

Anlage A.1

Lehrgang zur Ausbildung von Diplomsportlehrerinnen und Diplomsportlehrern

1. ALLGEMEINES BILDUNGSZIEL

Der Lehrgang zur Ausbildung von Sportlehrerinnen und Sportlehrer hat in einem sechssemestrigen Bildungsgang unter Bezugnahme auf § 1 des Bundesgesetz über Schulen zur Ausbildung von Bewegungserziehern und Sportlehrern (Bundessportakademienengesetz) zur Aufgabe, die Teilnehmer eingehend mit den erzieherischen und fachlichen Aufgaben einer Sportlehrerin/eines Sportlehrers vertraut zu machen. Diplomsportlehrerinnen und Diplomsportlehrer im Sinne dieser Verordnung ist eine nach den folgenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte Lehrperson, die befähigt ist, eine allgemeine sportliche Grundausbildung und darüber hinaus eine vertiefte Ausbildung in mindestens einer Sportart zu vermitteln. Er soll befähigt sein, die Freizeit- und Urlaubsbetreuung sowie eine Betreuungstätigkeit im Sportvereinswesen aller Altersgruppen zu gestalten.

II. STUNDENTAFEL

(Es wird das Gesamtausmaß der Unterrichtseinheiten je Unterrichtsgegenstand, auch im Falle der Einbeziehung von Formen des Fernunterrichtes, angegeben.).

		1. Sem	2. Sem	3. Sem	4. Sem	5. Sem	6. Sem	Wochenstunden
A.	Pflichtgegenstände							
I.	Theorie							
	1. Religion (Ethik)	1	1	1	1	-	-	4
	2. Deutsch (Kommunikation)	2	2	2	2	2		10
	3. Lebende Fremdsprache-Englisch		2	2	2	2	-	8
	4. Politische Bildung und Organisationslehre	1	-	-	-	-	-	1
	5. Sportsoziologie	1	-	-	-	-	-	1
	6. Betriebskunde und Recht	-	-	-	-	2	-	2
	7. Geschichte des Sports	1	-	-	-	-	-	1
	8. Gerätekunde und Sportstättenbau	1	-	-	-	-	-	1
	9. Anatomie	2	2	-	-	-	-	4
	10. Sportphysiologie	-	2	-	2	2	-	6
	11. Erste Hilfe	2	-	-	-	-	-	2
	12. Pädagogik	-	-	2	-	-	-	2
	13. Didaktik und Methodik	1	1	-	-	-	-	2
	14. Sportpsychologie	1	1	1	-	-	-	3
	15. Sportmanagement	-	-	-	-	-	2	2
	16. Angewandte Bewegungslehre und Biomechanik	-	-	2	1	-	1	4
	17. Angewandte Trainingslehre	-	2	2	2	-	-	6
	18. Sportkundliches Seminar	-	-	2	2	2	2	8
	19. EDV gestützte Trainingsmittel	-	1	1	-	-	-	2
	Zwischensumme	13	14	15	12	10	5	69
II.	Fachdidaktische Übungen							
	20. Allgemeine Grundausbildung	2	2	-	-	-	-	4
	21. Basketball	2	-	-	-	-	-	2
	22. Fußball	-	2	-	-	-	-	2
	23. Handball	-	-	-	2	-	-	2
	24. Volleyball	-	-	2	-	-	-	2
	25. Tennis	-	-	-	2	-	-	2
	26. Leichtathletik	-	3	-	2	-	-	5

		1. Sem	2. Sem	3. Sem	4. Sem	5. Sem	6. Sem	Wochenstunden
A. Pflichtgegenstände								
	27. Schwimmen	-	-	3	2	-	-	5
	28. Wasserspringen	-	-	2	-	-	-	2
	29. Gerätturnen	2	4	-	-	-	-	6
	30. Gymnastik- (Trends-Fit-Wellness)	2	2	-	-	-	2	6
	31. Skilauf	-	-	-	1	-	1	2
	32. Eislaufen	-	-	1	-	-	-	1
	33. Behindertensport			1				1
	34. Massage und Taping	-	2	-	-	-	-	2
	35. Regeneration und Ausgleichsgymnastik	2	-	-	2	2	-	6
	36. Konditions- und Koordinationsschulung	-	-	2	2	-	-	4
III. Praktisch-methodische Übungen								
	37. Allgemein-Kinder-Jugend-Seniorensport	1	2	1	-	5	4	13
	38. Gerätturnen	-	-	-	2	-	-	2
	39. Leichtathletik	-	-	-	-	-	2	2
	40. Aktivitäten im Wasser	-	-	-	-	2	-	2
	41. Spiele, Freizeit, Animation	2	-	2	2	-	-	6
	Zwischensumme	13	17	14	17	9	9	79
III. Spezialfach (wählbar)								
	42. Spezielle Trainingslehre	-	-	-	-	1		1
	43. Spezielle Bewegungslehre und Biomechanik	-	-	-	-		1	1
	44. Spezielle Didaktik und Methodik	-	-	-	-		1	1
	45. Spezielle praktisch-methodische Übungen	-	-	-	-	4	4	8
	Zwischensumme					5	6	11
	SUMME	26	31	29	29	24	20	159
B. Pflichtpraktikum								
	<p>a) Bis zum Ende des 6. Semesters ist ein Nachweis über die Durchführung eines sportbezogenen Praktikums im Umfang von 100 Anleitungsstunden (mind. 60 Stunden Allgemeine und mind. 40 Stunden sportartspezifische Anleitungspraxis) vorzulegen.</p> <p>b) Bis zum Ende des 6. Semesters ist ein Nachweis über die positive Ablegung der Prüfung über den Retterschein nach den Vorgaben der österreichischen Wasserrettung vorzulegen.</p>							
C. Freigegegenstände								
	Pro Schüler höchstens 3 Gegenstände im Ausmaß von 2 Semesterstunden pro Gegenstand. Ein Freigegegenstand darf nur mit mindestens 8 Schülern eröffnet werden. Im Übrigen gilt BGBl.Nr. I 56/2016 § 3 (4).							
D. Förderunterricht								
	Im Ausmaß von 1 Wochenstunde: Lebende Fremdsprache.							

Aus pädagogischen, örtlichen oder anderen Gründen können die einzelnen Gegenstände im Ausnahmefall auch in Form eines Blockunterrichts absolviert werden. Grundsätzlich ist jedoch auf die wochenmäßige Abhaltung der einzelnen Unterrichtsgegenstände zu achten. Eine Blockung von mehr als 50% des Semesterstundenausmaßes bedarf der Genehmigung der zuständigen Schulaufsicht.

Eine Verlegung der Gegenstände des Spezialfaches vom 6. in das 5. Semester bzw. vom 5. in das 6. Semester kann vorgenommen werden, wenn es der Eigenart des jeweiligen Spezialfaches entspricht bzw. auch dann, wenn der zeitgerechte Abschluss für die Schülerin bzw. den Schüler gefährdet ist.

E. Vorbereitung auf die Berufsreifeprüfung (freiwillig)	1. Sem	2. Sem	3. Sem	4. Sem	5.Sem	6.Sem	
Deutsch	-	-	2	2	3	3	10
Englisch	-	-	3	3	3	3	12
Angewandte Mathematik	-	-	3	3	3	3	12
Projektbetreuung	-	-	-	-	3	3	6
SUMME	-	-	8	8	12	12	40

III. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN UND DIDAKTISCHE GRUNDSÄTZE

Vor Durchführung der Eignungsprüfung ist der Ausbildungsgang zu erklären und auf die spätere Berufsmöglichkeit hinzuweisen.

Zu Beginn eines jeden Semesters ist den Teilnehmern ein Überblick über den Lehr- und Lernbetrieb zu geben.

Im 1. und 2. Semester ist zunächst eine allgemeine Grundlage und Basis in den einzelnen Gegenständen zu vermitteln, damit ein grundlegender Unterricht in den wichtigsten Sportarten für alle Altersgruppen erteilt werden kann.

Die Spezialausbildung des 5. und 6. Semesters soll den Sportlehrer/die Sportlehrerin in die Lage versetzen, in dieser Sparte ein umfassendes Training durchzuführen.

In allen Gegenständen, besonders in den theoretischen Fächern, ist auf die spätere Berufsausübung des Sportlehrers/der Sportlehrerin Bedacht zu nehmen. In den einzelnen Unterrichtsstunden ist die pädagogische und erzieherische Zielsetzung zu berücksichtigen. Der Lehrstoff ist sportbezogen darzubieten, wobei das Verwenden von Anschauungsmaterial wie Filmen, Demonstrationen usw. zum besseren Verständnis des Gebotenen und zum leichteren Anwenden in die Praxis beitragen soll. Auf die Querverbindungen in den einzelnen Unterrichtsgegenständen ist hinzuweisen. In den fachdidaktischen Übungen sind methodische Hinweise zu geben, und die Schüler sind zur Selbständigkeit anzuregen.

Die Ausbildung in den fachdidaktischen Übungen (Ggst. 20 – 41) soll den künftigen Diplomsporthelehrer/Diplomsporthelehrerin befähigen, selbständig einen wirkungsvollen, spartengerechten Unterricht zu führen. Das Verbessern des Eigenkönnens soll primär der Erkenntnisgewinnung dienen. Die für die praktische Tätigkeit notwendigen theoretischen Grundlagen wie z.B. Geschichte, Regelkunde, Sichern und Helfen und weitere notwendige Maßnahmen sind zu vermitteln.

In den fachdidaktischen Übungen sind den Schülerinnen die Kriterien für einen positiven Abschluss der Übung bekanntzugeben. Wenn sich aus der Sportartenstruktur der didaktischen Übung messbare Leistungen ableiten lassen, stellen durch den Schüler/die Schülerin zu erbringende Limits ein unbedingtes Abschlusskriterium (unter anderen Kriterien) dar.

IV. LEHRPLÄNE FÜR DEN RELIGIONSUNTERRICHT

(Bekanntmachung gemäß § 2 des Religionsunterrichtsgesetzes)

a) Katholischer Religionsunterricht

Bildungs- und Lehraufgaben:

Unter Bezugnahme auf die Aufgaben der Schulen gemäß dem Bundesgesetz über Schulen zur Ausbildung von Bewegungserziehern und Sportlehrern (Bundessportakademiengesetz) sowie unter Bedachtnahme auf die allgemeinen Bildungsziele in den Lehrplänen der einzelnen Lehrgänge soll auch der Religionsunterricht vor allem auf die spezielle Situation der zukünftigen Bewegungserzieher und Sportlehrer ausgerichtet sein. Ausgangspunkt ist das Kulturphänomen „Sport“. Dieses gilt es hinsichtlich ethischer, philosophisch-anthropologischer und theologischer Grundlagen zu reflektieren, zu begründen und in seinen Problemen richtungsweisend aufzuarbeiten. Der Religionsunterricht hat ausgehend von einem anthropologischen Grundsatz die theologische Dimension, vor allem in den ethisch-anthropologischen Fragen sowie die Letztbegründung und ganzheitliche Einordnung in den christlichen Lebensentwurf aufzuzeigen. Der Unterricht soll in besonderer Weise gewissensbildend wirken sowie Erziehung zu Frieden und verantworteter Freizeit sein. Probleme der Freizeit-, Wochenend- und

Sportentwicklung müssen aufgezeigt werden. Die positiven Werte des Sports sind überzeugend herauszuarbeiten, und auf Fehlentwicklung muß aufmerksam gemacht werden. Die Leiblichkeit des Menschen ist biblisch aufzuweisen, zu begründen und zu bewerten.

