

Schulinterner Lehrplan

Wahlpflichtfach Sportbiologie + Sporthelfer*Innenausbildung SH1

Gymnasium NRW, Jg. 9–10

1. Kursbezeichnung: Sportbiologie, SpoBi

2. Inhaltliche Schwerpunkte:

Grundsätzlich richtet sich das Fach Sportbiologie nach den Kompetenzen in den Kernlehrplänen NRW und den schulinternen Lehrplänen der MINT-Fächer. Nach Möglichkeit sollen keine Unterrichtsvorhaben behandelt werden, die regulär in diesen Lehrplänen vorgesehen sind, es sei denn, sie werden vertiefend behandelt. Auch soll nach Möglichkeit kein Unterrichtsvorhaben aus der gymnasialen Oberstufe vorgezogen werden, um eine thematische Doppelung zu vermeiden. Die Sporthelfer*Innenausbildung richtet sich nach den Vorgaben und Empfehlungen der Sportjugend NRW.

3. Fachliche Schwerpunkte:

Grundsätzlich gilt, dass fächerübergreifende Unterrichtsinhalte mit hohem Alltags- und Praxisbezug behandelt werden. Die Auswahl und die Gewichtung der Themen können je nach Interessenlage der Schüler*innen variiert werden:

Halbjahr 9.1: „Kraft“ (Anatomie und Funktion des Bewegungsapparats, Methoden des Krafttrainings, Messverfahren der Kraft)

Halbjahr 9.2: „Sporthelfer*Innenausbildung SH1“ (grundlegende Fähigkeiten in der Planung von Übungen, der Ersten Hilfe und der Vermittlung von sportlichen Inhalten)

Halbjahr 10.1: „Ausdauer, Sporternährung“ (Organe und ihre Funktion bei der Energiegewinnung, Methoden des Ausdauertrainings, Messverfahren der Ausdauer, sportspezifische Ernährung)

Halbjahr 10.2: „Beweglichkeit, Sportpsychologie“ (Anatomie und Funktion der Muskelschlingen, Methoden zur Förderung der Beweglichkeit, Anatomie und Funktion des Hormon- und Nervensystems, Stress und Entspannung im und durch Sport)

4. Kompetenzziele:

Erkenntnisgewinnung: Ausgehend von der eigenen Sportpraxis führen Fragestellungen und Beobachtungen durch Zuhilfenahme von biologischen Experimenten und Fachinhalten zu Erkenntnissen. Andererseits sind aber auch biologische Fragestellungen der Ausgangspunkt für eine Erkenntnisgewinnung durch sportpraktische Erfahrung.

Fachwissen und Verständnis: Die Schüler*Innen verstehen, wie biologische Strukturen und Prozesse des menschlichen Körpers einerseits die Voraussetzung für sportliche Leistung sind und andererseits durch sportliches Training verändert werden können.

Bewertung und Reflexion: Die Schüler*Innen gestalten ihre eigene sportliche Tätigkeit effektiv und gesundheitsbewusst und entwickeln sie ein reflektiertes Körperbewusstsein.

Methodenkompetenz: Die Schüler*Innen sind in der Lage, biologische und sportwissenschaftliche Methoden zur Erkenntnisgewinnung anzuwenden, Daten zu erheben, auszuwerten und zu präsentieren.

Kommunikation: Die Schüler*Innen können sportbiologische Sachverhalte klar und fachgerecht in verschiedenen Formen (mündlich, schriftlich, digital) darstellen und diskutieren.

Handlungskompetenz: Die Schüler*Innen entwickeln Fähigkeiten, um verantwortungs- und gesundheitsbewusst mit sich selbst und mit anderen im Sport umzugehen und einen gezielten Trainingsprozess zu gestalten.

5. Methoden und Arbeitsformen:

Die Unterrichtsgestaltung legt einen Schwerpunkt auf das praktische und handlungsorientierte Arbeiten. Beispiele aus dem Fach Biologie sind die Lichtmikroskopie von Muskelzellen, die Sektion von Hühnerbeinen und Schweineherzen und Messverfahren zur Puls- und Atemmessung. Beispiele aus dem Fach Sport sind die Erstellung eines individuellen Kraft- und Ausdauertrainings und die Probung unterschiedlicher Entspannungsmethoden. Dabei findet ein Wechsel verschiedener Arbeitsformen vom Lehrervortrag bis zur Projektarbeit statt.

6. Medien und Material:

Zur Erarbeitung der Unterrichtsinhalte werden Schulbücher aus dem Biologie- und Sportunterricht genutzt, außerdem fachwissenschaftliche und populärwissenschaftliche Artikel aus dem Internet sowie filmische Beiträge aus verschiedenen Internetquellen wie z.B. youtube oder die öffentlich-rechtlichen Mediatheken. Für die Sporthelfer*Innenausbildung werden Materialien über die Internetdatenbank „dbmat“ durch die Sportjugend NRW zur Verfügung gestellt.

Zudem werden nach Möglichkeit außerschulische Lernorte aufgesucht, wie der Besuch eines Fitnessstudios, der sportmedizinischen Fakultät der Uni Paderborn, der Kletterhalle in Brakel und der Schulküche der Realschule.

7. Leistungsbeurteilung:

Die Leistungsbeurteilung richtet sich nach den schulinternen Vorgaben für die Sek. I und den Vorgaben zur Leistungsbewertung der MINT-Fachschaften. Je Halbjahr werden zwei Kursarbeiten geschrieben, die einen zeitlichen Umfang von bis zu 90 Minuten umfassen sollen. Der Durchschnitt der schriftlichen Arbeiten zählt in etwa 50% der Zeugnisnote des Halbjahres. Je Schuljahr darf eine der vier schriftlichen Arbeiten durch eine, dem Anspruch und den Anforderungen entsprechende, alternative Leistung ersetzt werden.

8. Evaluation / Fortentwicklung:

Durch folgende Methoden findet eine Evaluierung und eine sich daraus ergebene Fortentwicklung des Unterrichtskonzepts statt:

- Auswertung des Wahlverhaltens der Schüler*Innen bei der Wahl der WP-Fächer
- Erhebung von Rückmeldungen zum Interesse an den einzelnen Unterrichtsthemen, Methoden und Sozialformen
- Kommunikation mit Schüler*Innen und Sportvereinen über aktuelle Interessen und Entwicklungen im Sport, sowie Studie von aktuellen Fachartikeln zu sportbiologischen Inhalten
- Evaluation anhand der Leistungsüberprüfung, ob die angestrebten Inhalte tatsächlich vermittelt werden.
- Prüfung, ob und wie das Fach Impulse für schulische Entwicklung, Wettbewerbe oder außerschulische Aktivitäten gibt.