



# Kantonaler Lehrplan für den Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung

Mit Spezifikationen der Berufsschule  
Mode und Gestaltung Zürich



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



**Kanton Zürich  
Berufsschule Mode und Gestaltung**

## **Impressum**

### **Autoren**

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

### **Spezifikation:**

Fachamt Sport MGZ

### **Gestaltung & Druck**

kdmz

### **Fotos**

Hanspeter Lässer  
Karin Ryser

# Inhaltsverzeichnis

Seite

<b>1</b>	<b>Einleitung</b>	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>Sportbetrieb</b>	<b>5</b>
<b>3</b>	<b>Sportkonzept</b>	<b>6</b>
3.1	Handlungsbereiche	6
3.2	Anforderungen	6
3.3	Kompetenzen	7
3.4	Vorgaben Lernziele	7
3.5	Vorgaben Lerninhalte	7
3.6	Die fünf Handlungsbereiche	7
3.6.1	Handlungsbereich Spiel	8
3.6.2	Handlungsbereich Wettkampf	9
3.6.3	Handlungsbereich Ausdruck	10
3.6.4	Handlungsbereich Herausforderung	11
3.6.5	Handlungsbereich Gesundheit	12
3.7	Umsetzung: Handlungsbereiche der MGZ	13
3.7.1	Themen 1. Lehrjahr MGZ	13
3.7.2	Themen 2. Lehrjahr MGZ	14
3.7.3	Themen 3. Lehrjahr MGZ	14
<b>4</b>	<b>Qualifizierung der Lernenden</b>	<b>15</b>
4.1	Vorgabe der Bewertungsinhalte	15
4.2	Umsetzung: Bewertungsmodell MGZ	16
4.2.1	Bonus-Punkte-Übersicht	18
4.2.2	Malus-Punkte-Übersicht	19
<b>5</b>	<b>Sicherheit und Prävention</b>	<b>20</b>
5.1	Grundsatz zur Obhut und Sorgfaltspflicht	20
5.2	Unfallprävention	20
5.3	Hilfreiche Links zum Thema Sicherheit im Sportunterricht	21
<b>6</b>	<b>Qualität</b>	<b>22</b>
<b>7</b>	<b>Quellenverzeichnis</b>	<b>22</b>

# 1 Einleitung

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

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

Im August 2015 erteilte das Mittelschul- und Berufsbildungsamt des Kantons Zürich den Auftrag, den eidgenössischen Rahmenlehrplan für Sportunterricht in einen zentralen kantonalen Lehrplan für Sportunterricht umzusetzen, der für alle kantonalen Berufsfachschulen und staatsbeitragsberechtigten Berufsfachschulen mit nichtstaatlicher Trägerschaft verbindlich ist. Dieser kantonale Lehrplan für den Sportunterricht legt die Ziele und Inhalte des Sportunterrichts der Schule verbindlich fest und macht sie für alle Beteiligten transparent und nachvollziehbar.

## 2 Sportbetrieb

### Lage Schulhaus / Berufsfachgruppen:

Die Berufsschule Mode und Gestaltung Zürich (MGZ) befindet sich unweit vom Hauptbahnhof Zürich. Daher ist das Schulhaus auch für unsere ausserkantonalen Lernenden gut erreichbar. An der MGZ arbeiten insgesamt sechs Sportlehrpersonen (Stand FS 2018). Wir unterrichten rund 900 Lernende aus folgenden Berufsfachgruppen:

- Bekleidungsgestalter/in
- Coiffeuse /Coiffeur
- Florist/in
- Kosmetiker/in
- Wohntextilgestalter/in
- Dekorationsnäher/in
- Vorlehre

### Infrastruktur Sport:

Wir verfügen über eine Kleinturnhalle mit vielseitig einsetzbarem Sportmaterial und einen sehr gut ausgestatteten Kraftraum. Obwohl wir über keine unmittelbar angrenzende Aussenanlage verfügen, haben wir die Möglichkeit, verschiedene Anlagen in der Nähe zu benützen. Dazu gehören folgende Orte:

- Josefswiese (Fussball, Beachvolleyball, Tischtennis, Frisbee)
- Waidberg (Vitaparcours, Finnenbahn)
- Limmat (Flussbadeanstalt, Beachvolleyball, Lauf- und Kickboardstrecke)
- Heuried und Örlikon (Eisbahnen)
- Hallenbad Bläsi
- Yonex Badminton Halle

### Berufsbezogene Sportinhalte:

Unser Sportunterricht findet grundsätzlich koedukativ statt. Die Lernenden besuchen eine Sportlektion zu 45 Minuten pro Woche oder eine Doppellektion zu 90 Minuten vierzehntäglich. Ihre Berufe stammen vorwiegend aus dem Dienstleistungssektor mit häufigem Kundenkontakt und verlangen viel Kreativität.