Didaktische Grundsätze:

Zur Erreichung der Bildungsziele ist es erforderlich, von der Vorbildung und von der konkreten Situation der Schüler auszugehen. Je lebensnäher und erfahrungsbezogener die einzelnen Themen dargeboten werden, umso eher wird eine spätere Umsetzung durch die zukünftigen Bewegungserzieher und Diplomsportlehrer ermöglicht. Eine Reihe von Themen (z.B. Konfliktregelung und christliches Verzeihen) können in einer offenen und lebensnahen Diskussion vom Bereich des Sports auf andere Lebensbereiche (z.B. Ehe und Familie) übertragen werden.

Großer Wert muss auf eine entsprechende Motivation, auf interessante Darbietung sowie auf Sport(art)spezifische Themen gelegt werden. Nach Möglichkeit soll der Religionslehrer persönliche Erfahrungen im Sport in den Religionsunterricht einbringen. Durch den Einsatz geeigneter Medien, vor allem aus dem Bereich des Sports, soll der Unterricht anschaulich und motivierend gestaltet werden.

Im Hinblick auf das Alter der Auszubildenden sind vor allem die didaktischen Grundsätze der Erwachsenenbildung anzuwenden.

Die besonderen Ausbildungsformen (Lehrgänge in Kursform mit sehr vielen Unterrichtsstunden) müssen auch im Religionsunterricht berücksichtigt werden. Der Lehrplan ist ein Rahmenlehrplan. Entsprechend der unterschiedlichen Dauer (ein bis acht Semester) und der Verschiedenartigkeit der Ausbildungslehrgänge ist der Lehrstoff des vorhandenen Lehrplanes entsprechend zu kürzen und auszuwählen.

Lehrstoff:

KERNTHEMEN

A. Werterziehung im Sport:

Ehrlichkeit, Selbstbeherrschung, Selbstlosigkeit, verzeihen und sich entschuldigen lernen, Schmerzen und Ungerechtigkeit ertragen lernen, Wahrhaftigkeit beim Spiel, Verstellung und Lüge.

B. Fairness:

Abriss einer philosophischen Ethik über die Fragen von „Gut und Böse“: Kant – Kategorischer Imperativ; Thomas von Aquin – Naturrechtsethik; Neues Testament – Goldene Regel. Die Schwächen europäischer Ethiken aufzeigen (Utilitarismus, Durchschnittsmoral, Erfolgsethik, Hedonismus...). Darlegung der ethischen Problematik des reinen „Erfolgssports“ anhand der „taktischen Fouls“; Gegenkonzepte gegen Gewaltstrukturen aufzeigen und positive Möglichkeiten, die zum Erfolg führen können, aufzeigen. Bibeltex te (Bergpredigt, Rangstreit der Jünger, vom sinnlosen Reichtum ua.).

C. Hochleistungs- und Berufssport:

Den positiven Sinn ua. am Gleichnis von den Talenten, Grenzen und Unsinn derselben aufzeigen (Gewalt, Egoismus, Haß, unfaire Praktiken, Ver zweckung von Menschen für Show und Kommerz).

D. Konflikte im Sport:

Wert-, Normen-, Interessen- und Rollenkonflikte,; richtige und falsche Konfliktlösungsstrategien. Orientierung an Jesus Christus bei Konfliktlösung: Kreuz auf sich nehmen (Grenze von Konfliktlösungen), Gleichnis beim verlorenen Sohn (verzeihen lernen); das Hohelied der Liebe nach Paulus ua. Bibeltex te; am Beispiel „Trainereffekt“ eine oftmalige falsche und „billige“ Konfliktlösung aufzeigen; der Trainer muß selbst lernen und lehren, vor allem in Kampfsportarten, verzeihen und vergessen können, Ungerechtigkeiten ertragen, sich entschuldigen lernen, Schuld und Vergebung.

E. Weitere Themen:

Profiethik, Schiedsrichterethik, Medienethik, Extremsportarten, Verantwortung für die Gesundheit, Aussagen der christlichen Morallehre und der christlichen Soziallehre.

ERWEITERUNGSTHEMEN:

Doping, ethische Bewertung des Boxsports, Kinderhochleistungssport, Sport und Umwelt (Respekt und Verantwortung für die Schöpfung); Leibfeindlichkeit des Christentums? Gewissen, Sünde und Schuld, das Böse, Erlösung und Umkehr, Menschenwürde und Menschenrechte, ethische Strukturprobleme der Geschlechter;

b) Evangelischer Religionsunterricht

Bildungs- und Lehraufgabe

Der Religionsunterricht an den Schulen zur Ausbildung von Bewegungserziehern und Sportlehrern hat in den Formen der Unterweisung und des Lehrgesprächs das mitgebrachte Wissen zu ergänzen, zusammenzufassen und auf den späteren Beruf hin auszurichten.

Das Ringen um das wahre Verständnis der Gnade Gottes, um die Gestalt der Kirche und um das rechte Leben der Christen in Auseinandersetzung mit den Fragen der Gegenwart zu vertiefen, daß in dem jungen Menschen die Urteils- und Entscheidungsfähigkeit geweckt wird. Er muß selbst über Glaubensfragen grundsätzlicher Art sprechen und klar Stellung nehmen können.

Die Besonderheit der Organisation des evangelischen Religionsunterrichtes an diesen Schulen verlangt die Aufstellung von Themenkreisen, die in den unterschiedlich und wechselnd zusammengesetzten Unterrichtsgruppen frei variiert werden können. Es ist jeweils in einem Semester ein Themenkreis zu behandeln.

Lehrstoff:

1. Semester (1 Semesterstunde)

Die Kirche und die Kirchen.

Evangelische Kirche A. und H.B. in Österreich.

Ökonomische Bewegung, Staat und Kirche in Partnerschaft (Prot.-Gesetz 1961).

Volkskirche, Bekenntniskirche, Freikirche, Sekten.

2. Semester (1 Semesterstunde)

Der Christ im täglichen Leben in der Familie

Die zehn Gebote und die Menschenrechte. Die Familie in der heutigen Welt. Verantwortung und Dienst in der Gemeinde. Verantwortliche Freizeitgestaltung (Der Sonntag). Die Arbeit als Aufgabe. Berufe und Berufswahl.

3. Semester (1 Semesterstunde)

Christliche Verantwortung in der Gesellschaft

Die industrielle und technische Massengesellschaft. Die soziale Frage – Innere Mission und Diakonie. Die christliche Verantwortung für die Welt – Äußere Mission und Entwicklungshilfe. Christ und Politik. Christliche Liebe und Humanität.

4. Semester (1 Semesterstunde)

Der Sinn des Lebens

Der Leib als Tempel des heiligen Geistes (1. Kor., 6. Ps. 8). Verantwortung für Leib und Seele. Sexus – Eros – Agape.

Hygiene – Sport – Tanz. Genussmittel. Unterhaltung. Euthanasie. Schutz keimenden Lebens. Selbstmord. Todesstrafe. Schutz des Leibes und Lebens: Verkehrsunfälle, Unfallverhütung, Tod und Auferstehung.

V. BILDUNGS- UND LEHRAUFGABEN DER EINZELNEN

UNTERRICHTSGEGENSTÄNDE, AUFTEILUNG DES LEHRSTOFFES AUF DIE EINZELNEN SEMSTER

1. Religion (Ethik)

Siehe Abschnitt IV.

Zusätzlich:

1. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Begriffe Religion, Ethik, Sportethik, Tugend, Gewissen, Offenbarung, Werte definieren (A)

- Ethische Ansätze und Konzeptionen differenzieren und zur Persönlichkeitsbildung nutzbar machen (B)
- Grundlagen der philosophischen Anthropologie und biblischen Theologie verstehen (A)

Lehrstoff

Tugendlehre: Ehrlichkeit, Selbstbeherrschung, Respekt, Klugheit, Besonnenheit, Selbstlosigkeit, Tapferkeit, Gerechtigkeit, Glaube, Liebe, Hoffnung, Wahrhaftigkeit beim Spiel, Verstellung und Lüge, positive Möglichkeiten aufzeigen (Dekalog, Bergpredigt), Abriss einer philosophischen Ethik über Fragen von „Gut und Böse“, Goldene Regel, Schwächen ethischer Konzeptionen wie Utilitarismus, Hedonismus, Gewissen, Sünde und Schuld.

2. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Weltreligionen unterscheiden (A)
- das christliche Menschenbild beschreiben (B)
- die Begriffe Fairness sowie formelle und informelle Fairness unterscheiden (B)
- den Wert (z.B. Lebensfreude) eines sinnvollen Sportes und Grenzen des sinnvollen Sportes erkennen sowie die Grenzen der Vermittlung von Werten im Sport als Sportlehrer diskutieren (C)

Lehrstoff

Fairness: Darlegung der ethischen Problematik des reinen „Erfolgssports“, Orientierung an Jesus Christus, Naturrechtsethik.

3. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Aufgrund einer persönlichen Entscheidung auf die sinnvolle Integration von Glaubenswissen als Faktor der (sportlichen) Lebensgestaltung und als Trainer aufmerksam machen (B)
- den Umgang mit Konflikten und Leid reflektieren (B)

Lehrstoff

Verzeihen, sich entschuldigen, Schmerzen und Ungerechtigkeiten ertragen lernen, Vertiefung: Wert-, Normen- Interessen- und Rollenkonflikte, richtige und falsche Konfliktlösung, Gleichnis vom verlorenen Sohn (verzeihen lernen), das Hohelied der Liebe nach Paulus, u.a. Bibeltexte, am Beispiel „Trainereffekt“ eine oftmals falsche und „billige Konfliktlösung“ aufzeigen, Lernfeld der Trainerin/des Trainers (u.a. in Kampfsportarten;) für das Thema Verzeihung, Schuld und Vergebung.

4. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Sportethische Problemfelder erkennen und Stellung beziehen (B)
- bei Wertediskussion eine Position auf das ihr zugrundeliegendes Menschenbild analysieren, kritisch auf etwaige Reduktionismen reflektieren und eine eigene Stellung beziehen (C)

Lehrstoff

Erweiterungsthemen: Doping, ethische Bewertung des Boxsportes, Kinderhochleistungssport, Sport und Umwelt, das Böse, Erlösung und Umkehr, Menschenwürde und Menschenrechte, Ethik der Geschlechter; Konzept eines Menschenbild mit oder ohne freien Willen sowie auch einen Relativismus und Nihilismus.

