

Sport- / Bewegungskonzeption

1. Grundlagen

1.1 Leitgedanken

Über Bewegung begreifen und erschließen sich SchülerInnen ihren Lebensraum. Sie machen **sinnliche, körperliche, materiale und soziale Erfahrungen**, durch die ihr **Selbstvertrauen** und ihre **Selbstständigkeit** gestärkt und erweitert werden.

Der Bildungsbereich „Bewegung“ umfasst **alle Aktivitäten** von Bewegtwerden über geführte, unterstützte Bewegung bis hin zur selbstständigen und selbsttätigen Bewegung. Bewegung leistet einen umfassenden Beitrag

zur **körperlichen, geistigen, sozialen und emotionalen Entwicklung** von Kindern und Jugendlichen und damit zur **Ausbildung der eigenen Persönlichkeit**.

SchülerInnen entwickeln über Bewegung und sportliche Aktivitäten **Körperbewusstsein**, erfahren **Selbstwirksamkeit**, schulen ihre **Kreativität**, die Wahrnehmung der eigenen **Belastbarkeit** sowie von **Leistungsgrenzen** und die adäquate Einschätzung von Alltagssituationen und Gefahren. Sie lernen

Regeln und Fairplay zu akzeptieren, Konflikte auszutragen, **Toleranz und Rücksicht** zu üben, sich gegenseitig zu **helfen** und zu **unterstützen**.

SchülerInnen lernen im Sport- / Bewegungsunterricht **verschiedene Bewegungsabläufe** kennen, verbessern **konditionelle und koordinative Fähigkeiten**, erweitern ihre **sportlichen Fertigkeiten**, wenden sportliches Können in **Sportarten** an und stärken ihr **Selbstbewusstsein**.



1.2 Bewegung als Unterrichtsprinzip

Bewegung ist **Unterrichtsprinzip**, verbindet Rhythmus, Sprache, Musik und kreatives Handeln. Neben dem eigentlichen Sport- / Bewegungsunterricht wird **Bewegung in verschiedenen weiteren Bildungsbereichen** als wichtiges Element der schulischen Förderung eingesetzt (z. B. bewegter Morgenkreis, Bewegungselemente im Musikunterricht / Chor, bewegter Mathematik- / Deutschunterricht).

Darüber hinaus wird im Rahmen des Ganztagsangebots der Klosterbergschule auf einen **rhythmisierten Wechsel zwischen Arbeits-, Spiel- und Erholungsphasen** geachtet, der dem Bedürfnis nach Bewegung gerecht wird.

1.3 Lernumgebung und bewegte Pause

Die Unterrichtsräume und die schulische Lernumgebung werden den **Lernbedürfnissen von SchülerInnen mit sonderpädagogischem Bildungsanspruch** im geistigen, körperlichen und motorischen Bereich angepasst (z. B. individuelle Lern- und Arbeitsplätze, Ruhe- und Spielbereiche im Klassenzimmer, Bewegungs- und K-Räume).

Bei der Gestaltung des Schul- und Pausenhofes wird darauf geachtet, dass den SchülerInnen eine ihren Interessen entsprechende **bewegungsfreundliche Umgebung** (z. B. Kletter- / Spielturm, Schaukeln) zur Verfügung steht sowie **bewegungsfördernde Pausenaktivitäten** (z. B. Fahrzeuge, Fußballspielen) angeboten werden.

2. Organisation und Unterrichtsstruktur

2.1 Unterrichtsangebote zur Bewegungsförderung

- **Sportunterricht**
(in allen Stufen; mit vorgegebenen Anzahlen von Stunden)
- **Schwimmunterricht**
(wöchentlich in allen Stufen; auch: K-Schwimmen)
- **Bewegungsförderung in der K-Gruppe**
(als zusätzliches unterrichtliches Angebot für SchülerInnen mit sonderpädagogischem Bildungsanspruch im körperlich-motorischen Bereich; Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung für SchülerInnen mit komplexen Beeinträchtigungen; vgl. K-Konzeption)
- **besondere Sport- / Bewegungsangebote**
(z. B. Fußball-AG, (K-)Fitness-Gruppe, Kletter-AG; siehe auch 4.1)
- **Sportveranstaltungen**
(z. B. Sportfest, Schwimmfest, Special Olympics; siehe auch 4.2 / 4.3)