Mit unserem Sportkonzept schaffen wir berufs- und gesundheitsunterstützende Massnahmen: Inhaltlich berücksichtigen wir die verschiedenen berufsbedingten Rahmenbedingungen, zusätzlich ermöglichen wir einen sportlichen Ausgleich zum Berufsalltag und wenden ein berufs- sowie schuladaptiertes Bewertungssystem an.

## 3 Sportkonzept

### Pädagogischer Doppelauftrag des Sports

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

### 3.1 Handlungsbereiche

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

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

### 3.2 Anforderungen

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

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

### 3.3 Kompetenzen

#### Fachkompetenzen und überfachliche Kompetenzen

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

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

### 3.4 Vorgaben Lernziele

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

Die Übersicht der Kompetenzen und Anforderungsstufen in den fünf Handlungsbereichen (Kapitel 3.6) zeigt in einem ersten Teil die aus den drei Anforderungsstufen im Wesentlichen abgeleiteten Fachkompetenzen. In einem zweiten Teil sind die Beschreibungen der den Handlungsbereichen zugeordneten überfachlichen Kompetenzen (Selbstkompetenz, Sozialkompetenz und Methodenkompetenz) erfasst.

### 3.5 Vorgaben Lerninhalte

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

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

### 3.6 Die fünf Handlungsbereiche

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

### 3.6.1 Handlungsbereich Spiel

#### Pädagogische Zielsetzungen

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

#### Fachkompetenzen Spiel

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre			
 <p><b>Grosse Spiele</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Basket-/Volley-/Hand-/Fuss-/ Faust- und Korbball</li> <li>– Unihockey/Baseball/Wasserball</li> <li>– Tschoukball/Ultimate/</li> </ul>	<p><b>Grundfähigkeiten</b></p> <p>Die Lernenden...</p> <p>wenden Grundtechniken an und variieren diese</p> <p>verstehen einfaches taktisches Verhalten und können es im Spiel anwenden</p> <p>kennen die wichtigsten Spielregeln</p>	<p><b>Entwicklung</b></p> <p>Die Lernenden...</p> <p>richten ihr Handeln auf erfolgreiches Spielen aus</p> <p>verbessern ihre technischen Fähigkeiten</p> <p>wenden die Spielregeln korrekt an</p>	<p><b>Kreativität</b></p> <p>Die Lernenden...</p> <p>planen, organisieren und führen Spielaktivitäten durch</p> <p>analysieren Spielsituationen</p> <p>verändern die Regeln im Hinblick auf das Gelingen des Spiels</p>
 <p><b>Rückschlagspiele</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Smolball/Tennis</li> <li>– Badminton/Tischtennis</li> <li>– Squash/Speedminton</li> <li>– Indiacca /Goba</li> </ul>			
 <p><b>Kleine Spiele</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Völkerball/Sitzball/Mattenlauf</li> <li>– Aufwärm-/Kommunikations-/ Intensivspiele</li> <li>– Streetball/Kin Ball/Boccia</li> </ul>			

#### Überfachliche Kompetenzen

##### Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

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

##### Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

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

##### Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

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

### 3.6.2 Handlungsbereich Wettkampf

#### Pädagogische Zielsetzungen

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

#### Fachkompetenzen Wettkampf

 <p><b>Turnierformen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ligaturniere</li> <li>- Spielturniere / Minigolf / Bowling</li> <li>- Kampfarena</li> </ul>	<h3>Anforderungsstufen über alle Lehrjahre</h3>		
 <p><b>Leichtathletik/ Fitness</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hindernislauf / Hallentriathlon</li> <li>- Stationentraining / Fitnessstest</li> <li>- Orientierungslauf / Laufwettbewerbe</li> </ul>	<p><b>Grundfähigkeiten</b> <i>Die Lernenden...</i></p> <p>erkennen ihre Leistungsfähigkeit in Verbindung mit den Konditionsfaktoren</p> <p>vergleichen verschiedene Arten ihrer Leistungsfähigkeit in Wettkampfformen</p>	<p><b>Entwicklung</b> <i>Die Lernenden...</i></p> <p>können sich in Aspekten der Koordination, Kondition und Taktik verbessern</p> <p>verbessern individuell gewählte Leistungsaspekte</p>	<p><b>Kreativität</b> <i>Die Lernenden...</i></p> <p>können verschiedene Arten von Leistungsfähigkeit unterscheiden</p> <p>kreieren Wettkampfformen mit angepassten Leistungskriterien</p>
 <p><b>Team:Team</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kooperationstaffetten</li> <li>- Koordinations- und Liefekinetikaufgaben</li> <li>- Konz.- und Kognitionswettkämpfe</li> <li>- Dance-Battles / Sport Stacking</li> </ul>			

