

# Kursauschreibung: Abenteuer- und Outdoorsport (2. Hj.)

<b>Fach:</b> <b>Bewegungsfeld:</b> <b>Bewegungsfeldgruppe:</b> <b>Kursart:</b> <b>Wochenstundenzahl:</b> <b>Jahrgangsstufe:</b> <b>Kursthema:</b> <b>Ort Sportveranstaltung:</b> <b>Kurslehrer:</b>	<b>Sport</b> <b>Bewegungsfeldübergreifende Vorhaben</b> <b>A</b> <b>Ergänzungsfach</b> <b>2</b> <b>12 und 13</b> <b>Abenteuer- und Outdoorsport</b> <b>Sporthalle / externe Sportanlagen</b> <b>Sinram</b>
---	--

**Leitidee:** Die Schülerinnen und Schüler...

- **IK1:** ...demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten in den thematisierten Inhaltsbereichen.
- **IK2:** ...verfügen über Kenntnisse, Einstellungen und Werthaltungen im Zusammenhang mit über die Fachgrenzen hinaus bedeutsamen sportbezogenen Themen der Gegenwart.

**Kompetenzerwerb:** Die SuS...

- **MeK1:** ...analysieren Bewegungsabläufe und Handlungen aus verschiedenen fachwissenschaftlichen Perspektiven.
- **MeK2:** ...planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen methodischen und didaktischen Zielsetzungen
- **SoK1:** ...übernehmen Verantwortung für sich und andere (z. B. helfen und sichern selbstständig) im Lern- und Übungsprozess,
- **SoK2:** ...entwickeln ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit, indem sie in der Gruppe funktionale Arbeits-, Gesprächs- und Kooperationstechniken anwenden, um gemeinsam Aufgaben zu lösen.
- **SeK1:** ...lernen Bewegungs- und Handlungsmöglichkeiten wahrzunehmen und einzuschätzen.
- **SeK2:** ...verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild), den eigenen Körper (Körperbild, Körperhaltung, Körpersprache) und die eigenen Handlungs-/Bewegungsmöglichkeiten.
- **SeK3:** ...setzen sich angemessene Ziele in Bezug auf körperliche Reaktionen auf Bewegungen sowie Risiken beim Sport und zeigen adäquate Verhaltensweisen,

**Inhalte:**

**Techniktraining**

• Bouldern	• Parkour
• Waveboard	• Mountainbiken
• Crossfitt/ Trampolinfitness/Trailrunning	• Slacklining
• Wasserski	• Orientierungslauf
• Ninja Warrior	• (Stand up Paddling/ Kanu fahren)
• Alpinski, Skilanglauf (nach Wetterlage)	•

Durchführung von mehrstündigen (Blockveranstaltungen) Bouldern, Wasserski oder Geocaching

**Leistungsbewertung:**

- 60% Inhaltsbezogene Kompetenzen:
  - Demonstration von Basistechniken
  - Bewegungsbeobachtung und –analyse
  - Leistungsverbesserung bezogen auf die motorischen Fähigkeiten
- 40 % Prozessbezogene Kompetenzen, davon:
  - 20 % Gymnastikeinheit, Auf- und Abbau, Umgang mit Material und Ausrüstung, umweltgerechtes Verhalten
  - 20 % Ausarbeitung und Durchführung der Erwärmungsphase

**Benötigtes Unterrichtsmaterial:**

Angemessene Sportkleidung, Hallenschuhe, Outdoorschuhe, ggf. Sportausrüstung (Ski, Mountainbike o. Ä.)

**Bemerkungen / Kosten / maximale Schülerzahl:**

ggf. ca. 50,00 € Kosten für Bouldern, Wasserski, Alpinski o. Ä.