2.2 Organisation des Sportunterrichts

- **Grundstufe, Hauptstufe I / II**
Der Sportunterricht der Grundstufe, Hauptstufe I / II findet in heterogenen Gruppen gemeinsam im Klassenverband (je zwei oder drei Klassen einer Stufe) in der Turnhalle und im Mehrzweckraum der Klosterbergschule statt.
SchülerInnen mit sonderpädagogischem Bildungsanspruch im körperlich-motorischen Bereich nehmen im Regelfall an diesem Angebot teil.
- **Berufsschulstufe**
In der Berufsschulstufe findet der Sportunterricht aufgrund der vorhandenen Hallenkapazitäten klassenübergreifend für alle Berufsschulstufen-Klassen gemeinsam in einer extern angemieteten Sporthalle statt.
SchülerInnen mit sonderpädagogischem Bildungsanspruch im körperlich-motorischen Bereich werden zeitgleich in der K-Gruppe im Bereich Bewegungsförderung unterrichtet.

2.3 Anzahl der Unterrichtsstunden Sport / Schwimmen

- **Grundstufe, Hauptstufe I / II**
Jede Klasse der Grundstufe, Hauptstufe I / II hat zwei Unterrichtseinheiten (im Regelfall jeweils eine Doppelstunde) Sport / Bewegungsförderung pro Woche (= 4 Stunden Sport pro Woche). Hinzu kommen zwei Stunden Schwimmen pro Woche.
- **Berufsschulstufe**
In der Berufsschulstufe wird eine Unterrichtseinheit Sport / Bewegungsförderung (= 2 Stunden) und zwei Stunden Schwimmen pro Woche angeboten

2.4 weitere organisatorische / strukturelle Aspekte

- **Verbindung mit dem Bereich selbstständige Lebensführung**
Der Sport- / Schwimmunterricht bietet eine gute Möglichkeit für das Erlernen und Üben von Kompetenzen aus dem Bereich der selbstständigen Lebensführung (z. B. selbstständiges Umziehen, Körperhygiene / Duschen). Die Förderung dieser Kompetenzen stellt einen weiteren wichtigen Aspekt im Zusammenhang mit dem Sport- / Schwimmunterricht dar (z. B. ab der Hauptstufe II: Duschen nach dem Sportunterricht).
- Der Sport- / Schwimmunterricht wird **im Team der beteiligten Lehrkräfte vorbereitet und verantwortet**. Es wird angestrebt, dass – sofern personell möglich – jeweils eine **Sportlehrkraft** sowie bei heterogenen Sportgruppen mit K-SchülerInnen auch eine **Fachlehrkraft K** mit im Lehrkräfte-Team ist.
- Im **Mehrzweckraum** werden in regelmäßigen Abständen für **längere Zeiträume** (ca. 4 Wochen) im Wechsel **verschiedene Bewegungsangebote** bereit gehalten:
 - **Kletter-Parcours** mit **CUBE-Elementen**
 - **Airtramp**
 (Aufbau durch Mitglieder des AK Sport)



3. Sport- / Bewegungskurriculum – Inhalte des Sport- und des Schwimmunterrichts

Folgende Inhalte und Ziele bilden die Grundlage und Schwerpunkte des **Sportunterrichts** in der jeweiligen Schulstufe.

Zu beachten sind darüber hinaus die **Ziele und Inhalte der Bildungspläne** – sowohl des Bildungsplans für SchülerInnen mit sonderpädagogischem Bildungsanspruch im **geistigen**, wie auch im **körperlich-motorischen Bereich**.

Grundstufe

Inhalt	Ziele / Lernaspekte	Beispiele
Spiele	Erwerb grundlegender Spielfähigkeit und sozialer Handlungsfähigkeit Kennenlernen von Spielen mit und ohne Geräte, Regeln kennenlernen / einhalten	Fang- / Lauf- / Versteckspiele

