallprävention

7.1 Aktive Sicherheitserziehung

Der Sportunterricht trägt durch die Förderung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten sowie der individuellen Körperwahrnehmung zu einer Verminderung des Unfallrisikos und somit zu einer verbesserten Verletzungsprophylaxe in verschiedenen Lebensbereichen bei.

Die Lernenden werden für ein sicheres Übungsumfeld sensibilisiert und in die Verantwortung miteinbezogen. Dadurch wird der Sportunterricht zur aktiven Sicherheitserziehung für alle Lebensbereiche.

7.2 Schulstandards „Sicherheit im Sportunterricht“

Lehrpersonen sind während des Unterrichts für die Sicherheit der ihnen anvertrauten Lernenden verantwortlich. Sie haben daher alle möglichen und zumutbaren Massnahmen zu ergreifen, um die erforderliche Sicherheit zu gewährleisten.

Auf unseren Sportblättern sind methodische, didaktische und pädagogische Hinweise vermerkt, deren Berücksichtigung durch unsere Sportlehrpersonen dazu führen sollten, dass möglichst wenige Unfälle geschehen. Bei den Sportarten Inline, Bike, Kajak, Maxitramp und Klettern sind die separaten Merkblätter zu beachten. Bei Unfällen übernehmen IDM-Sportlehrpersonen eine optimale Erstversorgung von Verletzten (Merkblatt Unfall im Sportunterricht).

8. Entwicklungskonzept (Qualitätsmanagement)

Das Sportkonzept unterliegt einem dynamischen Prozess mit einer stetigen Überprüfung und Entwicklung in Abhängigkeit von den Rahmenbedingungen. Selbst die Rahmenbedingungen stellen sich dieser Überprüfung und Entwicklung.

- Der Sportunterricht ist integriert in das schulinterne Qualitätssicherungskonzept Q2E
- Die Umsetzung der Schulentwicklung im Bereich Sport wie zb. interne Weiterbildungen, unterliegt dem/der Fachschaftsverantwortlichen.
- Die Sportlehrpersonen haben die Möglichkeit der Mitentwicklung und Mitgestaltung

9. Anhang

9.1 Anhang 1 (BBZ IDM Schwimmtest und Kompetenzen)

	1 Trifft nicht zu	2 Trifft manchmal zu	3 Trifft mehrheitlich zu	4 Trifft zu
Rolle VW	Spring nicht ins Wasser	Sprung ins Wasser ja Rolle kaum zu erkennen	Sprung ins Wasser ja Rolle gut erkennbar	Springt ohne grosse Spritzer ins Wasser, Rolle kompakt und gerade und kann sogleich Abstossen und Tauchen.
Streckentauchen	Kann nicht tauchen	2-5 m	6-12 m	> 12 m
Brust 50m	Hundeschwimmen	Kopfhaltung: nur über Wasser Beinschlag: Scherenbeinschlag Armzug: unkontrolliert Arme gestreckt hinter Schulter Atmung: zufällig	Kopfhaltung: mehrheitlich im Wasser unkontrolliert, schräg Beinschlag: halb Schere halb Frosch Armzug: mehrheitlich symmetrisch, Hände nicht hinter Schulter Atmung: mehrheitlich ins Wasser	Kopfhaltung: gerade im Wasser Beinschlag: symmetrisch wie ein Frosch Armzug: symmetrisch, Hände nicht hinter Schulter Atmung: Ausatmung ins Wasser
Crawl 25m	Kein Crawl	Kopfhaltung: nur über Wasser links/rechts Beinschlag: kaum ersichtlich, wild, mehrheitlich aus Knie Armzug: unkontrolliert, ohne Gleitphase, wild Atmung: zufällig	Kopfhaltung: mehrheitlich im Wasser, unkontrolliert Beinschlag: mehrheitlich aus Hüftgelenk, z. T. Rhythmisch Armzug: mehrheitlich gebeugter Ellbogen, kontrolliertes Eintauchen, Stütz-, Druck- und Zugphase erkennbar Atmung: mehrheitlich Ausatmung Unterwasser, seitwärtsdrehen des Kopfes	Kopfhaltung: gerade, Blick leicht nach vorne, mind. 1/2 im Wasser Beinschlag: Bewegung aus dem Hüftgelenk, rhythmisch Armzug: gebeugter Ellbogen, kontrolliertes Eintauchen, Stütz-, Druck- und Zugphase, gleitet durchs Wasser Atmung: Ausatmung Unterwasser, seitwärtsdrehen des Kopfes, rhythmisch
Rückengleichschlag 25m	Kein Rückengleichschlag	Rückenschwimmen erkennbar	Rückengleichschlag mehrheitlich erkennbar	Rückengleichschlag symmetrisch und rhythmisch
10 Min. DS	< 150m	150-249m	250-399m	> 400m

9.2 Anhang 2 (BBZ IDM Hindernissparcour und Notenskala)

In Arbeit

9.3 Anhang 3 (BBZ IDM Überfachliche Kompetenzen)

Selbstkompetenz

Definition: Fähigkeit, Fertigkeit und Wissen, um sich selbst zu steuern

1) Selbstreflexion

Eigene Leistung reflektieren

Die Lernenden können eigene Stärken und Schwächen erkennen und sich realistische Ziele setzen.

Eigene Bedürfnisse wahrnehmen und äussern

Die Lernenden können ihre Bedürfnisse wahrnehmen und äussern.

2) Selbststeuerung

Konzentration, Aufmerksamkeit und Motivation

Die Lernenden nehmen aufmerksam und konzentriert am Unterricht teil und bringen eine motivierte Grundeinstellung mit.

Emotionen beherrschen

Die Lernenden können ihre Emotionen beherrschen und kanalisieren.

Sozialkompetenz

Definition: Persönliche Ziele erreichen und gleichzeitig positive soziale Beziehungen erhalten.

3) Kommunikation

Konstruktive, situationsangepasste Kommunikation

Die Lernenden können ihre Anliegen konstruktiv und situationsangepasst formulieren.

4) Kooperation

Gruppen-Verantwortung erkennen und übernehmen

Der Lernende trägt aktiv zum Erreichen des Gruppenziels bei.

5) Umgang mit Konflikten

Konfliktsituationen lösen

Der Lernende löst aktiv Konfliktsituationen unter Berücksichtigung der anderen Meinungen.

6) Fairplay (Moral)

Anerkennen und befolgen von Gruppen-Normen

Der Lernende anerkennt Normen der Gruppe und befolgt sie trotz anderer Bedürfnisse.