#### Überfachliche Kompetenzen

##### Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

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

##### Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

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

##### Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

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

### 3.6.3 Handlungsbereich Ausdruck

#### Pädagogische Zielsetzungen

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

#### Fachkompetenzen Ausdruck

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre		
 <p><b>Tanzen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Streetdance</li> <li>- Tanz-Aerobicformen</li> <li>- Gesellschaftstänze</li> </ul>	<p><b>Grundfähigkeiten</b></p> <p>Die Lernenden...</p> <p>können Bewegungen, Bewegungsfolgen, Techniken nachahmen/kopieren</p> <p>können sich rhythmisch zu Musik bewegen</p>	<p><b>Entwicklung</b></p> <p>Die Lernenden...</p> <p>kennen und erproben verschiedenartige Präsentationsinhalte und -formen</p> <p>gestalten eigene Bewegungsabläufe</p>
 <p><b>Akrobatik</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partner-/Gruppenakrobatik</li> <li>- Bewegungsfolgen mit und ohne Geräte</li> <li>- Tanzakrobatik</li> </ul>	<p><b>Kreativität</b></p> <p>Die Lernenden...</p> <p>schätzen Bewegungsformen nach vorgegebenen, eigenen Kriterien ein</p> <p>beurteilen sich selber kriterienorientiert</p>	
 <p><b>Geräteturnen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rebounder/Trampolin</li> <li>- Bodenturnen/Parcoursing</li> <li>- Ringe/Gerätebahn</li> </ul>		

#### Überfachliche Kompetenzen

##### Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

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

##### Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

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

##### Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

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

### 3.6.4 Handlungsbereich Herausforderung

#### Pädagogische Zielsetzungen

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

#### Fachkompetenzen Herausforderung

Anforderungsstufen über alle Lehrjahre		
 <p><b>Klettern / Schneesport</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bouldern</li> <li>- Routen-Klettern mit Sicherung</li> <li>- Ski/Snowboard/Schlitteln</li> </ul>	<p><b>Grundfähigkeiten</b></p> <p>Die Lernenden...</p> <p>erleben ihre Leistungs- und Fähigkeitsgrenzen und nutzen ihre Fähigkeiten</p> <p>können ihre Fähigkeiten einschätzen</p> <p>beachten Sicherheitsvorkehrungen</p>	<p><b>Entwicklung</b></p> <p>Die Lernenden...</p> <p>beurteilen Gefahren und Risiken angemessen</p> <p>kennen Sicherheitstechniken und wenden diese an</p> <p>erkennen Reize von sportlichen Wagnissen</p>
 <p><b>Sport auf Rollen und Kufen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Biken/Einrad</li> <li>- Inline/Skate-/Kickboard</li> <li>- Eislaufen</li> </ul>		
 <p><b>Artistik/Zielen und Treffen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jonglieren</li> <li>- Balancieren/Slackline/Parcours</li> <li>- Bogenschiessen/Darts/Billard</li> </ul>		
		<p><b>Kreativität</b></p> <p>Die Lernenden...</p> <p>variieren individuelle Bewegungsanforderungen sicher</p> <p>beurteilen ihre Bewegungsformen nach eigenen oder vorgegebenen Kriterien</p>

#### Überfachliche Kompetenzen

##### Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

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

##### Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

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

##### Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

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

### 3.6.5 Handlungsbereich Gesundheit

#### Pädagogische Zielsetzungen

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

#### Fachkompetenzen Gesundheit

 <p><b>Fitness/Haltung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ausdauertraining mit und ohne Gerät</li> <li>– Kraftraum/Spezif. Krafttraining</li> <li>– Aktives und passives Dehnen/Mobilisation</li> </ul>	<h3>Anforderungsstufen über alle Lehriahre</h3>		
 <p><b>Mentaltraining/Regeneration</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Mentale Handlungssteuerung</li> <li>– Konstruktiver Umgang mit Belastungssituationen</li> <li>– Aktive und passive Erholung</li> </ul>	<p><b>Grundfähigkeiten</b></p> <p><i>Die Lernenden...</i></p> <p>erleben Bewegung und Sport als relevanten Aspekt ihrer Gesundheit</p> <p>kennen die Aspekte von Gesundheit und wissen, wie diese beeinflusst werden können</p>	<p><b>Entwicklung</b></p> <p><i>Die Lernenden...</i></p> <p>kennen die Faktoren physischer Leistungsfähigkeit und können Einzelne davon steigern</p> <p>erkennen präventiv wertvolle Sport- und Bewegungsformen und wenden sie an</p>	<p><b>Kreativität</b></p> <p><i>Die Lernenden...</i></p> <p>kennen die gegenseitige Beeinflussung von körperlichen und geistigen Abläufen</p> <p>können ihre Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden erhalten und steigern</p>
 <p><b>Prävention</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ergonomisches Handeln</li> <li>– Bedarfsgerechte Ernährung</li> <li>– Unfallverhütung</li> </ul>			