<p>Bewegungsformen</p>	<p>aktives und passives Bewegen <u>passiv</u>: rollen, berühren, streicheln, massieren, klopfen, schieben, ziehen, drehen, werfen, schaukeln, wippen Bewegen verschiedener Körperteile, Bewegung mit Geräten wie Transport-, Vibrations- und Schaukelgeräten, Trampolin <u>aktiv</u>: robben, kriechen, gehen, laufen, hüpfen, springen, klettern, drehen, rollen, schaukeln, hüpfen, Treppen steigen.</p> 	<p>verschiedene Schaukeln wie Wannenschaukel, Bauchliegeschaukel, Trampolin, Einsatz von Rollbrettern</p> <p>Mattenschaukel mit 3 Reifen und einer Matte, Kriechtunnel, Bänke</p>
<p>Bewegungslandschaften</p>	<p>Erwerb und Festigung konditioneller und koordinativer Fähigkeiten, Förderung der Kreativität und Fantasie, soziale und emotionale Erfahrungen, Erhöhung der Bewegungszeit, Differenzierung, Schulung der motorischen Grundfähigkeiten</p>	<p>verschiedene Kletterstationen wie Cube, Erlebnislandschaften wie Wellenbahn, Gletscherspalte, Kastentreppe.</p>
<p>Körper- und Umwelterfahrung</p>	<p>taktile Körpererfahrung, Anspannung und Entspannung, Körperbewusstsein durch Bewegung entwickeln und ausdrücken akustische und optische Reize in Bewegung</p>	<p>Klingelball, Schwungtuch, Schaukelwanne, Tänze</p>

Hauptstufe

Inhalt	Ziele / Lernaspekte	Beispiele
<p>Ball- und Bewegungsspiele mit Einhaltung von Spielregeln</p>	<p>Regeln kennenlernen, einhalten und verändern, mit Gegenständen, Materialien, Geräten und Personen spielen, den eigenen Körper als Ausdrucksmittel nutzen</p> 	<p>Fang- und Laufspiele, Reaktions- und Geschicklichkeitsspiele, Versteckspiele, Ballsportarten mit individuell- und schülerorientierten Spielregeln. z. B. Korbball mit vereinfachten Regeln, Hallenhockey</p>

<p>Ausdauer- und Konditionssportarten</p> <p>Erprobung von Sportarten</p>	<p>Förderung, Verbesserung und Erhaltung von Bewegungsgrundformen, Steigerung der Leistungsfähigkeit</p> <p>Sportartspezifische Techniken, Verhaltensweisen und Taktiken kennen- und einsetzen lernen Hinführung zu Leistungsvergleich bzw. Wettkampf</p> 	<p>Zirkeltraining, Bewegungsparcours, Jogging</p> <p>Ball, Boule, Badminton, Tischtennis, Leichtathletik, Airtramp</p>
<p>Klettern</p>	<p>Kraft und Koordination steigern, Geschicklichkeit, Angst überwinden, Anstrengungs- und Durchhaltebereitschaft, Selbstdisziplin und Selbstvertrauen, Team- und Kooperationsfähigkeit, Hilfsbereitschaft, körperliche Haltungsschulung, Entgegenwirken von Skoliosen</p>	<p>Boulderwand</p>

Berufsschulstufe

Inhalt	Ziele / Lernaspekte	Beispiele
<p>Ball- und Bewegungsspiele mit Einhaltung von allgemeingültigen Spielregeln</p>	<p>Regeln kennenlernen, einhalten und verändern, mit Gegenständen, Materialien, Geräten und Personen spielen, den eigenen Körper als Ausdrucksmittel nutzen ausgehend von vereinfachten Spielregeln zur komplexen Spielform</p>	<p>Fang- und Laufspiele, Reaktions- und Geschicklichkeitsspiele, Versteckspiele, Handball, Volleyball, Basketball.</p>
<p>Ausdauer- und Konditionssportarten</p> <p>Gymnastik, Turnen und Bewegungskünste</p>	<p>Förderung, Verbesserung und Erhaltung von Bewegungsgrundformen, Steigerung der Leistungsfähigkeit</p> <p>Grundformen der Fortbewegung variieren und an unterschiedliche Gegebenheiten anpassen</p>	<p>Vorbereitung auf Sportveranstaltungen</p> <p>Akrobatik, Jonglage, Balance, Slackline, Gymnastik ohne / mit Geräte, mit rhythmischer Begleitung</p>
<p>Bewegung mit Musik</p>	<p>individuelle Darstellung und Ausdrucksmöglichkeiten entwickeln</p>	<p>Einsatz von Kleingeräten (z. B. Keule, Reifen) Aerobic, Tänze, Break-Dance</p>

Folgende Inhalte und Ziele bilden die Grundlage des **Schwimmunterrichts** in der jeweiligen Schulstufe.

