



Erziehungsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Allgemeine Gewerbeschule Basel

SPORTNOTE AN DER AGS BASEL

DAS EIGENE KÖNNEN REFLEKTIEREN UND
SICH WEITERENTWICKELN

NAME/VORNAME



SPORTLICHES KÖNNEN – DARAUF KOMMT ES AN!

ICH BIN KÖRPERLICH LEISTUNGSFÄHIG

Der /die Lernende kann

- ohne häufige Pausen an einem intensiven Sportspiel teilnehmen
- über eine gewisse Zeit ein Ausdauertraining durchhalten
- ein Kräftigungsprogramm problemlos absolvieren
- Dehn- und Beweglichkeitsübungen sorgfältig anwenden
- verschiedene Bewegungen unterschiedlich schnell ausführen
- sich nach einer erbrachten körperlichen Leistung rasch erholen

ICH KANN VERSCHIEDENE BEWEGUNGSAUFGABEN GEKONNT LÖSEN

Der /die Lernende kann

- in verschiedenen (!) Sportarten gute motorische Leistungen erbringen
- mit unterschiedlichem Sportmaterial geschickt umgehen
- Körpertäuschungen in einem Spiel anwenden
- sich zu Musik rhythmisch bewegen
- sich ökonomisch/harmonisch bewegen

ICH VERHALTE MICH IM SPIEL/WETTKAMPF TAKTISCH GESCHICKT

Der /die Lernende

- überzeugt durch Spielwitz
- kennt die wichtigsten taktischen Elemente in einem Spiel
- kann in einem Spiel mehrheitlich die richtigen Entscheidungen treffen
- bringt sich in einem Team mit taktischen Anweisungen ein
- setzt seine physischen Möglichkeiten geschickt ein

ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

ICH HALTE MICH AN DIE FESTGELEGTEN REGELN

- Der /die Lernende kann
- sich gegenüber Mitlernenden/Lehrpersonen **fair und rücksichtsvoll** verhalten
 - in einer Gesprächsrunde elementare **Gesprächsregeln** einhalten
 - andere Kulturen und andere Denkweisen **akzeptieren**
 - seine/ihre Sprache **respektvoll** einsetzen (ohne Schimpfwörter, rassistische Äusserungen und Provokationen)
 - **Sorge** zur Infrastruktur **tragen** (insbesondere zum Sportmaterial)
 - Absenzen **termingerecht** entschuldigen
 - **pünktlich** zur Lektion erscheinen

ICH VERHALTE MICH TEAMFÄHIG

- Der /die Lernende kann
- seine/ihre Stärken in ein Team **einbringen**
 - bewusst eine **Teamrolle** wählen und übernehmen
 - leistungsschwächere Teammitglieder **unterstützen**
 - alle Teammitglieder (Frauen und Männer!) ins Team **einbeziehen**
 - **Konflikte** auf einer sachlichen Ebene **lösen**
 - sich in die Position des Gegenübers **hineinversetzen**

ICH NEHME ENGAGIERT AM SPORTUNTERRICHT TEIL

- Der /die Lernende kann
- **motiviert, aktiv und mit Freude** Sport treiben
 - kreative Ideen in den Sportunterricht **einbringen**
 - **offen sein** für Neues
 - den Ausführungen der Lehrperson **konzentriert folgen**
 - mit einer sicht- und spürbar **positiven Einstellung** Sport treiben
 - **kritisch und konstruktiv** Fragen stellen

MÖGLICHE ZUSÄTZLICHE KRITERIEN IM 2. LEHRJAHR (Runden der Note)

ICH REFLEKTIERE MICH UND MEIN SPORTLICHES HANDELN

- Der /die Lernende
- kann das eigene Verhalten **analysieren**
 - **schätzt** die erzielte **Wirkung** auf die Mitmenschen realistisch **ein**
 - kann das **Erreichen von Zielen** **überprüfen**
 - kann bei auftretenden Problemen nach **Lösungen** suchen
 - kann **Feedback aufnehmen** und nutzen (mündlich, Videofeedback etc.)
 - kann die eigenen **Gefühle steuern** und **regulieren**
 - kann die **eigene Befindlichkeit** realistisch und präzise **einschätzen**

