

# **Verankerung von Triathlon im Bildungsplan der Sekundarstufe 1 (Gym/Allg Sek1/Spoprofil Gym/Spoprofil Allg Sek1) 2016**

Leitgedanke zum Sport in Bezug zu Triathlon (Zitat Bildungsplan 2016):

## **Bedeutung und Ziele des Faches**

Bewegung, Spiel und Sport in der Schule ist unverzichtbarer Bestandteil einer ganzheitlichen Bildung und Erziehung von Kindern und Jugendlichen. Vor dem Hintergrund einer Umwelt, die den Schülerinnen und Schülern immer weniger natürliche Bewegungsanlässe bietet, und der Tatsache, dass Schule immer mehr im Ganztage stattfindet, kommt der Körper- und Bewegungsbildung eine immer größere Bedeutung zu.

Die Ziele des Schulsports werden durch dessen Doppelauftrag bestimmt, welcher sich als „Erziehung zum Sport und Erziehung im und durch den Sport“ beschreiben lässt. Sportunterricht bietet den Schülerinnen und Schülern Gelegenheiten, durch aktive Auseinandersetzung mit vielfältigen sportlichen Handlungssituationen ihre motorischen Grundlagen, mit deren Förderung bereits in Kindergarten und Grundschule begonnen wurde, weiter auszubilden und zu verbessern. Damit entwickeln sie ihre individuelle sportliche Leistungsfähigkeit und erwerben und vertiefen ein vielseitiges Bewegungskönnen.

Über ein breites Sportangebot besteht für die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, die für sie geeigneten Bewegungsaktivitäten und Sportarten zu finden, um diese für sich in den Alltag zu integrieren (Erziehung zum Sport). Überdies leistet der Schulsport einen Beitrag zur allgemeinen Bildung im Sinne der Persönlichkeitsbildung (Erziehung im und durch Sport). Der Sportunterricht bietet den Schülerinnen und Schülern unterschiedliche Situationen, in welchen sie ihr Bewegungshandeln unter verschiedenen Sinnperspektiven ausüben können. Sie machen vielfältige, unmittelbare Erfahrungen, welche neben den motorischen Kompetenzen auch kognitive, reflexive, personale und soziale Kompetenzen ansprechen.

Dabei lernen sie ihr eigenes Handeln sachbezogen sowie intentional zu reflektieren und entwickeln die Fähigkeit, ihr gegenwärtiges und zukünftiges Sporttreiben selbstbestimmt und eigenverantwortlich zu gestalten. Vielfältige Bewegungsaufgaben und das Ansprechen aller Sinne verbessern die Wahrnehmungsfähigkeit und das Körperbewusstsein. Die Schülerinnen und Schüler erweitern ihre personalen und sozialen Kompetenzen, indem sie miteinander spielen und wetteifern. Sie entwickeln ein Regelbewusstsein, verstehen die Bedeutung des Fair Play-Gedankens und lernen, notwendige Formen des Mit- und Gegeneinanders zu akzeptieren und anzuwenden. Dadurch lernen sie mit Emotionen umzugehen, sie zu verarbeiten und sich konstruktiv in Interaktionsprozesse einzubringen. Bewegung, Spiel und Sport bietet ein geeignetes Feld, die Lern- und Leistungsbereitschaft zu fördern, eine positive Einstellung zur Anstrengung zu entwickeln, sich Leistungsanforderungen zu stellen und die eigene Leistungsfähigkeit zu verbessern. Die Schülerinnen und Schüler lernen, sich selbst realistisch einzuschätzen, Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit aufzubauen und ein positives Selbstbeziehungsweise Körperkonzept zu entwickeln. Durch selbstständiges Planen und Verantworten von Bewegungsaktivitäten werden Selbstwirksamkeit und Kooperationsbereitschaft gefördert sowie das Bewegungsinteresse weiterentwickelt. Sie erfahren und erkennen, dass kontinuierliches Sporttreiben in und außerhalb der Schule, verbunden mit einer gesunden Lebensführung, sich förderlich auf ihre physische und psychische Entwicklung auswirken kann und erleben Freude am Sport. Mit zunehmender Reflexionsfähigkeit setzen sich die Schülerinnen und Schüler kritisch mit der gesellschaftlichen Rolle, den Chancen, aber auch Risiken von Bewegung, Spiel und Sport auseinander.