2. Deutsch (Kommunikation)

1. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

im Bereich „Zuhören“

- mündlichen Darstellungen folgen und diese verstehen, indem sie aktiv zuhören (A)

im Bereich „Sprechen“

- Sprache situationsangemessen gebrauchen (B)

im Bereich „Lesen“

- unterschiedliche Lesetechniken anwenden, indem sie sowohl still sinnerfassend als auch laut gestaltend lesen (B)

im Bereich „Sprachbewusstsein“

- grundlegende Sprachnormen anwenden, indem sie Fertigkeiten und Kenntnisse in der Text- und Satzgrammatik sowie der Formenlehre zeigen, Wortarten und Wortbildungsmuster sowie grundlegende Regeln der Orthographie und Zeichensetzung anwenden (B)

Lehrstoff

Kompetenzbereiche „Zuhören und Sprechen“

Grundlagen der Kommunikation, Sprechen in der Standardsprache, praxisbezogene Gesprächssituationen.

Kompetenzbereich „Lesen“

Lesetraining, Lesestrategien, sinnerfassendes Lesen.

Kompetenzbereich „Sprachbewusstsein“

Erkennen und Anwenden von Sprachstrukturen wie Wortarten, Satzglieder, Satzarten, Textgrammatik, Rechtschreibregeln und Zeichensetzung.

2. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

im Bereich „Sprechen“

- sich an Gesprächen und Diskussionen beteiligen sowie passende Gesprächsformen in Sprechsituationen anwenden (B)

im Bereich „Lesen“

- Texte formal und inhaltlich erschließen, indem sie Texten Informationen entnehmen und relevante von irrelevanten Informationen unterscheiden (C)

im Bereich „Schreiben“

- Texte unterschiedlicher Intention verfassen (B)
- Texte adressatenadäquat formulieren (B)

im Bereich „Reflexion über gesellschaftliche Realität“

- über Aspekte der Berufs- und Arbeitswelt reflektieren (C)

Lehrstoff

Bereich „Sprechen“

Erkennen von und kommunizieren auf verschiedenen Sprachebenen, Darstellung von Sachverhalten, Sprechhandlungen (Zusammenfassen, Präsentieren).

Bereich „Lesen“

Informationsbeschaffung und Informationsauswertung, Steigerung der Lesekompetenz.

Bereich „Schreiben“

informierende und praxisbezogene Textsorten (Exzerpt, Bewerbungsschreiben, Lebenslauf, Präsentation, Protokoll).

Bereich „Reflexion über gesellschaftliche Realität“

Sachliche Auseinandersetzung mit Themen aus Gesellschaft und Arbeitswelt, Entwickeln von Medienkompetenz.

3. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

im Bereich „Zuhören“

- mündlichen Darstellungen folgen und diese verstehen, indem sie Kerninformationen entnehmen (B)

im Bereich „Sprechen“

- Gespräche führen, indem sie praxisbezogene Informationen einholen und weitergeben sowie eigene Anliegen sprachlich differenziert vorbringen (B)

im Bereich „Schreiben“

- Texte situationsbezogen sowie sachlich richtig verfassen (B)

im Bereich „Sprachbewusstsein“

- Wortarten und Wortbildungsmuster sowie grundlegende Regeln der Orthographie und Zeichensetzung erkennen und anwenden (B)

Lehrstoff

Bereich „Zuhören und Sprechen“

Aktives Zuhören in Gesprächssituationen, Aufbau und Inhalt einer Präsentation, Einsatz von Präsentationsmedien.

Bereiche „Schreiben“

Prozessorientiertes Schreiben (Planen, Formulieren, Aufschreiben und Überprüfen).

Bereich „Sprachbewusstsein“

Sprachstrukturen wie Wortarten, Satzglieder, Satzarten, Rechtschreibnormen und Zeichensetzung.

4. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

im Bereich „Sprechen“

- öffentlich sprechen, indem sie Medieninhalte mit Medienunterstützung präsentieren (B)

im Bereich „Lesen“

- Texte verstehen, indem sie Bezüge zu anderen Texten, zum eigenen Welt- und Fachwissen sowie zu ihren Erfahrungen herstellen (C)

im Bereich „Reflexion über gesellschaftliche Realität“

- gesellschaftliche, politische und wirtschaftliche Phänomene zu Interessen und Wertvorstellungen in Beziehung setzen, den Einfluss von Medien in gesellschaftlicher, wirtschaftlicher und politischer Hinsicht verstehen (C)

im Bereich „Sprachbewusstsein“

- Wortarten und Wortbildungsmuster sowie grundlegende Regeln der Orthographie und Zeichensetzung anwenden (B)
- Strategien zur Fehlervermeidung nutzen (B)

Lehrstoff

Bereich „Sprechen“

Anwendung von Sprech- und Präsentationstechniken, Sprechhandlungen (Präsentieren, Referieren, Diskutieren, Moderieren).

Bereich „Lesen“

Sicherung der Lesekompetenz und des Textsortenwissens.

Bereich „Reflexion über gesellschaftliche Realität“

Sicherung der Medienkompetenz, sachlich kritische Auseinandersetzung mit Themen aus Gesellschaft, Politik und Arbeitswelt mithilfe unterschiedlicher Medien.

im Bereich „Sprachbewusstsein“

Sicherung der grammatischen, orthographischen und stilistischen Kenntnisse, Beherrschung der grundlegenden Kommaregeln, Sprachstrukturen wie Wortarten, Satzglieder, Satzarten

5. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- ein breites Spektrum an adäquaten Kommunikationsformen (verbal, nonverbal, schriftlich) einsetzen (B),
- situationsgerecht in ihrem äußeren Erscheinungsbild und in der ihnen zukommenden Rolle auftreten (B),
- Texte adressatenadäquat produzieren, sowie sachlich richtig verfassen und geschlechtergerecht formulieren (B),
- Sprachnormen erkennen und anwenden, indem sie Fertigkeiten und Kenntnisse in der Text- und Satzgrammatik sowie Orthographie und Zeichensetzung erkennen und anwenden (B),
- Mit Fehlern konstruktiv umgehen, häufige Fehlerquellen erkennen sowie Strategien zur Fehlervermeidung einsetzen (C).

Lehrstoff

Bereich „Lesen“

Sicherung der Lese- und Textsortenkompetenz, Lesestrategien, Informationsbeschaffung und Auswertung, konkrete Textarbeit (Texterschließung)

Bereich „Schreiben“

Prozessorientiertes Schreiben, informierende und meinungsbildende Textsorten wie Verbalisieren von Infografiken, Manuskript für Rede, Kommentar/Leserbrief, Bewerbungs- und Motivationsschreiben, Textanalyse, offener Brief, kreative Textformen, Redigieren eigener und fremder Texte

Bereich „Sprachbewusstsein“

Sicherung der grammatischen, orthographischen und stilistischen Kenntnisse, Beherrschung der grundlegenden Kommaregeln, Erweiterung des Wortschatzes unter Berücksichtigung der Fachsprache, Entwicklung von persönlichem Ausdruck und Stil, sicherer Umgang mit Fremdwörtern, Fehleranalyse, Gebrauch von Wörterbüchern, Lexika und elektronischen Rechtschreibprogrammen.

3. Englisch

2. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Strukturen der Grundgrammatik verstehen und geschriebene und gesprochene Inhalte in einfachen Sätzen wiedergeben (A)
- die englische Grundgrammatik anwenden, um über verschiedene Themen in einfachen Sätzen zu berichten (Sportarten, Bewegungsbeschreibungen, etc.) (B)
- verschiedene Sportarten in der Fremdsprache analysieren und in einfachen Sätzen erklären (C)

Lehrstoff

Wiederholung der Grundgrammatik (Gegenwart, Mitvergangenheit, Pluralbildung, Modalverben, Satzstellung u.a.), Fertigkeiten: Lesen, Aussprache und Formulieren

Beschreibung verschiedener Sportarten (Fußball, Schifahren, u.a.), einfache Bewegungsbeschreibungen, aktuelle Themen Sinnggebung des Sports, Ziel und Inhaltsbestimmungen einzelner Sportarten.

3. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- längere Texte und Gesprächsinhalte verstehen und deren Inhalt unter Anwendung von komplexeren Grammatikstrukturen in der Fremdsprache wiedergeben (A)
- schwierigere Grammatikstrukturen anwenden und sportartenspezifische Informationen sowie Bewegungsbeschreibungen in der Fremdsprache formulieren (B)
- Präsentationen halten und deren Inhalt in zusammenhängenden Sätzen in der Fremdsprache evaluieren (C)

Lehrstoff

Wiederholung und Vertiefung der Grundgrammatik (Vergangenheit, Adjektive, Steigerungsformen u.a.), Progressiver Ausbau der sprachlichen und schriftlichen Kompetenzen; Beschreibung verschiedener Sportarten (Schwimmen, Gerätturnen u.a.), Bewegungsbeschreibungen, aktuelle Themen.

4. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- sprachlich schwierigere Texte und Gesprächsinhalte verstehen und deren Inhalt in längeren, komplexeren Sätzen in der Fremdsprache wiedergeben (A)
- fachspezifisches Vokabular in längeren Sätzen grammatikalisch richtig anwenden und für den Unterricht sowie für die Vermittlung sportspezifischer Inhalte zielgruppenadäquat formulieren (B)
- unter Anleitung Bewegungsbeschreibungen analysieren und die eigene Leistung sowie die anderer in der Fremdsprache reflektieren und diskutieren (C)

Lehrstoff

Wiederholung der Grundgrammatik (Zukunft, Passiv, u.a.), Progressiver Ausbau der sprachlichen und schriftlichen Kompetenzen; Beschreibung verschiedener Sportarten (Leichtathletik, Basketball u.a.), schwierigere Bewegungsbeschreibungen, aktuelle Themen

5. Semester (2 Wochenstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe:

Die Schülerinnen und Schüler können:

- längere, sprachlich komplexe Texte zu bekannten Themen verstehen und verschiedene Textsorten eigenständig verfassen (A)
- erworbene Kenntnisse und Fertigkeiten situationsadäquat und registerspezifisch in der Fremdsprache beziehungsweise in der Geschäftskommunikation mündlich und schriftlich anwenden (B)
- Bewegungsbeschreibungen eigenständig analysieren und Unterrichtssequenzen in verschiedenen Sportarten in der Fremdsprache evaluieren (C)

Lehrstoff:

Wiederholung der Grundgrammatik (Konditionalsätze, Adjektiv, Adverb u.a.), Beschreibung verschiedener Sportarten (Tennis, u.a.), Bewegungsbeschreibungen, Bewerbungen (Lebenslauf, Motivationsbrief, Bewerbungsgespräche), aktuelle Themen

4. Politische Bildung und Organisationslehre

1. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die für das Verständnis des politischen und sozialen Lebens und zur Wahrnehmung der staatsbürgerlichen Rechte und Pflichten erforderlichen Kenntnisse benennen (A)
- aktuelle politische und soziale Situationen und Vorgänge analysieren und kritisch beurteilen (C)
- die für das Privat- und Berufsleben bedeutsamen Rechtsvorschriften sowie die Wege der Rechtsdurchsetzung verstehen (A)
- die Prinzipien der österreichischen Bundesverfassung erklären (B)
- andere Menschen, Religionen und Kulturen achten (B)

Lehrstoff

Staat: Staatselemente, Aufgaben des Staates, Staats- und Regierungsformen, Sportorganisationen; Österreichische Bundesverfassung: Leitende Grundsätze (demokratisches, republikanisches, bundesstaatliches und rechtsstaatliches Prinzip; Neutralität, Menschenrechte); Gesetzgebung des Bundes und der Länder, Verwaltung, Politische Willensbildung: Politische Parteien.