Grundstufe

Inhalt	Ziele / Lernaspekte	Beispiele
<p>Wassergewöhn-</p>	<p>ganzheitliche Anpassung an die besonderen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Erfahrungen am Beckenrand

ung / Wasser- bewältigung	physikalischen Eigenschaften des Elementes Wasser	(spritzen, festhalten, gehen, etc.)
sich bewegen im steh tiefen Wasser	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegt werden im Wasser • Auftrieb erfahren (mit und ohne Material) • spielen, experimentieren, sich bewegen im Wasser • ohne und mit Material • in unterschiedlichen Wassertiefen • Gleitübungen 	<ul style="list-style-type: none"> • gehen, laufen, spielen mit Schwimnudeln • Spiele im steh tiefen Wasser • Wettbewerbe, Staffelläufe • Abtauchübungen (Mund, Nase, Gesicht unter Wasser) • Spiele unter Wasser (durch Ring gehen / tauchen, kleine Ringe vom Boden holen, etc.) • Ausatmen im Wasser • Springen ins brusttiefe Wasser • Abstoßen / Gleiten mit und ohne Hilfsmittel (z.B. Schwimmbrett)
sich bewegen im nicht steh tiefen Wasser	Wassersituation ohne Fremdhilfe bewältigen <ul style="list-style-type: none"> • anfangs mit Hilfsmitteln • Abbau der Hilfsmittel bis zum Bewegen ohne Hilfsmittel 	Unterstützung der SchülerInnen beim Erlernen einer individuellen „Schwimmtechnik“ bis hin zum sicheren Aufenthalt im tiefen Becken durch <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsmittel • begleitendes Schwimmen durch Lehrkraft
Schwimmtechniken	individuelle Schulung der Schwimmtechniken Brust, Kraul, Rücken	falls bereits in der GS angebracht siehe HS und BS
Schwimmabzeichen	Erwerb von offiziellen Schwimmabzeichen	z. B. Seepferdchen, Jugendschwimmabzeichen

Hauptstufe

Inhalt	Ziele / Lernaspekte	Beispiele
Wassergewöhn- ung / -bewältigung sich Bewegen im steh tiefen Wasser	ganzheitliche Anpassung an die besonderen physikalischen Eigenschaften des Elementes Wasser	siehe GS erste Regelspiele (z. B. Wasserball, Ball über die Schnur)
sich Bewegen im <u>nicht</u> steh tiefen Wasser	Wassersituation ohne Fremdhilfe bewältigen <ul style="list-style-type: none"> • Möglichkeit 1: Erlernen einer korrekten Schwimmtechnik (siehe Schwimmtechniken) • Möglichkeit 2: Verbessern der individuellen Schwimmfähigkeit bis zum sicheren Aufenthalt im tiefen Wasser 	Unterstützung der SchülerInnen beim Erlernen einer individuellen „Schwimmtechnik“ bis hin zum sicheren Aufenthalt im tiefen Becken durch <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsmittel • begleitendes Schwimmen durch Lehrkraft • ausdauerndes Schwimmen
	Springen	<ul style="list-style-type: none"> • vom Beckenrand • vom 1m, 3m, 5m • Sprungformen (Stand-, Kopfsprung, Salto, etc.)
Schwimmtechniken	individuelle Schulung der Schwimmtechniken	Üben einzelner

	Brust, Kraul, Rücken	Bewegungsaspekte losgelöst von der Gesamtbewegung mit und ohne Hilfsmittel <ul style="list-style-type: none"> • nur Armzug • nur Beinschlag • Atemtechnik
	Einführung von Wettkampfformen / Vorbereitung auf erste Wettkämpfe (z. B. Schwimmfest)	Wettschwimmen, Ausdauerschwimmen, Staffeln
Schwimmabzeichen	Erwerb von offiziellen Schwimmabzeichen	z. B. Seepferdchen, Jugendschwimmabzeichen