#### Überfachliche Kompetenzen

##### Selbstkompetenzen:

Die Lernenden...

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

##### Sozialkompetenzen:

Die Lernenden...

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

##### Methodenkompetenzen:

Die Lernenden...

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

### 3.7 Umsetzung: Handlungsbereiche der MGZ

Die **Themen** der verschiedenen Handlungsbereiche gelten als **verbindliche Vorgaben**. Ein Schrägstrich innerhalb der einzelnen Themen in der Tabelle ist mit einem “oder” gleichzusetzen.

Die Anforderungsstufen sind exemplarisch aufgezeigt. **Alle drei Anforderungsstufen müssen in einem Lehrjahr enthalten sein.**

Die überfachlichen Kompetenzen sind exemplarisch aufgezeigt. **Alle drei Kompetenzen müssen in einem Lehrjahr enthalten sein.**

#### 3.7.1 Themen 1. Lehrjahr MGZ

Handlungsbereich	Thema (verbindlich)	Anforderungsstufe (exemplarisch)	überfachliche Kompetenz (exemplarisch)
Spiel	<b>Basketball / Fussball: Basistechnik</b>	Grundfähigkeiten (variieren Grundtechnik)	Sozialkompetenz (ermutigen Mitspieler)
Wettkampf	<b>Fitnessstest: Basistest Ganzkörper</b>	Entwicklung (verbessern selbst gewählte Leistungsbereiche)	Methodenkompetenz (kennen Übungen zur Steigerung ausgewählter Leistungsaspekte)
Ausdruck	<b>Tanzkombinationen / Aerobic-formen: Grundtechniken</b>	Kreativität (beurteilen sich selber kriterienorientiert)	Selbstkompetenz (lassen sich auf ungewohnte Bewegungsformen ein)
Herausforderung	<b>Jonglieren / Life Kinetik: Basisübungen</b>	Grundfähigkeiten (können ihre Fähigkeiten einschätzen)	Sozialkompetenz (erkennen Fähigkeiten anderer und nutzen diese für sich oder fürs Team)
Gesundheit	<b>Kraftübungen / Mobilisations-techniken zur Haltungsoptimierung</b>	Entwicklung (kennen zentralen Faktoren zur Verbesserung der Haltung)	Methodenkompetenz (können einzelne Trainingsformen anwenden)

### 3.7.2 Themen 2. Lehrjahr MGZ

Handlungsbereich	Thema (verbindlich)	Anforderungsstufe (exemplarisch)	überfachliche Kompetenz (exemplarisch)
Spiel	<b>Volleyball / Netzball: Basistechnik</b>	Entwicklung (kennen Spielregeln)	Selbstkompetenz (verhalten sich regelkonform auch ohne Schiedsrichter)
Wettkampf	<b>Ligaturniere / Kleinspiele</b>	Kreativität (entwickeln Handicap-Turnierformen)	Sozialkompetenz (respektieren unterschiedliche Leistungsniveaus)
Ausdruck	<b>Partnerakrobatik / Geräteturnen / Tanzakrobatik</b>	Grundfähigkeiten (kopieren erfolgreich Bewegungsfolgen)	Methodenkompetenz (geben hilfreiche Rückmeldung)
Herausforderung	<b>Herausfordernde Bewegungsaufgaben: "Mut-tut-gut"- Formen / Parcours</b>	Grundfähigkeiten (können ihre Fähigkeiten einschätzen)	Selbstkompetenz (lassen sich auf Herausforderungen ein)
Gesundheit	<b>Mentaltraining / Regeneration</b>	Entwicklung (erkennen präventiv wertvolle Steuerungsübungen gegen Distress)	Methodenkompetenz (wenden physisch und psychisch entstressende Massnahmen korrekt an)