5. Sportsoziologie

1. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Einblick in die Grundthematik der Soziologie mit speziellem Schwerpunkt auf Sport nehmen (A)

- Zusammenhänge von Sport und Gesellschaft herstellen (B)
- dargebotene Vorträge kritisch betrachten und (Inhaltsebene, Präsentationstechniken,...) beurteilen (C)

Lehrstoff

Soziologische Vorgänge in einer Gruppe; Zusammenleben mit anderen; Verhalten gegenüber anderen Menschen in verschiedenen Situationen; Gestaltung des eigenen Lebensraumes und einer sinnvollen Freizeit, insbesondere mit sportlichen Inhalten. Einfluss unserer gesellschaftlichen Normen auf den österreichischen Sport; Auswirkungen der Migration auf den österreichischen Sport; Stellung des Staates zum Sport; Globalisierung im Sport; Struktur des Sports in Österreich (BSO, Dach- und Fachverbände,...), Aufgaben und Struktur der Bundessportakademien; die Bedeutung des Sportvereins für die Gesellschaft; Ehrenamtlichkeit im Sport; Frau im Sport; Aggression im Sport; Vorbildwirkung im Sport.

6. Betriebskunde und Recht

5. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Antworten zu grundlegenden Fragen bezüglich Arbeitsverhältnisse, Unternehmensformen, Vereinsführung und Vereinsrecht und sich daraus ergebenden Haftungsfragen geben (A)
- unter Anleitung Arbeitsverträge hinsichtlich Arbeitsvollzug, steuerliche und sozialversicherungsrechtliche Aspekte kritisch hinterfragen (B)
- grundlegende Erkenntnisse des Vereinsrechts, Straf- und Zivilrechts auf Situationen beim Führen und Leiten von Gruppen im Sport berücksichtigen (B)

Lehrstoff

Arbeitsverhältnisse, Arbeitsvollzug, steuerliche und sozialversicherungsrechtliche Aspekte, Grundlagen zum Gewerberecht und Basiswissen über Unternehmensformen als Basis für unternehmerische Tätigkeiten, Gründung und Führung eines gemeinnützigen Vereins, Vereinsrecht, Haftungs- und Versicherungsfragen im Sport

7. Geschichte des Sports

1. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die wesentlichen Entwicklungen der Leibesübungen und des Sportes beschreiben. (A)
- die Unterschiede in Kulturen erkennen und vergleichen.(B)
- über die Entstehung und Weiterentwicklung der Sportarten berichten.(A)
- Informationen über die Vergangenheit zur Orientierung in der Gegenwart nutzen.(B)
- Durch den Blick in die Vergangenheit die Gegenwart von Sport rechtfertigen.(C)

Lehrstoff

Ursprungstheorien, die Entwicklungen der Leibesübungen in den jeweiligen Kulturen, die Entstehung des Weltsports, die Entwicklungen von einzelnen Sportarten, spezielle Merkmale des Sportes in Österreich.

8. Gerätekunde und Sportstättenbau

1. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Sportarten und deren Sportstätten beschreiben und differenzieren (A)
- Kenntnisse in Bezug auf Sportstätten und deren Sicherheit anwenden (B)
- Gefahren im Sportunterricht einschätzen, vermeiden bzw. vorbeugen (B)

- einen initiierten Bedarf erwecken und fachkundige Nutzermitsprache/Lobbying bei Errichtung von Sportanlagen erwirken (C)

Lehrstoff

Überblick des Sportstättenbaus, Geschichte des Sportstättenbaus, Kennenlernen einzelner Sportarten / Sportstätten, Sicherheit im Sportunterricht

9. Anatomie

1. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die wichtigsten Knochen, Muskeln und Gelenke in deutscher und lateinischer Sprache benennen. (A)
- überblicksmäßig Zelle, Gewebe, v.a. Binde- u. Stützgewebe, Knochen- und Muskelbau erklären. (A)
- speziell am Skelett die Wirbelsäule in ihrer Funktion mit Bandscheiben und Spinalnerven inkl. einiger pathologischer Aspekte (Verkrümmungen, Bandscheibenvorfall, Arthrose, Nervenkompression) beschreiben. (A)
- sich am menschlichen Körper terminologierecht (Richtungen, Ebenen, Achsen) orientieren. (B)

Lehrstoff

Grundlegender Körperbau (insbesondere passiver und aktiver Bewegungsapparat) unter funktionellen Gesichtspunkten inkl. Gewebelehre (schwerpunktspezifisch), Wirbelsäule inkl. Funktion und pathologischer Einblicke.

2. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Rumpfmuskulatur (vordere und hintere Leibeswand, Schichtfolge, Scapula-Aufhängung) mit Funktion erklären. (A)
- Becken (männlich, weiblich, ISG) und Thorax (inkl. Atemmechanik) beschreiben. (A)
- Rückenmark mit Cauda equina und Spinalnerven (mit Wurzeln und Ästen) beschreiben. (A)
- Knochenverbindungen, Knochenbildung und Wachstumsfugen (inkl. Schädel) erklären. (A)
- große Extremitätengelenke (v.a. Knie) in Bau und Funktion mit zugehörigen Muskeln (Ursprung, Ansatz, Funktion) erklären. (A)
- unter Nutzung der funktionell-anatomischen Kenntnisse der Bewegungsabläufe (und unter Berücksichtigung allfälliger Verletzungsmöglichkeiten) spezielle sportliche Aufgaben richtig stellen. (B)

Lehrstoff

Spezielle Muskellehre (Rumpf und Extremitäten), allgemeine Gelenkslehre und Knochenwachstum, Becken, Thorax und große Extremitätengelenke (inkl. Mechanik und häufigste Verletzungen), Grundzüge der Anbindung an das Nervensystem (motorische und sensible Innervation).

10. Sportphysiologie

2. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die anatomischen und physiologischen Grundlagen des Atmungssystems, des Herz-Kreislaufsystems inklusive des Blutes im Zusammenhang mit der körperlichen Leistungsfähigkeit benennen und die Zusammenhänge erkennen (A)
- die anatomischen und physiologischen Grundlagen des Verdauungssystems, der Harn- und Geschlechtsorgane, der wichtigsten Hormone, des Nervensystems inklusive der Sinnesorgane im Zusammenhang mit der körperlichen Leistungsfähigkeit benennen und die Zusammenhänge erkennen (A)

Lehrstoff

Funktionsweise der äußeren und inneren Atmung und der Einfluss auf die körperliche Leistungsfähigkeit

Funktionsweise der Verdauung, des Wasser und Elektrolyt Haushaltes, der hormonellen Regulation, des Nervensystems und der Sinnesorgane sowie deren Einfluss auf die körperliche Leistungsfähigkeit

4. Semester (2 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die physiologischen Grundlagen des Trainings praxisrelevant nutzen und die Bedeutung von regenerativen Maßnahmen erkennen (B)
- die physiologischen Anpassungen des Herz-Kreislaufsystems und des Atmungssystems an Trainingsbelastungen erklären (B)
- den Sinn und Zweck bzw. die Veränderungen durch Höhentraining erklären (B)
- die anatomischen und physiologischen Besonderheiten im Kindes- und Jugendalter wiedergeben (A)
- die physiologischen Grundlagen des Lernens von Bewegungsabläufen, die Entstehung von Bewegungen incl. Energiestoffwechsel erläutern (A)

Lehrstoff

Anpassung des menschlichen Organismus an Trainingsbelastungen, Bedeutung und Umsetzung regenerativer Maßnahmen, Ursachen und Abbau von Übertraining, Sinn und Zweck des Höhentrainings, Bedeutung von Bewegung im Kindes- und Jugendalter, Erlernen von Bewegungsabläufen, Entstehen von Bewegungsabläufen.

5. Semester (2 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Bedeutung allgemeiner und sportartspezifischer Ernährung sowie die Bedeutung und Gefahren von Nahrungsergänzungsmitteln erläutern (A)
- die Grundlagen der allgemeinen und sportartspezifischen Leistungsdiagnostik erklären (A)
- die Grundlagen der Sportanthropometrie (Somatotyp, Körperindices) reproduzieren (A)
- die Grenzen der menschlichen Belastungs- und Leistungsfähigkeit angeben (A)
- die Gefahren des Dopings (Grundlagen, Verbotliste) erkennen und die Kontrollen und Sanktionen beschreiben (A)

Lehrstoff

Grundlagen einer gesunden Ernährung, Ernährungspyramide, Besonderheiten einer sportgerechten Ernährung, Sinn und Unsinn von Nahrungsergänzungsmitteln, Sinn und Zweck der Leistungsdiagnostik, Leistungsdiagnostik im Labor und am Feld, sportartspezifische Diagnostik, Sinn und Zweck anthropometrischer Messungen, Grenzen der menschlichen Belastbarkeit, Anti-Doping (Reglement, Verbotliste, Wirkungen und Nebenwirkungen, Dopingkontrolle, Resultmanagement;

11. Erste Hilfe**1. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- medizinische Notfall- und sportbedingte Unfallsituationen einschätzen (A)
- ihr theoretisches und praktisches Wissen der 1. Hilfe anwenden (B)
- als Einzelpersonen und in der Gruppe den gegebenen Situationen entsprechend Maßnahmen setzen. (C)

Lehrstoff

Erste Hilfe Maßnahmen in allen Notfallsituationen, von der Laienreanimation bis zur Übergabe an den Rettungsdienst.

12. Pädagogik

3. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Bedeutung des Begriffes „Pädagogik“, die Unterteilung sowie die Einbettung in den menschlichen Entwicklungsprozess erklären (A)
- die wesentlichen Faktoren erkennen und diese situativ korrekt anwenden (B)
- die geschichtliche Entwicklung des Wertbegriffes erkennen und diesen vermitteln (B)
- die verschiedenen Erziehungspraktiken wiedergeben und diese dem Entwicklungsstand von Personen gemäß anwenden (B)

Lehrstoff

Definition des Gegenstandes Erziehungslehre – Unterrichtslehre; Wirkende Faktoren in der Erziehung; Geschichtliche Entwicklung der Pädagogik von der Antike bis Rousseau; Prägende Pädagogen; Entwicklungsstufen vom Neugeborenen bis zur Adoleszenz; Erziehungspraktiken und ihr Einsatzbereich; Erziehungsstile und verschiedene Einteilungsansätze – Brauchbarkeit.

13. Didaktik und Methodik

1. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- methodische und didaktische Grundsätze und Prinzipien der Trainings- und Unterrichtsgestaltung beschreiben und verstehen. (A)
- die Organisation einer Übungseinheit gedanklich planen sowie verschiedene äußere und innere Faktoren berücksichtigen. (B)
- die Elemente der Detail-Planung einer Trainingseinheit unterscheiden und mit Ziel und Inhalt füllen. (B)

Lehrstoff

Übungs-/Trainingseinheit, methodische Hilfsmittel, Helfen und Sichern, spielpädagogische Grundsätze, Betriebsweisen, Betriebsformen, methodische Übungsreihe . . .

2. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- den Sportunterricht anhand von vorgegebenen, aktuellen Beispielen analysieren (C)
- methodische Grundsätze und Prinzipien der Trainings- und Unterrichtsgestaltung anwenden (fächerübergreifend mit PMÜ). (C)
- durch Reflexion und Wahrnehmung zentralen Aufgaben des Berufs Sportlehrerin und Sportlehrer erklären sowie Kompetenzen im Umgang mit sportbezogenen Fragen zu Lehrplänen, Schulprogrammen und zur Unterrichtsentwicklung erwerben. (B)

Lehrstoff

Vertiefend: Übungs-/Trainingseinheit, Unterrichteinheit, Lehrpläne, Leitideen, Rahmenbedingungen, Leistungsbewertung, Analysebogen;

14. Sportpsychologie

1. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die grundlegenden Erkenntnisse der allgemeinen Psychologie erfassen und verstehen und sie in den speziellen Bereich der Sportpsychologie einordnen (A)
- Diese Kenntnisse in der Arbeit mit Schülern und Athleten umsetzen (B)

Lehrstoff

Wahrnehmung, Wirklichkeit und Wahrscheinlichkeit; Arbeitsweise des Gehirns; Lernen – generelles Schema; Konditionierung

2. Semester (1 Semesterstunde)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Relevanz und Anwendungsbereiche den entsprechender Mechanismen und Praktiken zuordnen und sie situativ anwenden (B)

Lehrstoff

Imitationslernen; Gedächtnis; Kognitives Lernen; Hintergrundaktivität des Gehirns – Bewusstseinslage, Niveau der Aufmerksamkeit;

3. Semester (1 Semesterstunde)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die komplexen Zusammenhänge psychologischer Mechanismen mit der Leistungsrealisation identifizieren und diese gezielt in der Leistungssituation bei sich selbst und bei anderen steuern (C)

Lehrstoff

Typ der Aufmerksamkeit; Aktivierungsniveau und Zusammenhang mit der Realleistung; Emotionen; Motivation; Komplexe Modelle – Entscheidungshandeln; Kommunikation und Konflikt; Leistungssteuerung im Wettkampf.

15. Sportmanagement**6. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Einblick in die grundsätzlichen Abläufe von Organisationsstrukturen mit speziellem Schwerpunkt auf Sport nehmen (A)
- Wettkämpfe und Events organisieren (B)
- ein von ihnen geplantes Sportevent mittels Vortrag und Power Point präsentieren (B)

Lehrstoff

Wissen um die Organisation und Leitung eines Vereins, Erziehen zu wirtschaftlichem Denken bei der Durchführung eines Sportevents und der Führung eines Vereins; Kenntnis der Sporteinrichtungen, der Sportartikelindustrie, der Freizeitindustrie, Organisation und Gestaltung von sportlichen Ereignissen mit besonderem Schwerpunkt auf Pressearbeit und Sponsoring.

16. Angewandte Bewegungslehre und Biomechanik**3. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- biomechanische Fachbegriffe einordnen und Grundstrukturen sportlicher Bewegungen erkennen. (A)
- Allgemeine Gesetze und Prinzipien der Sportmotorik zuordnen. (A)

Lehrstoff

Grundprinzipien und Fachbegriffe der Bewegungslehre.

4. Semester (1 Semesterstunde)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- einfache Bewegungsanalysen an Hand von Beispielen durchführen. (B)

- Steuerungs- und Regelungsvorgänge bei Bewegungsabläufen erläutern. (B)

Lehrstoff

Aufbauend auf das im 3. Semester erworbene Grundwissen: Verstehen des Zustandekommens von Bewegungsabläufen und deren Struktur.

6. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Grundprinzipien des Bewegungslernens nachvollziehen und diese anwenden. (B)
- grundlegende Gesetze der Mechanik erklären und auf sportliche Bewegungen anwenden (B)

Lehrstoff

Kennenlernen von Grundprinzipien des menschlichen Lernens sowie des Zusammengangs zur Biomechanik.

17. Angewandte Trainingslehre

2. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Grundbegriffe der Trainingslehre wiedergeben, das Training als Prozess beschreiben sowie Regeln für das Training ableiten (B)
- die Erscheinungsformen, die Bedeutung und Funktion der konditionellen Fähigkeit Kraft wiedergeben und für den breitensportlichen Fitnessbereich Trainingseinheiten planen (B)

Lehrstoff

Begriffsbestimmungen, allgemeine Grundlagen des sportlichen Trainings, Anwendungsfelder und Ziele, Kraft (Erscheinungsformen, Adaptionen, Methoden, einfache Testverfahren, Modell-Trainingseinheiten)

3. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Erscheinungsformen, die Bedeutung und Funktion der konditionellen Fähigkeiten Ausdauer und Schnelligkeit wiedergeben sowie für den breitensportlichen Fitnessbereich Trainingseinheiten planen (B)
- die Erscheinungsformen, die Bedeutung und Funktion der koordinativen Fähigkeiten wiedergeben und für den breitensportlichen Fitnessbereich in Trainingseinheiten einplanen (B)
- den Aufbau und die Inhalte eines Makrozyklus beschreiben und begründen (B)

Lehrstoff

Ausdauer, Schnelligkeit, koordinative Fähigkeiten (Erscheinungsformen, Adaptation, Methoden, einfache Testverfahren, Modell-Trainingseinheiten), Abschnitte der Periodisierung, Periodisierung im Fitnessbereich

4. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Trainingsprinzipien zur Auslotung von Anpassungseffekten (Belastungen), zur Sicherung der Anpassungseffekte (Periodisierung) und zur Spezialisierung des Trainings benennen und anwenden (B)
- Sportart-Analysen/Tests als Grundlagen für Trainingsprogramme auswerten (C)
- eine Trainingsplanung/Trainingsdokumentation (Trainingsbuch) erstellen (B)

Lehrstoff

Diverse Testes zur Bestimmung der Trainingsbelastung, Vertiefung des Wissens um verschiedene Trainingsprinzipien, Aufbau und Gestaltung eines Trainingsplans, Dokumentation des Trainings (Trainingsbuch), Analyse und Auswertung des dokumentierten Trainings;

18. Sportkundliches Seminar

3. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Sportarten aus unterschiedlichen Blickwinkeln themenspezifisch betrachten (Geschichte, Regelwerk, Material, ...) (A)
- aus einzelnen Literaturquellen zu sportspezifischen Themen einen Vortrag und ein einfaches Handout erstellen (B)
- unterschiedliche Qualitätsebenen von Vorträgen benennen (Inhaltsebene, Folienaufbereitung, ...) (A)
- unterschiedliche Funktionen (Moderator, Referent, Protokollführer) mit den dazugehörigen Tätigkeiten benennen (A)

Lehrstoff

Sinngebung des Sports, Ziel und Inhaltsbestimmungen einzelner Sportarten

4. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- dargebotene Vorträge kritisch betrachten und anhand der im Vorsemester erarbeiteten Strukturen (Inhaltsebene, Präsentationstechniken,...) beurteilen (B)
- unterschiedliche Leitungsfunktionen einnehmen und erste Rückmeldungen dazu bekommen (B)

Lehrstoff

Vertiefend Grundstrukturen der Sportarten hinsichtlich Geschichte, Regelwerk, Methodik, Ausrüstung, Trainingslehre;

5. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- unter Anleitung aus mehreren unterschiedlichen Quellen zu einem Thema recherchieren, eine vorwissenschaftliche Arbeit verfassen und diese präsentieren (B)
- unter Anleitung als Diskussionsleiter agieren und ihre Tätigkeit reflektieren (B)

Lehrstoff

Grundlegende sportspezifische Themen insbesondere aus der Sportsoziologie (Frau im Sport, Aggression im Sport, Vorbildwirkung im Sport,...) und Trainingslehre, Grundlagen vorwissenschaftlicher Arbeit;

6. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- eigenständig eine vorwissenschaftliche Arbeit recherchieren und verfassen (C)
- aus der schriftlich verfassten Arbeit eine Präsentation didaktisch aufbereiten (C)
- eigenständig als Diskussionsleiter agieren und ihre Tätigkeit reflektieren (C)
- grundlegende sportliche Inhalte zu aktuellen Sportgeschehnissen in Beziehung setzen und kritisch betrachten. (C)

Lehrstoff

Spezielle Berufsfragen (Weiterbildung, Berufsmöglichkeiten, Leistungserhebungen, ...), Präsentationstechniken, aktuelle sportliche Ereignisse, kritisches Reflektieren, Eigenständigkeit im Verfassen vorwissenschaftlicher Arbeiten;

19. EDV gestützte Trainingsmittel

2. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- mit MS-Excel Tabellen und Diagramme erstellen, sowie unterschiedliche mathematische Funktionen anwenden (A)
- MS-Excel als Tabellenkalkulationsprogramm selbständig für eigene Aufgabenstellungen sinnvoll nutzen (B)
- die Grundfunktionen von MS-Powerpoint nennen und wiedergeben (A)
- mit MS-Powerpoint eine anschauliche Präsentation erstellen (B)

Lehrstoff:

MS-Excel, MS-Powerpoint; Darstellung von sportdiagnostischen Untersuchungen

3. Semester (1 Semesterstunde)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- mit MS-Access einfache Tabellen, Formulare und Datenbankabfragen erstellen (A)
- mit MS-Access selbständig eigene Aufgabenstellungen sinnvoll umsetzen (B)
- die Grundfunktionen von Kompozer nennen und wiedergeben (A)
- mit Kompozer anschauliche Webseiten gestalten (B)

Lehrstoff

MS-Access, Kompozer; Erstellen einer Datenbank zur Erfassung leistungsdiagnostischer Daten;

20. Allgemeine Grundausbildung**1. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- ihr Übungsrepertoire von alternativen Bewegungsabläufen an Großgeräten erweitern (C)
- ihre konditionelle Fähigkeiten mittels Zirkeltraining verbessern (B)
- ihr Eigenkönnen von koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten an Großgeräten verbessern (B)
- ihr Eigenkönnen von konditionellen Fähigkeiten an Großgeräten verbessern (B)

Lehrstoff

Vielfältige Übungen zur Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten und der koordinativen Fertigkeiten unter Verwendung von Großgeräten.

2. Semester (2 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- ihr Übungsrepertoire von Bewegungsabläufen mit Klein- und Handgeräten erweitern (C)
- ihr Eigenkönnen von koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten mit Klein- und Handgeräten verbessern (B)
- ihr Eigenkönnen von konditionellen Fähigkeiten mit Klein- und Handgeräten verbessern (B)

Lehrstoff

Vielfältige Übungen zur Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten und koordinativer Fertigkeiten unter Verwendung von Klein- und Handgeräten.