ICH KANN MEIN SPORTLICHES WISSEN ANWENDEN

- Der /die Lernende kann
- das vermittelte oder vorhandene **Grundwissen** im Bereich Fitness beim freien Training **anwenden** (Ausdauer/Kraft/Beweglichkeit z.B. im Fitnessraum)
 - einem Mitlernenden **Tipps geben**
 - eine Unterrichtssequenz **anleiten**
 - die **Rolle des Spielbeobachters** übernehmen
 - ein **Spielturnier** selbstständig **organisieren**
 - Spielformen (z.B. durch Regelanpassungen) **optimieren**

ICH KANN MEINE GESETZTEN ZIELE ERREICHEN

- Der /die Lernende kann
- sich realistische **Ziele setzen**
 - diese **Ziele erreichen**
 - bei Nichterreichen der Zielsetzung **klare und beobachtbare Zielschritte** benennen, um erfolgreicher zu werden

SEMESTER 1

DATUM:

EINSCHÄTZUNGEN:

Selbsteinschätzung X | Fremdeinschätzung O | Sport-Lehrperson ✓

SPORTLICHES KÖNNEN

Ich bin körperlich leistungsfähig

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ich kann verschiedene Bewegungsaufgaben geschickt lösen

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ich verhalte mich im Spiel/Wettkampf taktisch geschickt

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

Ich verhalte mich teamfähig

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ich nehme engagiert am Sportunterricht teil

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ich halte mich an die festgelegten Regeln

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

MEIN ZIEL FÜR DAS NÄCHSTE SEMESTER:

PUNKTE: **SPORTNOTE:** **GERUNDET:**

BEMERKUNGEN/HINWEISE/FEEDBACK

SEMESTER 2

DATUM:

EINSCHÄTZUNGEN:

Selbsteinschätzung X | Fremdeinschätzung O | Sport-Lehrperson ✓

SPORTLICHES KÖNNEN

Ich bin körperlich leistungsfähig

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ich kann verschiedene Bewegungsaufgaben geschickt lösen

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ich verhalte mich im Spiel/Wettkampf taktisch geschickt

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

Ich verhalte mich teamfähig

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ich nehme engagiert am Sportunterricht teil

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ich halte mich an die festgelegten Regeln

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

MEIN ZIEL FÜR DAS NÄCHSTE SEMESTER:

PUNKTE: **SPORTNOTE:** **GERUNDET:**

BEMERKUNGEN/HINWEISE/FEEDBACK

NOTENSCHLÜSSEL

PUNKTE	NOTE	PUNKTE	NOTE
54 Punkte	6.0	34 Punkte	4.4
53 Punkte	5.9	33 Punkte	4.3
52 Punkte	5.9	32 Punkte	4.2
51 Punkte	5.8	31 Punkte	4.1
50 Punkte	5.7	30 Punkte	4.0
49 Punkte	5.6	29 Punkte	3.9
48 Punkte	5.5	28 Punkte	3.9
46 Punkte	5.4	27 Punkte	3.8
45 Punkte	5.3	25 Punkte	3.6
44 Punkte	5.2	24 Punkte	3.5
43 Punkte	5.1	23 Punkte	3.4
42 Punkte	5.0	22 Punkte	3.4
41 Punkte	4.9	21 Punkte	3.3
40 Punkte	4.9	20 Punkte	3.2
39 Punkte	4.8	19 Punkte	3.1
38 Punkte	4.7	18 Punkte	3.0
37 Punkte	4.6	14 Punkte	2.5
36 Punkte	4.5	10 Punkte	2.0
35 Punkte	4.4	8 Punkte	1.5
		6 Punkte	1.0



ALLGEMEINE GEWERBESCHULE BASEL

Vogelsangstrasse 15, Postfach, 4005 Basel

Telefon +41 61 695 61 11

Telefax +41 61 695 68 80

www.agbs.ch | ags@bs.ch