### 3.7.3 Themen 3. Lehrjahr MGZ

Handlungsbereich	Thema (verbindlich)	Anforderungsstufe (exemplarisch)	überfachliche Kompetenz (exemplarisch)
Spiel	<b>Rückschlagspiele: Badminton / Tischtennis / Smolball</b>	Grundfähigkeiten (wenden einfache Taktiken an)	Sozialkompetenz (integrieren alle ins Spiel)
Wettkampf	<b>Teamwettkämpfe: Life Kinetik / Konzentrations- Kooperations- oder Koordinationsstaffetten</b>	Kreativität (kennen verschiedene Leistungsbereiche)	Selbstkompetenz (üben sich in Durchhaltevermögen und Wille)
Ausdruck	<b>Gesellschaftstanz / Bewegungsfolgen mit und ohne Gerät</b>	Entwicklung (gestalten eigene Bewegungsabläufe)	Methodenkompetenz (kennen Erleichterungen im Bewegungskennen (z.B.: Verbalisieren))
Herausforderung	<b>Balancieren / Slackline</b>	Kreativität (variieren Bewegungsherausforderungen sicher)	Sozialkompetenz (leisten zuverlässig Hilfestellung)
Gesundheit	<b>Haltungstest / Haltungsbewusstsein schulen</b>	Grundfähigkeiten (kennen zentrale Aspekte der idealen Haltung und wissen wie umsetzen)	Methodenkompetenz (setzen sich eigene Ziele mit weiterführenden Massnahmen)

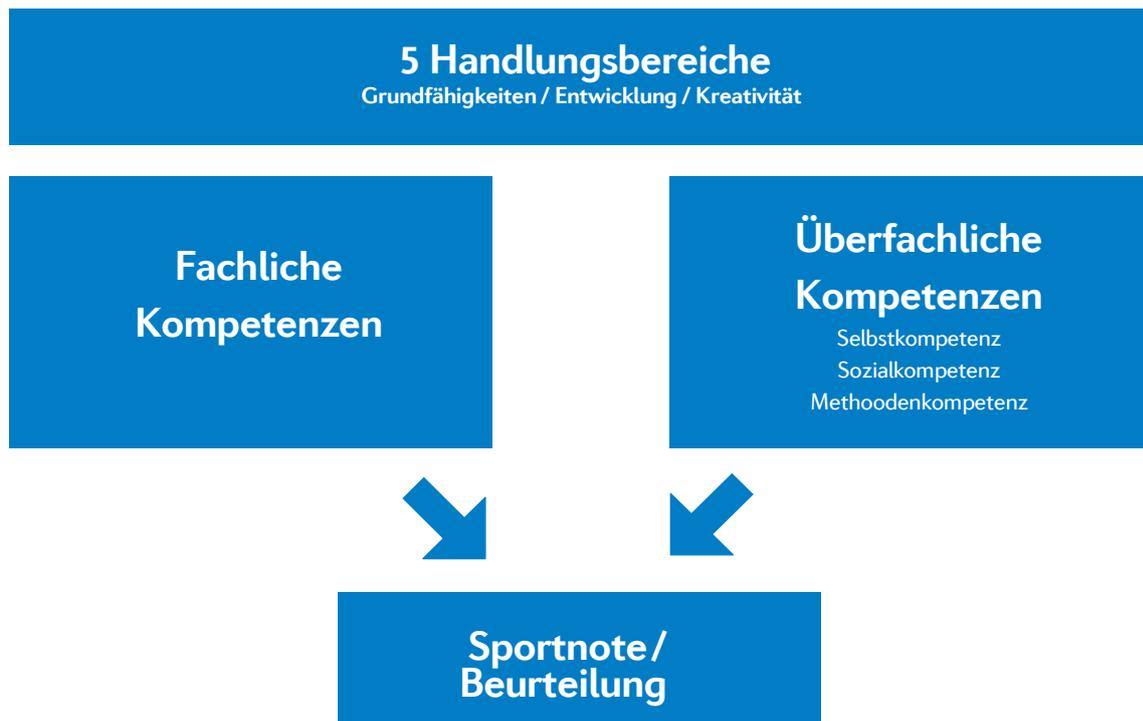
## 4 Qualifizierung der Lernenden

Die Berufsschule Mode und Gestaltung Zürich bewertet die Leistung der Lernenden semesterweise.

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

Alle Sportlehrpersonen dokumentieren die Leistungen der Lernenden in einem vorgegebenen Bewertungsraster. Dieses wiederum entspricht inhaltlich und in seiner Gewichtung (Punktesystem) den Vorgaben im Lehrplan.