21. Basketball**1. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe:**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die allgemeinen Basketballspielregeln anwenden (B)
- das Regelwerk verschiedener Sportarten aus unterschiedlichen Blickwinkeln themenspezifisch betrachten (Geschichte, Regelwerk, Material, ...)
- das Basketball Regelwerk auf die spezielle Situation im Schulbereich anpassen (B)

- ihre praktische Eigenkompetenz zur Umsetzung und Demonstration spezieller methodischer Maßnahmen in allen Bereichen der Technik, Taktik und des Schiedsrichterns anwenden. (B)
- ein Training für Schul- und Hobbyteams aufgrund trainingswissenschaftlicher und sportartspezifischer Kenntnisse wirksam und zielgruppenadäquat durchführen (B)

Lehrstoff

Offizielle Basketballspielregeln und spezielle Regelauslegung für das Schulspiel Basketball, Verbesserung der basketballspezifischen Fähigkeiten (Kondition – Technik – Taktik) in allen Übungsgebieten im Rahmen bestimmter Übungsgruppen; Festigung des Eigenkönnens; Schiedsrichtern eines Wettspiels und Abwicklung eines Wettspiels als Kampfgericht (Anschreiber, Zeitnehmer und 24 Sekunden Zeitnehmer)

22. Fußball

2. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- ein sportartspezifisches Aufwärmen durchführen (B)
- ein spielorientiertes Fußballtraining gestalten und vielseitig variieren (B)
- die fußballspezifischen Techniken demonstrieren und in Übungsformen umsetzen (B)

Lehrstoff

Spieltraining (Spielmethodik), Techniktraining, Taktiktraining (Individual-, Gruppen- und Mannschaftstaktik), integriertes Konditionstraining;

23. Handball

4. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die vorbereitenden Spiele (Micro-Handball und Midi-Handball) und das Zielspiel in der Grundform durchführen (A)
- diese Spielformen und das Zielspiel als Schiedsrichter (Regelwerk, Sicherheitsmaßnahmen) leiten und kontrollieren (B)
- taktisches Grundverhalten im Spiel umsetzen (B)

Lehrstoff

Micro-Handball und Midi-Handball, Fangen, Passen und Werfen, Sprungwurf und Sprungfallwurf als spezielle Ausführungen; Grundbewegungen in Angriff und Abwehr; individuelles Verteidigen und Verteidigen in der Gruppe; Grundprinzipien der Zusammenarbeit in Angriff und Abwehr; Positionen und Aufgaben in den Basisformationen 1-5 (Abwehr) und 3-3 (Angriff).

24. Volleyball

3. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Grundtechniken (Pritschen, Baggern, Service, Angriff, Block, Verteidigung) praktisch umsetzen (B)
- eine Mannschaftstaktik anwenden (A/B)
- Wettkampfgeln und Bewegungsbeschreibungen wiedergeben (A)
- die Technik und Taktik innerhalb eines Spiels anwenden (B)

Lehrstoff

Vermittlung der Grundtechniken, Taktik und internationales Regelwerk.

25. Tennis

4. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- theoretische Grundbegriffe in den Bereichen Regel- und Materialkunde benennen (A)
- physikalische Grundsätze und deren Einfluss im Tennis (Magnuseffekt, Drallarten) benennen (A)
- einen „tennisidenten“ Sportunterrichts (im Schulbetrieb) aufbauen (B)
- notwendige koordinative Fähigkeiten in Hinblick auf eine Spezialisierung in der Sportart Tennis entwickeln (B)
- tennistechnischen Fertigkeiten (Vorhand, Rückhand, Volley, Slice, Aufschlag) erlernen bzw. bereits vorhandenes Eigenkönnen steigern (B)
- ein tennisspezifisches Technikerwerbstraining praktisch umsetzen (B)

Lehrstoff

Grundlagenwissen zum Thema Tennis in Theorie und Praxis, Verbesserung des Eigenkönnens.

26. Leichtathletik

2. Semester (3 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- sämtliche trainingsspezifischen Maßnahmen zum Erreichen der allgemein gültigen Mindestanforderungen (Limits) in der Sportart „Leichtathletik“ setzen. (A)
- grundlegende Wettkampffregeln basierend auf den jeweils gültigen Wettkampffregeln des Österreichischen und des Internationalen Leichtathletik Verbandes wiedergeben (A) und im eigenen Wettkampf (Prüfungsabnahme) anwenden. (B)
- eine Fehleranalyse und ggf. notwendige Fehlerkorrektur bei sich selbst (Videoanalyse) und bei ihren Mitschülerinnen und Mitschülern (Fremdanalyse) vornehmen. (C)

Lehrstoff

Sprint (100m-Lauf), Ausdauerbewerb (3.000m-Lauf für Schülerinnen/5.000m-Lauf für Schüler), Weitsprung, Speerwurf, Allgemeine Wettkampffregeln und speziell jene der genannten Disziplinen;

4. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe:

Die Schülerinnen und Schüler können:

- sämtliche trainingsspezifischen Maßnahmen zum Erreichen der allgemein gültigen Mindestanforderungen (Limits) in der Sportart „Leichtathletik“ setzen. (A)
- grundlegende Wettkampffregeln basierend auf den jeweils gültigen Wettkampffregeln des Österreichischen und des Internationalen Leichtathletik Verbandes wiedergeben (A) und im eigenen Wettkampf (Prüfungsabnahme) anwenden. (B)
- eine Fehleranalyse und ggf. notwendige Fehlerkorrektur bei sich selbst (Videoanalyse) und bei ihren Mitschülerinnen und Mitschülern (Fremdanalyse) vornehmen. (C)

Lehrstoff:

Kugelstoß, Hochsprung, Hürdenlauf (Technik), Allgemeine Wettkampffregeln und speziell jene der genannten Disziplinen, Erstellung von Wettkampfprotokollen;

27. Schwimmen

3. Semester (3 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Lagen (Brust, Kraul, Rücken, Delfin), Starts und Wenden praktisch umsetzen (B)
- Baderegeln, Wettkampffregeln und Bewegungsbeschreibungen wiedergeben (A)
- Eine Lage (Brust/Kraul) innerhalb eines Wettkampfes (100m/400m) umsetzen (B)

Lehrstoff

Vermittlung der Wettkampflagen und des internationalen Regelwerks;

4. Semester (2 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Techniken der Lagen, des Starts und der Wenden verbessern (B)
- die Vorbereitung und wesentliche bezüglich des Streckentauchen erklären (A)
- versteht einfache biomechanische sportartspezifische Grundsätze (B)
- erkennt Unterschiede und Fehler in der Technikbeobachtung (B)
- eine Lage (Brust/Kraul) innerhalb eines Wettkampfes (100m/400m) umsetzen (B)
- Fertigkeiten beim Ablegen des Helferscheines demonstrieren (B)
- sportartspezifische Trainingsmethoden anwenden (A/B)

Lehrstoff

Verbesserung der Technik und Erarbeitung des Helferscheines.

28. Wasserspringen**3. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- einfache Pflichtsprünge ausführen (1m, 3 m Brett; 5m Turm) (B)
- einfache Pflichtsprünge nach ihrem methodisch Aufbau beschreiben (A)
- einfache Pflichtsprünge korrigieren (C)

Lehrstoff

Regelkunde, Kampfrichtertätigkeit, Wettkampfgorganisation, Kenntnis der Fachliteratur.

29. Gerätturnen**1. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Geräte und zu erlernenden Elemente an diesen Geräten benennen und beschreiben (A)
- Ausführungsqualitäten von geturnten Übungen unterscheiden (A)
- die erarbeiteten Elemente des Gerätturnens selbständig ausführen (B)
- bei erlernten Elementen des Gerätturnens grundlegend Sichern und Helfen (B)

Lehrstoff

Vermitteln von praktischen und theoretischen Kenntnissen des Gerätturnens, Verbessern der körperlichen Voraussetzungen für die einzelnen Geräte, Verbessern des Eigenkönnens.

2. Semester (4 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die einzelnen Elemente in einer Übungsverbindung zeigen (B)
- Übungsverbindungen auf Grund des Regelwerks des Schulturnprogramms „Turn10“ erstellen und zeigen (B)
- in grundlegenden Zügen eigenständig das allgemeine und gerätespezifische Aufwärmen planen und durchführen (B).
- die erlernten Elemente Sichern und Helfen (B)

Lehrstoff

Verstärktes Eingehen auf die im 1. Semester erarbeiteten Grundstrukturen, Steigerung der Übungsanforderungen, Übungsverbindungen, methodische Hilfen, Wettkampfbestimmungen und Wettkampfgorganisation.

30. Gymnastik (Trend-Fit-Wellness)

1. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Bewegungen zum Takt der Musik umsetzen (A)
- einfache erarbeitete Choreographien in Kleingruppen präsentieren (A)
- kleine Choreographien aus Grundschritten selbstständig zusammenstellen (B)

Lehrstoff

Musiklehre, Grundlagen von Rhythmus, Fitness/Aerobic Grundschritte, Step Aerobic, Kinderfitness

2. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- diverse Übungsinhalte und Bewegungsaufgaben korrekt nachmachen und am Ende selbstständig demonstrieren. (A)
- einfache Taktarten erkennen und die Bewegungen rhythmisch korrekt auf den Musikrhythmus abstimmen. (A)
- Bewegungskombinationen (Choreographien) selbstständig, in Abstimmung mit der ausgewählten Musik demonstrieren. (B)
- Zu den gewählten Übungsinhalten schriftliche Protokolle (nach vorgegebenen Kriterien) erstellen. (A)

Lehrstoff

Alle Inhalte aus der Musik-Gymnastik, die der Fitness und Koordinationsverbesserung unter Verwendung von Musik dienen.

6. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- für den betreuten Personenkreis (Zielgruppe) eine Wellness-Stunde planen und eine schriftliche Ausarbeitung, nach den vorgegebenen Kriterien, herstellen. (B)
- eine Wellnes-Stunde anleiten (funktionelles Aufwärmen, dem Stundenziel entsprechende Auswahl differenzierter Trainingsprogramme, sinnvolle regenerative Maßnahmen im Stundenausklang...) (B)
- entsprechende/s Lehrerverhalten, Ordnungsrahmen und Fachwissen über das jeweilige Thema in der Arbeit mit den jeweiligen Zielgruppen korrekt und adäquat anwenden. (B)
- Nach einer Selbstreflexion ihre Meinung zur Leitungsrolle und der praktischen Durchführung darlegen und auf die Rückmeldungen des Lehrenden eine Optimierung des Stundenbildes (schriftliche Analyse) durchführen. (C)

Lehrstoff

Alle Inhalte aus der funktionellen Gymnastik, die der Gesunderhaltung, der Haltungsverbesserung, dem Ausgleich von Dysbalancen und der Regeneration dienen, ohne und mit Verwendung von Hand- und Kleingeräten, sowie fix montierten Geräten;

31. Skilauf

4. Semester (1 Semesterstunde – Kursform)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die theoretischen Grundlagen des alpinen Skilaufs wiedergeben. (A)
- eine Skigruppe sicher auf der Piste führen. (B)
- unter Aufsicht Skiunterricht erteilen. (B)

Lehrstoff

Der Unterricht erfolgt an Hand des österreichischen Skilehrplans. Vermittlung von praktischen und theoretischen Grundlagen (Verbessern des Eigenkönnens; Sicherheit im alpinen Gelände, Bewegungslehre, Methodik, Schnee- und Lawinenkunde, Erste Hilfe und Rettungsmaßnahmen, Materialkunde;).

