

Kompetenzbereiche in BSP 5.Klassen, Akad. Gym. Linz

Bereich 1

Ziel:

Entwicklung aller motorischen Grundeigenschaften als Voraussetzung einer optimalen physischen und psychischen Entwicklung und einer langen gesunden Lebensweise.

Setzen von Anforderungen besonders in den Kompetenzbereichen **Fach- und Methodenkompetenz**.

Erlernen der methodischen Grundlagen zur Entwicklung von Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination.

Kennenlernen der wichtigsten Trainingsprinzipien zum Verständnis der Bedeutung von gesetzten Trainingsmaßnahmen im Sportunterricht.

Mittel:

Einbeziehung und Ausübung möglichst vieler Grund- und Trendsportarten unter Berücksichtigung der Trainingsprinzipien und Überprüfung durch Standardunterrichtseinheiten bzw sportmotorischer Tests.

Bereich 2

Ziel:

Kennenlernen und Erlernen diverser Sportspiele und Trendsportarten und Entwicklung vieler sportmotorischer Fertigkeiten zum selbstständigen Betreiben von Sport auch neben der Schule und in späteren Lebensabschnitten.

Setzen von Anforderungen neben **Fach- und Methodenkompetenz** auch in den Kompetenzbereichen **Sozial- und Selbstkompetenz**.

Mittel:

Methodisch aufgebautes Erlernen und freudvolles Betreiben der erlernten Sportarten auf immer höherem Niveau.

Linz, am 27.9.2018

MMag. Werner Steinwendtner