### 4.1 Vorgabe der Bewertungsinhalte



Auf den kommenden Seiten ist das Bewertungsmodell der MGZ aufgeführt. Die dazugehörige aktuelle Exeltabelle, welche alle Lernenden und Lehrenden des jeweiligen Semesters erfasst, erhalten alle Sportlehrpersonen zu Semesterbeginn vom Sekretariat der MGZ.

## 4.2 Umsetzung: Bewertungsmodell MGZ

### Ziel/Idee

Das Bewertungsmodell MGZ beruht auf den Vorgaben des kantonalen Schullehrplanes. Gleichzeitig berücksichtigt es zentrale Aspekte des Schulleitbildes und die Bedürfnisse unserer Lernenden. Es wirkt unterstützend auf deren Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft und fördert gleichzeitig Gesundheit und Wohlbefinden.

Die Idee einer Hinführung zum Lifetimesport und einer stärkeren Vernetzung von Schule und Lehrbetrieb wird durch eine zielgerichtete Gewichtung der übergeordneten Kompetenzen umgesetzt.

Das auf Bonus-Malus-Punkten aufgebaute Bewertungssystem MGZ (Übersicht → S. 17-19) ermöglicht den Lernenden eine gute Bewertung, indem sie entweder mit einer hohen Leistungsfähigkeit und/oder mit einer grosser Leistungsbereitschaft in den diversen Kompetenzen punkten.

### Bewertungsinformation der Sportlehrperson an die Lernenden

Einsicht im Verlaufe des Semesters ist nach Terminvereinbarung mit der Sportlehrperson möglich. Zwischenbericht und Zeugnisinformationen erfolgen entsprechend vorgegebener Terminierung (→ Aufstellung unten). Die bei den vorgegebenen Terminen abwesenden Lernenden trifft eine Holschuld in Bezug auf ihre Bewertungsinformation.

### Zwischenbericht

Zeitpunkt:

- im Herbstsemester (HS) in einer der beiden Wochen nach den Herbstferien
- im Frühlingsemester (FS) in einer der beiden Wochen nach den Frühlingferien

Ablauf:

- Kurzes Einzelgespräch mit jedem Lernenden
- die Klasse ist selbständig aktiv unter Aufsicht der Sportlehrperson
- Pro Sportklasse eine ganze Lektion. Sollte das Einzelgespräch mehr Zeit beanspruchen, kann ein Termin ausserhalb des Unterrichtes vereinbart werden.

### Zeugnisinformation

Zeitpunkt:

- 1-2 Woche(n) vor der Zeugnisvergabe

Ablauf:

- mündliche Kurzinformation (Zeitraumen 10-15 Min. für alle Lernenden) zu Stundenende
- Falls zusätzlich ein Gespräch gewünscht wird seitens Lernenden, kann ein Termin ausserhalb des Schulunterrichtes vereinbart werden.

## Bonus-Malus-System

Das Bonus-Malus-System ist ein dynamisches System und kann wechselnden Gegebenheiten (variierende situative, personelle, normative Bedingungen) jederzeit angepasst werden. Jeder Bewertungspunkt kann maximal dreimal innerhalb eines Semesters mit dem jeweiligen Bonus- oder Malus-Punkt bewertet werden. So kann beispielsweise für fehlendes Turnmaterial pro Semester max. 3 Mal -0.5 Punkte abgezogen oder für stetige Hilfsbereitschaft max. 3 Mal pro Semester +0.5 Punkte aufsummiert werden. Dies dient der Vermeidung einer einseitigen Gewichtung einzelner Komponenten im Bewertungsraster.

## Zusatzleistungen: Leistungstest und Hausaufgabe

In jedem Semester haben die Lernenden die Möglichkeit, durch folgende Inhalte zusätzlich zu punkten:

<b>1. Semester (HS)</b>	Leistungstest MGZ	<b>3. Semester (HS)</b>	Leistungstest MGZ	<b>5. Semester (HS)</b>	Leistungstest MGZ
<b>2. Semester (FS)</b>	Hausaufgabe von Sportlehrperson (SLP)	<b>4. Semester (FS)</b>	Hausaufgabe von SLP	<b>6. Semester (FS)</b>	Hausaufgabe von SLP

## Zeugniseintrag: Skalierung (Pkt = Punkte)

Kürzel	Bedeutung	Vorgegebene Punktzahl	Punkte für QV-Klassen im FS
<b>üE</b>	übertrifft die Erwartungen	ab + 2.0 Pkt und mehr	ab +1.5 Pkt und mehr
<b>eE</b>	entspricht den Erwartungen	ab -2.0 Pkt und mehr	ab -1.5 Pkt und mehr
<b>nE</b>	entspricht nicht den Erwartungen	ab -2.5 Pkt und weniger	ab -2.0 Pkt und weniger

Auf den folgenden Seiten ist das aktuelle Bonus-Malus-System in einer Übersicht aufgeführt.