6. Semester (1 Semesterstunde – Kursform)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die theoretischen Grundlagen des alpinen Skilaufs anwenden. (B)
- eine Skigruppe sicher im organisierten Skiraum führen. (B)
- selbständig Skiunterricht erteilen und Fehlerkorrekturen vornehmen. (B)
- einen Skikurs mitgestalten. (B)

Lehrstoff

Der Unterricht erfolgt an Hand des österreichischen Skilehrplans. Weiteres Verbessern des Eigenkönnens, Vertiefung der im 4. Semester erarbeiteten praktischen und theoretischen Kenntnisse. Wissen um Skikurs- und Wintersportorganisation und deren Gestaltung.

32. Eislaufen**3. Semester (1 Semesterstunde)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- sämtliche trainingsspezifischen Maßnahmen zum Erreichen der allgemein gültigen Mindestanforderungen (Prüfungselemente) in der Sportart „Eislaufen“ setzen. (A)
- grundlegende Wettkampffregeln basierend auf den jeweils gültigen Wettkampffregeln des Österreichischen und des Internationalen Eishockey- und Eiskunstlauf-Verbandes wiedergeben und im eigenen Wettkampf (Prüfungsabnahme) anwenden. (B)
- methodisches und didaktisches Vorwissen im Unterricht der Sportart Eislaufen anwenden. (B)
- ihr Wissen über sämtliche Sicherheitsmaßnahmen im Eislaufunterricht richtig anwenden. (A)

Lehrstoff

Eiskunstlauf Basiselemente (ABC-Prüfung d. Österr. Eiskunstlaufverbandes), Sicherheit im Eissport, Eissportarten.

33. Behindertensport**3. Semester (1 Semesterstunde)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- sich im Anlassfall gedanklich mit der Thematik Bewegung und Sport für Menschen mit Behinderung, auseinandersetzen (A)
- aus den gelehrten Inhalten (Behinderungsgruppen, Behindertensport-Organisationen, adaptierte Sportarten) relevante Informationen wiedergeben (A)
- selbsterprobte Sportarten (Sitzspiele, Rollstuhl-Basketball, Torball) beschreiben und die Grundregeln und Spielideen anwenden (B)
- die Grundtechniken des Rollstuhlfahrens anwenden (B).

Lehrstoff

Aufgaben und Ziele des Behindertensports, Einführung in verschiedene Behinderungsformen, Ziel- und Inhaltsbestimmung spezieller Sportarten im Behindertensport.

34. Massage – Taping**2. Semester (2 Semesterstunden)**

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die Wirkung der klassischen Massage erläutern (A)
- Kontraindikationen für Massage aufzeigen (A)
- die Wirkung der einzelnen Grifftechniken erklären (A)
- eine einfache Massage und einfaches Taping am gesunden Klienten durchführen (B)

Lehrstoff

Begriffsbestimmungen, Kontraindikationen, allgemeine Behandlungsgrundsätze, Grifftechniken, befundorientierter Behandlungsaufbau, Palpation am gesunden Gewebe, historische Entwicklung der Massage

35. Regenerations- und Ausgleichsgymnastik**1. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- diverse Übungsinhalte und Bewegungsaufgaben korrekt nachmachen und am Ende selbständig demonstrieren, sowie unterschiedliche Entspannungstechniken erlernen und wahrnehmen. (A)
- zu den jeweiligen Übungsinhalten schriftliche Protokolle (nach vorgegebenen Kriterien) verfassen und in weiterer Folge selbständig ergänzen. (A)

Lehrstoff

Alle Übungsinhalte, die der Regeneration, der Haltungsverbesserung und der Vorbeugung muskulärer Dysbalancen dienen.

4. Semester (2 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- ein sensomotorisches Training – lokale Gelenksstabilisation in Theorie und Praxis durchführen (B)
- gymnastische Übungen zur Erhöhung der Grundkraft in einzelnen Gelenkssystemen der Wirbelsäule in Abhängigkeit der verschiedenen Winkelpositionen und einer vollen Bewegungsamplitude (ROM) nennen und anwenden (B)
- ein funktionelles Krafttraining und die Ansteuerung der verschiedenen Muskelketten zur Verbesserung der intermuskulären Koordination und Körperwahrnehmung definieren und durchführen (B)
- die konditionelle Entwicklung der Rumpf- und Stützkraft vorantreiben (B)

Lehrstoff

Langfristige Rumpf- und Stützkraftentwicklung.

5. Semester (2 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- theoretische Kenntnisse und Fertigkeiten (1. und 4. Semester) in der Arbeit mit Gruppen anwenden. (B)
- das Übungsrepertoire zielgruppenadäquat anpassen bzw. variieren und selbstständig kreativ erweitern. (B)
- für den betreuten Personenkreis eine Trainingseinheit strukturieren und einen auf den aktuellsten Erkenntnissen beruhenden Übungsbetrieb durchführen. (B)
- Präventivmaßnahmen als Voraussetzung für körperliche Belastungen (Herz-Kreislaufsystem, Bewegungsapparat und psychische Aspekte) setzen. (B)
- verschiedene regenerative Bewegungsabläufe analysieren. (C)

Lehrstoff

Anwendung vielfältiger Lernverfahren und Trainingsmethoden, Lehrproben, Reflexion und neuste Trends im Fitness- und Gesundheitssport.

36. Konditions- und Koordinationsschulung

3. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die verschiedenen Trainingsmethoden den zu trainierenden motorischen Grund- und Komplexeigenschaften zuordnen. (A)
- Ausdauer-, Schnelligkeits-, Schnellkraft-, Kraft- (mit Eigenlastmeisterung) und Koordinationstrainingsübungen demonstrieren, erklären und Wirkungen auf Haupt- und Hilfsmuskeln zuordnen (B)
- eigenständig eine Trainingseinheit mit vorgegebenen Inhalten planen und durchführen. (B)

Lehrstoff

Praktische Maßnahmen (zB Trainingsformen, Betriebs- und Organisationsformen) unter Eigenlastmeisterung in der Turnhalle und am Sportplatz/im Gelände, die für das Erarbeiten richtiger Voraussetzungen zum Ausüben einzelner Sportarten notwendig sind. Aneignung eines Übungsschatzes (Grund- und Spezialübungen), praktische Umsetzung der Inhalte der allg. Trainingslehre.

4. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die verschiedenen Trainingsmethoden den zu trainierenden motorischen Grund- und Komplexeigenschaften zuordnen. (A)
- eigenständig eine Trainingseinheit mit vorgegebenen Inhalten planen und durchführen. (B)
- Krafttrainingsübungen mit Eigen- und Fremdlastmeisterung demonstrieren, erklären und die Wirkungen auf Haupt- und Hilfsmuskeln zuordnen (B)
- Übende ins Gerätetraining einführen, beaufsichtigen (Kontrolle der korrekten Ausführung, Sichern und Helfen, Sicherheitsmaßnahmen bei den einzelnen Geräten erklären und prüfen) (B)
- Einfache zielgruppengerechte Trainingspläne erstellen (B)

Lehrstoff

Praktische Maßnahmen (z.B. Trainingsformen, Betriebs- und Organisationsformen) unter Fremdlastmeisterung in der Kraftkammer, die für das Erarbeiten richtiger Voraussetzungen zum Ausüben einzelner Sportarten notwendig sind. Aneignung eines Übungsschatzes, Krafttrainings-Grund- und Spezialübungen, Varianten, Gerätekunde, Sichern und Helfen, einfache zielgruppengerechte Trainingsplanung, praktische Umsetzung der Inhalte der allgemeinen Trainingslehre (mit Schwerpunkt auf Kraft).

37. Praktisch-methodische Übungen

Praktisch-methodische Übungen: Allgemein-, Kinder-, Jugend- und Seniorensport

1. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- bei dargebotenen Sportstunden methodische Grundsätze erkennen. (A)
- einem vorgegebenen Ordnungsrahmen folgen. (A)
- schriftlich verfasste Stundenvorbereitungen (Stundenprotokolle) lesen und verstehen. (A)
- Sportstunden hinsichtlich ihres Stundenaufbaues (Stundenteile) gliedern und Inhalte den unterschiedlichen Stundenteilen richtig zuordnen und wiedergeben. (A)

Lehrstoff

Stundengliederung und – Aufbau, methodische Grundsätze, Ordnungsrahmen.

2. Semester (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- unterschiedliche Qualitätsebenen von dargebotenen Sportstunden benennen (Inhaltsebene, Methodik Lehrverhalten) und anhand der im Vorsemester erarbeiteten Strukturen bewerten. (B)
- zu vorgegebenen Stundenthemen passende Inhalte finden und vor der Gruppe präsentieren. (B)
- das Übungsgut und die entsprechenden Sportgeräte richtig und zweckmäßig einsetzen und anwenden. (B)
- ein Stundenprotokoll (Stundenvorbereitung) eigenständig verfassen. (B)

Lehrstoff

Stundenplanung in Form von Gruppenarbeiten, Erstellung von Stundenprotokollen (Einzelarbeit), Recherche und Anwenden von Informationen aus der Fachliteratur;

3. Semester (1 Semesterstunde)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- eine Unterrichtseinheit zu vorgegebenen Themen eigenständig planen (B)
- diese geplanten und schriftlich zusammengefassten Stunden didaktisch und methodisch richtig umsetzen (B)
- im Anschluss in Diskussion mit Teilnehmern und Beobachtern reflektieren und analysieren. (C)

Lehrstoff

Stundenplanung in Form von Einzelarbeiten, Erstellung von Stundenprotokollen, Reflexion und Korrekturen;

5. Semester (5 Semesterstunden)

Primarstufe (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Rolle, Funktion, Prinzip der Verantwortung und Lehrverfahren anwenden (C)
- Einheiten altersspezifisches Gestalten und methodische Hilfsmittel, Lehrmethoden, Lehr- und Lernstufen und Betriebsweisen adäquat anwenden (C)
- Deutsch als Unterrichtssprache und Fachsprache einsetzen (C)
- übungsadäquates "Helfen und Sichern richtige anwenden (C)
- ihr Übungsrepertoire der Zielgruppe entsprechend anpassen, variieren und selbstständig kreativ erweitern (C)

Lehrstoff

Gestaltung von Übungseinheiten dieser Altersgruppe.