*Durch die Kombination der drei Ausdauersportarten (Schwimmen - Radfahren - Laufen) trägt man mit Triathlon besonders dem Doppelauftrag Rechnung. Gerade durch die unterschiedlichen Sportarten und die Möglichkeiten ihrer Kombination im Schulsport eignet sich Triathlon sowohl in Spiel- und Übungsformen als auch in Wettbewerbsformen (Schultriathlon, JtfO, Teilnahme an Triathlon Veranstaltung vor Ort,...), um die Lern- und Leistungsbereitschaft zu fördern.*

## **Leitperspektiven**

*Dadurch, dass Triathlon eine Sportart ist, bei der man sich rein mit körperlicher Ausdauerleistung fortbewegt kommt hier die Leitperspektive **Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE)** ganz besonders zum Tragen. Selbstverständlich sind auch die beiden Leitperspektiven **Bildung für Toleranz und Akzeptanz von Vielfalt (BTV)** und **Prävention und Gesundheitsförderung (PG)** mit dem Unterrichten von Triathlon im Schulsport abgedeckt. In den höheren Klassen kann durchaus auch **Verbraucherbildung (VB)** ein Thema sein, denn ganz ohne Ausrüstung (Fahrrad bzw. Rennrad) geht es eben nicht.*

## **Prozessbezogene Kompetenzen**

### **2.1 Bewegungskompetenz**

*Bei der Bewegungskompetenz werden durch Triathlon besonders die 1. konditionellen Anforderungen sowie 2. Koordinativen Fähigkeiten geschult*

### **2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz**

*Besonders wenn den Schülern die Möglichkeit gegeben wird, sich mehrmals im Jahr auf irgendeine Art im Triathlon zu messen, wird ihre Reflexions- und Urteilsfähigkeit sehr geschult werden. Die Schüler werden auch feststellen, dass externe Faktoren bei einer bestimmten Leistung eine Rolle gespielt haben können (z.B. Wetter, Strecke,...)*

### **2.3 Personalkompetenz**

*Die Schüler können auf Dauer 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln, 2. aus den eigenen sportlichen Stärken und Schwächen kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben, 3. physische und psychische Auswirkungen ihres Bewegungshandelns, zum Beispiel Entspannung oder Fitness, wahrnehmen und verstehen*

## 2.4 Sozialkompetenz

4. in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln, zum Beispiel Regeln und Vereinbarungen einhalten 5. den Unterschied zwischen fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten - auch bei Erfolgs- und Misserfolgserlebnissen 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren

## 2.5 Inhaltsbezogene Kompetenzen

*Bis auf den Bereich Fahren, Rollen, Gleiten der ein Wahlpflichtbereich darstellt, gehören alle anderen Bereiche zum Pflichtbereich in der ganzen Sekundarstufe (1+2). Das wäre 1. Laufen, Springen, Werfen, wo ganz klar im Bereich Laufen die unterschiedlichen Distanzen hin zum ausdauernden Laufen festgelegt sind. Zum 2. Bewegen im Wasser sind das sichere Beherrschen einer Schwimmart in Brustlage, die Wende sowie ein schnelles Schwimmen vorgesehen. Ebenso für alle Schüler in der Sekundarstufe 1+2 gehört der Bereich 3. Fitness entwickeln zum Pflichtbereich, wo sich Triathlon als Ausdauersportart anbietet. Im Wahlpflichtbereich kommt für die Jahrgänge 5/6 sowie 7/8 bzw. 7-9 noch das Thema 4. Fahren, Rollen, Gleiten dazu.*

Alle *kursiv* gedruckten Texte sind Eigenproduktionen der BWTV-Schulsportbeauftragten Angelika Mertens. Alle „normal“ gedruckten Texte sind aus dem Bildungsplan 2016 von Baden-Württemberg übernommen.