## 4.2.1 Bonus-Punkte-Übersicht

Kompetenz	Verhalten	Bonuspunkte
Selbstkompetenz	<b>Überdurchschnittliche Eigeninitiative und ausserordentliche Leistungsbereitschaft:</b> Integriert Wissen aktiv in den Unterricht z.B. durch Gestaltung einer Sequenz / bringt Vorschläge für Inhalte und hilft bei deren Umsetzung / engagiert sich für den Transfer von Lektionsinhalten zum Arbeitsplatz z.B. mit Übungsblätter oder Apps / sehr grosser Einsatz (auch im Falle verletzungs- oder krankheitsbedingter Einschränkungen)	+0.5
	<b>Verlässlichkeit:</b> Spezielle Aufträge von Lehrperson werden termingerecht ausgeführt / äusserst zuverlässig z.B. beim Schliessen der Garderoben oder beim Übermitteln von Informationen an Mitlernende und/oder LP	+0.5
	<b>Ausrüstung / Material:</b> Persönliche Ausrüstung stets bereit und angepasst auch bei Spezialstunden / Hilfe bei der Schulmaterialpflege (z.B. Bälle pumpen)	+0.5
Sozialkompetenz	<b>Engagement für die Gemeinschaft:</b> auch ausserhalb alltägl. Aufgaben (z.B. freiwilliges Melden für ein Amt) / Kommunikationsunterstützung (z.B. Informationen weiterleiten) LP<-> Lernende	+0.5
	<b>Überdurchschnittliche Hilfsbereitschaft:</b> Intensive Unterstützung Mitlernender beim Umsetzen von Lerninhalten / stete Hilfe beim Bereitstellen und Abräumen von Material	+0.5
	<b>Einsatz über Norm (quantitative Beurteilung):</b> z.B. mitspielen in mehreren Teams / lösen von Zusatzaufgaben	+0.5
Methodenkompetenz	<b>Hausaufgabe Sport:</b> Termingerecht und korrekt gelöst <b>Umgang mit Lernhilfen:</b> Einsatz spezieller Sportgeräte und/oder einer Applikation (App) gut verstanden und umgesetzt	+0.5
	<b>Selbständiges, selbstorganisiertes Training am Schultag:</b> z.B. im Kraftraum der Schule / Spiele im Freien	+0.5
Fachkompetenz	<b>Leistungen über Norm (qualitative Beurteilung):</b> Schulanlass: z.B. Topleistung bei MGZ Sportler des Jahres  Innerhalb einer Sportstunde: z.B. sehr gutes Testresultat / grosse persönliche Verbesserung	+1.0  +0.5
	<b>Sportlich aussergewöhnliches Resultat/erfolgreiches Engagement in der Freizeit (schriftlich belegt):</b> z.B. erfolgreiche Teilnahme an einem Wettkampf oder an einer Sportveranstaltung / aktive Teilnahme Freifach Sport MGZ	+1.0

