

Schulautonomer Lehrplan für **body**&MIND

Kurs BM2:

Dein Körper und Du in Bewegung



Bildungs- und Lehraufgabe

Das Interessensgebiet Body vermittelt Schülerinnen und Schülern eine umfassende, ganzheitliche Handlungskompetenz in Bewegung und Sport². Durch vielfältige Bewegungsformen und Wissen über den Körper sollen sie sich fit halten und eine sportlich aktive Lebensweise entwickeln³. Der Unterricht fördert motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie kognitive Grundlagen. Eine positive Grundeinstellung zu Bewegung und Gesundheit wird durch reflexive Auseinandersetzung unterstützt.

Schülerverantwortung sowie das funktionale Zusammenwirken von Lehrerinnen und Lehrern und Schülerinnen und Schülern sind zentral, wobei letztere ihre Kompetenzen realistisch einschätzen und verbessern sowie ihre Kenntnisse selbstständig anwenden sollen. Freude an der Bewegung und die Weiterentwicklung der Persönlichkeit stehen im Fokus.

Weiters soll durch die reflexive Auseinandersetzung mit ausgewählten Themen wie Ernährung, Leistungsvermögen und Konzentration eine positive Grundeinstellung gefördert werden.

Didaktische Grundsätze

Die Grundsätze fördern einen ganzheitlichen, schülerzentrierten Ansatz, der die Schülerinnen und Schülern als Individuum und den Körper (Body) in den Mittelpunkt stellt. Praktische und theoretische Inhalte helfen den Schülerinnen und Schülern, ihren Körper zu verstehen, wobei Bereiche wie Anatomie, Physiologie, Ernährung und Bewegung interdisziplinär verknüpft werden. Es werden lernwirksame Entwicklungsreize auf physischer, psychischer, sozialer und kognitiver Ebene gesetzt. Dies geschieht durch ein ausgewogenes Zusammenspiel von offenen, erfahrungsorientierten, kooperativen und projektbezogenen Lernangeboten. Schülerinnen und Schüler werden aktiv in die Unterrichtsgestaltung einbezogen, wobei relevante Lernunterlagen, persönliche Aufzeichnungen und Sozialformen auf die Kompetenzbereiche abgestimmt werden.

Schülerinnen und Schüler werden ermutigt, ihre individuellen Bedürfnisse und Gesundheitsziele zu erkunden, um ein ganzheitliches Wohlbefinden zu unterstützen³. Weiters liegt ein Fokus auf der Vermittlung kognitiver Grundlagen zur Leistungsverbesserung sowie der Analyse erworbener Fertigkeiten, um diese in unterschiedlichen Kontexten anwenden zu können (Transfer). Unterschiedliche Aufgabenformate dienen dem Kompetenzaufbau und der Anregung zu Bewegung und Sport auch außerhalb des Unterrichts¹.



Kompetenzbereich *Fachkompetenz*

Die Schülerinnen und Schüler können

- Grundlagen der körperlichen Fitness sowie der Ernährung im Sport verstehen, anwenden und verbessern³.
- vielfältige/neue Bewegungsfelder (freizeitwertige Sportarten, Natur- und Trendsportarten) sowie deren Anforderungen ausführen¹¹.
- Strategien zum Ausgleich und zur Regeneration/Prävention umsetzen.



Anwendungsbereiche

- in Bewegungs- und Sportspielen mit geeigneter Taktik und zielführender Technik agieren
- neue Sportarten/Bewegungsfelder kennenlernen und deren Fertigkeiten erwerben
- neu erworbenes theoretisches Fachwissen in der Praxis umsetzen

Kompetenzbereich *Methodenkompetenz*

Die Schülerinnen und Schüler können

- ein Verständnis für Bewegungslernen und gesundheitsorientierte, körperlich-sportliche Entwicklung aufbauen³.
- Spiele mit/ohne Sieger entwickeln und organisieren.

Anwendungsbereiche

- unterschiedliche Bewegungshandlungen/Sportarten gesundheitsorientiert durchführen³
- theoretisches Wissen in praktische Entscheidungen zur Förderung der eigenen Gesundheit umsetzen (Ernährung, Fitness)¹⁰

Kompetenzbereich *Sozialkompetenz*

Die Schülerinnen und Schüler können

- gruppensdynamische Prozesse in der Grundstruktur erkennen, beschreiben und bewusst mitgestalten sowie Machtverhältnisse reflektieren (Teamgeist, Fairplay, Kooperation)^{5,7,8}.



Anwendungsbereiche

- eigene Interessen bei Entscheidungsprozessen beschreiben
- unterschiedliche Kompetenzen der Gruppenmitglieder benennen, nutzen und helfend einwirken⁸

Kompetenzbereich *Selbstkompetenz*

Die Schülerinnen und Schüler können

- körperlicher Aktivität und Sport einen persönlichen Sinn geben

Anwendungsbereiche

- sich selbst in neuen Bewegungsfeldern/Sportarten ausprobieren und finden
- Anstrengungsbereitschaft und Anstrengungsrealisierung reflektieren
- Bewegungs- und Sportmöglichkeiten außerhalb der Schule erkunden und im Hinblick auf individuelle Interessen überprüfen¹

Leistungsbeurteilung

Die ständige Beobachtung der Mitarbeit (Fach-, Methoden-, Sozial- und Selbstkompetenz) steht im Vordergrund. Eigenständigkeit und persönliches Engagement bei den gestellten Aufgaben sind dabei ebenso wichtig wie die Anwendung des Erlernten, z. B. beim Anleiten bestimmter Übungen oder der Präsentation eigener Erfahrungen.

Gruppenaufgaben/-projekte zu verschiedenen Aspekten, z.B. die gemeinsame Herstellung eines gesunden Müsliriegels oder die Erarbeitung einer Lösung im Zuge kooperativer Spiele, zeigen persönliches Engagement und die Fähigkeit zur Team- und Zusammenarbeit.

Kurze, mündliche Präsentationen zu einem ausgewählten Thema erfordern Forschungsgeist, Präsentationskompetenz und die Fähigkeit, Informationen verständlich zu vermitteln⁶.

Übungs-, Erfahrungs- und Prozessprotokolle dokumentieren die Selbstevaluation und-reflexion: „Wie entwickle ich mich weiter“. Diese findet prozess- statt zielorientiert statt.

Die Erstellung eines Portfolios zeugt von der übersichtlichen Dokumentation der im theoretischen Unterricht besprochenen Themen.

Übergreifende Themen, auf die Bezug genommen werden kann:

- ¹ Bildungs-, Berufs- und Lebensorientierung
- ² Entrepreneurship Education
- ³ Gesundheitsförderung
- ⁴ Informatische Bildung
- ⁵ Interkulturelle Bildung
- ⁶ Medienbildung
- ⁷ Politische Bildung
- ⁸ Reflexive Geschlechterpädagogik und Gleichstellung
- ⁹ Sexualpädagogik
- ¹⁰ Sprachliche Bildung und Lesen
- ¹¹ Umweltbildung für nachhaltige Entwicklung
- ¹² Verkehrs- und Mobilitätsbildung
- ¹³ Wirtschafts-, Finanz- und Verbraucher:innenbildung