Sekundarstufe (2 Semesterstunden)

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- in der Aufwärmphase folgende Stufen: Allgemeines Erwärmen, sportartspezifisches-koordinatives Erwärmen, Kräftigungsübungen und sportartspezifische Dehnübungen durchführen.(B)
- in den Hauptteilen die methodische Übungsreihe mit vorbereitenden Übungen, Vortübungen und Zielübungen durchführen.(B)
- die Übungsreihen, abgestimmt auf die Schülergruppe die serielle Übungsreihe (Aufgliederung in funktionelle Teileinheiten, Bewegung-Fertigkeitsteil, Endsituation) und die Übungsreihe mit verminderter Lernhilfe (Bewegung-Zielfertigkeit, Ähnlichkeit mit der Endsituation) in der Praxis anwenden.(B)
- die Punkte Lehrverhalten, Sprache, Ordnungsrahmen und Fachwissen über das jeweilige Thema in der Arbeit mit der SchülerInnengruppe anwenden, sowie Gefahrenquellen (Raum, Gerät, Personen) erkennen und beseitigen(B)
- nach einer Selbstreflexion ihre Meinung zu der Leitungsrolle und der praktischen Durchführung darlegen.(C)

Lehrstoff

In den PMÜ – Allgemein des 5. Semesters wird auf alle im Turnsaal möglichen Bewegungshandlungen (ohne und mit Gerät) eingegangen. Einen hohen Stellenwert nehmen der methodische Aufbau und die methodischen Hilfsmittel, die Sicherheitsvorkehrungen, sowie die Abstimmung der Übungen auf die jeweilige Schülergruppe ein.

Senioren (1 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- das theoretische und praktische – in den Vorsemestern erworbene allgemeine pädagogische Wissen – an die Zielgruppe „Senioren“ adaptieren (B)
- zu vorgegebenen Stundenthemen passende Inhalte finden und vor der Gruppe präsentieren. (B)
- das Übungsgut und die entsprechenden Sportgeräte zielgruppenorientiert richtig und zweckmäßig einsetzen und anwenden. (B)
- eine komplette Unterrichtseinheit eigenständig zu vorgegebenen Themen planen (B)
- diese geplanten und schriftlich zusammengefassten Stunden didaktisch und methodisch richtig und zielgruppenorientiert umsetzen (B)
- im Anschluss in Diskussion mit Teilnehmern und Beobachtern reflektieren und analysieren. (C)
- Fehler (Eigen- und Fremdfehler) erkennen und korrigierende Maßnahmen setzen. (C)

Lehrstoff

Stundenplanung Erstellung von Stundenprotokollen, Recherche und Anwenden von Informationen aus der Fachliteratur.

6. Semester (4 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- eigenständig die Organisation und Durchführung einer Trainingseinheit in einer Sportart, die nicht im Regelunterricht vorgesehen ist, planen und in die Praxis umsetzen (B)
- eine Fremd- und Eigenanalyse durchführen (C)

Lehrstoff

Kontaktaufnahme mit Institutionen; Erstellung einer Ausschreibung, eines Folders, eines Organisationsplans; praktische Umsetzung der Einheit nach methodisch, didaktischen Prinzipien;

38. Praktisch-methodische Übungen – Gerätturnen**4. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die in den Semestern 1+2 erlernten Übungen methodisch aufbauen (B).
- Ausführungsfehler erkennen und korrigieren (B).
- Turngeräte unter Berücksichtigung aller sicherheitsrelevanten Aspekte selbstständig auf- und abbauen (B).
- die erlernten Elemente Sichern und Helfen anwenden (B).
- Gefahrenquellen erkennen und entsprechende Maßnahmen treffen diese Gefahren abzuwenden (B).
- das erlernte Repertoire der ersten 3 PMÜ-Semester – unter Beachtung der methodischen Kriterien – spontan und flexibel variieren und situationsbedingt adaptieren (C).
- die erlernten Stundeninhalte – für die jeweiligen Zielgruppen passend – kreativ erweitern und emotional bereichern (C).
- die entsprechenden Übungseinheiten hinsichtlich ihrer Qualität (Intensität, Effizienz, Sicherheit und Kreativität) analysieren und beurteilen (C).

Lehrstoff

Der methodische Aufbau der in den Turnsemestern erlernten Elemente wird im Rahmen von Lehrauftritten präsentiert und analysiert. Grundlage und Organisation des Wettkampfprogrammes „Turn 10“ für Schule und Verein. Spielerische und kreative Bewegungsmöglichkeiten an den Turngeräten.

39. Praktisch-methodische Übungen – Leichtathletik**6. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- den Unterricht und das Training der in der Praxis (2. und 4. Semester) erlernten Disziplinen gemäß methodischer Grundsätze erfolgreich gestalten (B)

Lehrstoff

Wissen um das sportspezifische Training der in der Praxis erlernten einzelnen Leichtathletikdisziplinen, Methodischer Aufbau sowie Gestaltung des Ordnungsrahmens in den Trainingseinheiten, Erkennen und Ansprechen von Fehlern und deren Korrekturmaßnahmen, Wissen um Fragen der Bewegungskoordination („Technik“);

40. Praktisch-methodische Übungen – Aktivitäten im Wasser**5. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die notwendigen Fertigkeiten im Hinblick auf Wasserbewältigung (Wassergewandtheit und Wasservertrautheit) in altersgerechter Form vermitteln (B)
- Entscheidungen in Bezug auf die Erstschwimmlage (Wechselzug oder Gleichzug) sinnvoll treffen und entsprechend argumentieren (B)
- die wesentlichen Technikmerkmale der vier Hauptschwimmarten analysieren, mittels methodischer Übungsreihen entwickeln und mittels technischer Geräte (über und unter Wasser) eine Feinjustierung der Technik vornehmen (C)
- durch Beachtung didaktisch-methodischer Grundlagen aufgrund von Lehrauftritten und Unterrichtstätigkeiten einen effizienten Lernertrag sichern (B)
- wesentliche sicherheitstechnische Anforderungen für den Schwimmunterricht erfüllen (C)
- durch organisatorisches Vermögen Wettkämpfe in spielerischer und leistungsspezifischer Ausprägung veranstalten (B)
- Anforderungen an die Sportstättenbeschaffenheit und ihre Wichtigkeit für einen optimalen Lernerfolg erkennen (C)

Lehrstoff

Gleitübungen in verschiedenen Körperlagen, spezifische Übungen zur Technik, wie Kontrastübungen und Kombinationsübungen. Start- und Wendetechnik, Tauchen mit geöffneten Augen, Erwerb des österreichischen Retterschwimm Scheins;

41. Praktisch-methodische Übungen – Spiele, Freizeit, Animation**1. Semester (2 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- kleine Spiele (indoor und outdoor) für unterschiedliche Zielgruppen – unter Berücksichtigung der Besonderheiten und Bedürfnisse dieser Gruppe – situationsangepasst auswählen. (A)
- einen situationsangepassten Ordnungsrahmen gestalten (A)

Lehrstoff

Kennenlernen von „Kleinen Spielen“ (indoor und outdoor) für unterschiedliche Zielgruppen und Einsatzbereiche. Situationsangepasstes Auswählen, Planen, Anleiten und Umsetzen unter der Berücksichtigung der Besonderheiten und Bedürfnisse der Zielgruppe.

3. Semester (2 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- alternative Spiele in ihren Grundformen erklären und vermitteln (Regelwerk, Taktik, Sicherheitsmaßnahmen) (B)
- vorbereitende Spielformen und Varianten zum schnellen und richtigen Ansteuern des Zielspieles erläutern und durchführen (B)

Lehrstoff

Hockeyvariationen; Gleit-Fußballvariationen; Frisbee-Varianten; Linienball; Flag-Football; Lacrosse; Baseball; Dodge-Ball; Kin-Ball; Micro-Handball; Midi-Handball;

4. Semester (2 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- Bewegungs- und Trainingsprogramme bei unterschiedlicher Zielsetzung und Zielgruppen planen und umsetzen (B)
- ihren Lehrauftritt methodisch vorbereiten, umsetzen und organisatorisch richtig präsentieren (B)
- eine Veranstaltung (Kindersportfest) planen, organisieren und durchführen (B)

Lehrstoff

Bewegungs- und Trainingsprogramme, aktuelle Bewegungstrends, Sportanimation, Sportkursgestaltung; Organisation eines Kindersportfestes;

42. Spezielle Trainingslehre**5. Semester (1 Semesterstunde)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die in den vorhergehenden Semestern erworbenen Kenntnisse der allgemeinen Trainingslehre auf die sportartspezifischen Besonderheiten umlegen (B)
- darauf aufbauend die zusätzlichen speziellen Trainingsmethoden zielgruppengerecht in die theoretische Trainingsplanung übernehmen (B)
- umfassende kurz- und langfristige, zielgruppengerechte Trainingspläne für Anfänger und Fortgeschrittene erstellen und evaluieren (C)
- einfach Trainingspläne für Leistungssportler erstellen (B)

Lehrstoff

Grundbegriffe und Grundprinzipien im Training der gewählten Sportart, langfristiger zielgruppen-, leistungs- und altersgerechter Trainingsaufbau, allgemeine, spezielle und leistungssteigernde Trainingsprinzipien für alle Leistungsstufen, Periodisierung, Erstellen von Jahresplänen;

43. Spezielle Bewegungslehre und Biomechanik**6. Semester (1 Semesterstunde)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- sportartbezogene Fragen der Sportmotorik und der sportmotorischen Eigenschaften erläutern (A)
- sportartbezogene Bewegungsabläufe und ihrer Beeinflussung analysieren, beurteilen und die Erkenntnisse daraus in die Trainingspraxis umsetzen (C)

Lehrstoff

Spezielle Fragen und Probleme der Biomechanik, spezielle Testverfahren, Technikschiulung, Kenntnis der speziellen Fachliteratur;

44. Spezielle Didaktik und Methodik**6. Semester (1 Semesterstunde)**

Bildungs- und Lehraufgabe

Die Schülerinnen und Schüler können:

- sportartbezogene Ziel- und Inhaltsbestimmungen, sportartspezifische Lehrmethoden und Trainingszielkontrollen erstellen bzw. analysieren (C)
- ein Training sinnvoll gestalten (B)

Lehrstoff

Spezielle Fragen einer sinnvollen Trainingsgestaltung, Kenntnis der speziellen Fachliteratur.

45. Spezielle praktisch-methodische Übungen**5. Semester (4 Semesterstunden)****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die verschiedenen Trainingsmethoden den zu trainierenden motorischen Grund- und Komplexeigenschaften zuordnen. (A)
- eigenständig eine Trainingseinheit mit vorgegebenen Inhalten planen und durchführen. (B)

Lehrstoff

Praktische Maßnahmen (z.B. Trainingsformen, Betriebs- und Organisationsformen) die für das Erarbeiten richtiger Voraussetzungen zum Ausüben einzelner Sportarten notwendig sind. Aneignung eines einfachen Übungsschatzes.

6. Semester (4 Semesterstunden)**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Schülerinnen und Schüler können:

- die verschiedenen Trainingsmethoden den zu trainierenden motorischen Grund- und Komplexeigenschaften zuordnen. (A)
- eigenständig eine Trainingseinheit mit vorgegebenen Inhalten planen und durchführen. (B)
- zielgruppengerechte langfristige Trainingspläne erstellen, beaufsichtigen und evaluieren (C)
- Sportartspezifische Leistungstests zur Einstufung der Trainierenden durchführen (C)

Lehrstoff

Praktische Maßnahmen (z.B. Trainingsformen, unterschiedliche Trainingsmethoden), die für das Erarbeiten richtiger Voraussetzungen zum Ausüben einzelner Sportarten notwendig sind. Aneignung eines Übungsschatzes mit umfangreicher Übungsauswahl. Zielgruppengerechte Trainingsplanung für Anfänger- bis Leistungsniveau.