## 4.2.2 Malus-Punkte-Übersicht

Kompetenz	Verhalten	Maluspunkte
Selbstkompetenz	<b>Unterlassene Meldepflichten:</b> <b>Während Vertiefungsarbeit einmal gefehlt</b> ohne zuvor eingeholte Unterschrift der allgemein bildenden Lehrperson	-0.5
	<b>An Schule anwesend, im Sport nicht erschienen:</b> Hinweis: persönliche Meldepflicht wird verlangt	-0.5
	<b>Vertiefungsarbeit-Kompensationstag:</b> gefehlt oder nicht erfüllt: ohne AZ / mit AZ (Arztzeugnis)	-1.5 / -1.0
	<b>Versäumnisse / Unzuverlässigkeit:</b> <b>Absenzenheft nicht termingerecht vorgewiesen:</b> 1. UE / 2. UE	-0.5 / -1.0
	<b>Sportausrüstung:</b> ab 2. Mal vergessen	-0.5
	<b>Unpünktlichkeit:</b> ab 2. Mal unpünktlich	-0.5
	<b>Ausrüstung / Material:</b> <b>Ausrüstung:</b> Turnen in unangepasster Ausrüstung / Kaugummi bzw. Esswaren / Süssgetränke / gefährdender Schmuck / Handy	-0.5
	<b>Material:</b> unsorgfältiger Umgang mit Schulmaterial	-0.5
Sozialkompetenz	<b>Weigerung:</b> betreffend aktiver Teilnahme oder Miete von Turnzeug	-0.5
	<b>Störendes Verhalten im Unterricht:</b> Störendes Schwatzen	-0.5
	Unanständiges Verhalten	-1.0
	<b>Ungenügender Einsatz</b> (Passivität)	-0.5
Methodenkompetenz	<b>Umgang mit Lernhilfen:</b> Fehlende Kenntnisse über Materialbereitstellung, Basisspielregeln, Sicherheitsvorkehrungen allgemein und von kollegialem Feedback (trotz mehrmaligem Üben im Vorfeld)	-0.5
	<b>Selbständiges Training:</b> Eigenständiges Training durch fehlendes Methodenwissen nicht möglich (trotz vorgängigem Erarbeiten in der Sportstunde)	-0.5
Fachkompetenz	<b>Test nicht absolviert:</b> auch nicht eine angepasste Form sofern z.B. leicht verletzt	-0.5
	<b>Zu viele versäumte Lern- und Bewegungsinhalte:</b> Mehr als 4 mal gefehlt in Einzelstunde (ohne AZ)	-1.5
	Mehr als 2 mal gefehlt in Doppelstunde (ohne AZ)	-1.5
	(Abschluss-Klassen: ü3 und ü1 Mal gefehlt, da kürzeres Semester)	-1.0
	AZ über genau oder mehr als 8 Wochen	-1.0

## 5 Sicherheit und Prävention

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

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

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

### 5.1 Grundsatz zur Obhut und Sorgfaltspflicht

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

Es gelten die Richtlinien des Bundesamtes für Sport (BASPO) und des Schweizerischen Bundesamtes für Berufsbildung, Forschung und Innovation (sbfi).

### 5.2 Unfallprävention

#### Primäre Unfallprävention

Die Sportlehrpersonen...

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

## Sekundäre Unfallprävention

Es wird empfohlen, dass die alleinige Benützung des Kraftraumes MGZ in der Freizeit den Lernenden nicht erlaubt wird. Auf Wunsch können Lernende (ab mind. zwei Personen) dort trainieren, nachdem sie das Benutzungsreglement Kraftraum MGZ unterzeichnet haben.

## Tertiäre Unfallprävention

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

<b>Verhalten bei Unfall (Ruhe bewahren)</b>			
<b>1. Unfall melden</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Sanität 144</li><li>• Sekretariat</li><li>• Hausdienst</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>WER</b> meldet das?</li><li>• <b>WAS</b> ist passiert?</li><li>• <b>WO</b> ist es passiert?</li><li>• <b>WIE</b> ist es passiert?</li><li>• Sind Menschen <b>GEFÄHRDET</b>?</li></ul>
<b>2. Erste Hilfe</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Absicherung des Unfallortes</li><li>• Versorgen der Verletzten</li><li>• Anweisungen beachten</li></ul>	
<b>3. Weitere Massnahmen</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Krankenwagen oder Feuerwehr einweisen</li><li>• Schaulustige entfernen</li></ul>	

## 5.3 Hilfreiche Links zum Thema Sicherheit im Sportunterricht

- [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)
- [www.sbf.admin.ch](http://www.sbf.admin.ch)
- [www.jugendundsport.ch](http://www.jugendundsport.ch) (Sicherheit)
- [www.baspo.admin.ch](http://www.baspo.admin.ch)
- [www.suva.ch](http://www.suva.ch) (Prävention)

## 6 Qualität

### **Die Qualitätsansprüche an den Sportunterricht erfordern, dass**

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

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

## 7 Quellenverzeichnis

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

### **Rahmenlehrplan für Sportunterricht in der beruflichen Grundbildung:**

[http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/de/home/themen/foerderung/sport\\_schule/aktuell/neuer\\_rahmenlehrplan\\_berufsfachschulen.html](http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/de/home/themen/foerderung/sport_schule/aktuell/neuer_rahmenlehrplan_berufsfachschulen.html)

### **Umsetzungshilfe Qualifizierung der Lernenden:**

[http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/de/home/themen/foerderung/sport\\_schule/aktuell/neuer\\_rahmenlehrplan\\_berufsfachschulen.parsys.10401.downloadList.58949.DownloadFile.tmp/umsetzungshilfe3d140912.pdf](http://www.baspo.admin.ch/internet/baspo/de/home/themen/foerderung/sport_schule/aktuell/neuer_rahmenlehrplan_berufsfachschulen.parsys.10401.downloadList.58949.DownloadFile.tmp/umsetzungshilfe3d140912.pdf)