Berufsschulstufe

Inhalt	Ziele / Lernaspekte	Beispiele
Wassergewöhnung / Wasserbewältigung	ganzheitliche Anpassung an die besonderen physikalischen Eigenschaften des Elementes Wasser	siehe GS
sich Bewegen im stehetiefen Wasser		Regelspiele (z. B. Wasserball, Ball über die Schnur)
sich Bewegen im <u>nicht</u> stehetiefen Wasser	siehe HS	siehe HS
Schwimmtechniken	individuelle Schulung der Schwimmtechniken Brust, Kraul, Rücken	Üben einzelner Bewegungsaspekten losgelöst von der Gesamtbewegung mit und ohne Hilfsmittel <ul style="list-style-type: none"> • nur Armzug • nur Beinschlag • Atemtechnik
	Einführung von Wettkampfformen / Vorbereitung auf erste Wettkämpfe (z. B. Schwimmfest, Special Olympics)	<ul style="list-style-type: none"> • Wettschwimmen • Ausdauerschwimmen • Staffeln • Schwimmen mit Zeitvorgaben • Spezielle Ausdauer bzw. Schnelligkeitsformen mit dem Ziel der Leistungsverbesserung (Intervalle, Prints, ...) • Startsprung
Schwimmabzeichen	Erwerb von offiziellen Schwimmabzeichen	z. B. Seepferdchen, Jugendschwimmabzeichen

4. Bewegungsförderung in erweiterten Erfahrungsfeldern

In vielen weiteren Unterrichtsbereichen / -fächern bildet die Bewegungsförderung einen wichtigen Förderaspekt. Die folgende Auflistung soll einen Überblick über die an der Schule vorhandenen Angebote geben.

4.1 besondere Bewegungs- / Sportangebote an der Klosterbergschule

- **Bewegungs- / Sport-AG's**

Am Montag Nachmittag nehmen alle SchülerInnen ab dem 4. Schulbesuchsjahr am AG-Angebot der Schule teil. Hier können sie am Schuljahresanfang zwischen verschiedenen AG's

auswählen. Es gibt unterschiedliche „sportliche“ AG's:
Sport-AG, Kletter-AG, Fitness-AG, Bewegung mit Tanz-AG, Special Olympics-AG, Tanz-Kurs-AG und Outdoor-AG (SJ 2018/19).

- **erlebnispädagogische Wald-Nachmittage**
In der Grundstufe und in der Hauptstufe I findet jeweils ein Mal pro Woche Bewegungsförderung im Rahmen eines erlebnispädagogischen Wald-Nachmittags statt.
- **bewegter Morgenkreis der Grundstufe**
An zwei Vormittagen der Schulwoche gestalten die Grundstufen-Klassen gemeinsam einen bewegten Morgenkreis in der Turnhalle der Klosterbergschule.
- **(K-) Fitness-Gruppe**
(als offenes Angebot, an zwei Schultagen pro Woche jeweils in der 1. Stunde, gestaltet durch eine Fachlehrkraft K)
- **(offenes) Bewegungsangebot der Grundstufe / Hauptstufe I**
(als Möglichkeit an zwei Schultagen, jeweils in der 6. Schulstunde)
- **Fußballmannschaft**
Wöchentlich am Dienstag in der 7. und 8. Stunde findet das Training der Fußballmannschaft statt. Zusätzlich nimmt die Mannschaft am Spielbetrieb der Ostalbliga teil.



4.2 schuleigene Sportveranstaltungen der Klosterbergschule

- **Sportfest**
(im Juni / Juli, verschiedene Bewegungsangebote, u. a. im leichtathletischen Bereich)
- **Schwimmfest**
(im Mai im Hallenbad Schwäbisch Gmünd, Einzel- und Staffelwettbewerbe, mit anderen SBBZ's des Staatlichen Schulamts Göppingen)
- **Hallenfußballturnier**
(im März / April, mit anderen SBBZ's des Staatlichen Schulamts Göppingen)
- **Wintersporttag**
(bei entsprechender Wetterlage, verschiedene winterliche Angebote wie z. B. Schlitten fahren)

4.3 Teilnahme an Sportwettkämpfen

- **Ostalb läuft**
(am letzten Freitag im Schuljahr; Teilnahme am Spendenlauf)
- **Spiel-Sport-Spaß-Fest der Stadt Schwäbisch Gmünd**
(Teilnahme der Grundstufe am jährlichen Spiel-Sport-Spaß-Fest)
- **nationale Special-Olympics**
(Teilnahme mit einer SchülerInnengruppe an Special Olympics-Wettkämpfen Deutschland bzw. Baden-Württemberg)
- **Stadtlauf Schwäbisch Gmünd**
(Teilnahme mit einer SchülerInnengruppe am Stadtlauf Schwäbisch Gmünd)

