

Kursbeschreibung für das Fach Sport

Lernfeld A: Individuelles sportliches Handeln

Kursleiter: Dsp

Thema	Würfe in der Leichtathletik und anderen Sportarten Zugeordnete Sportart nach EPA: Leichtathletik
Ziele	<ul style="list-style-type: none">- Kennenlernen der Grundlagen des Werfens- Erarbeitung von Aspekten der Biomechanik und des Trainings
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">- Werfen mit leichtathletischen Wurfgeräten- zusätzlich Schleuderball, Medizinball und andere Geräte- Erarbeitung und Erprobung von Trainingsmethoden- Wurftheorie
Bewertung	<ul style="list-style-type: none">- Mitarbeit- mind. 2 Würfe nach KMK-Tabelle- 30m-Sprint- 8- Sprung- Medizinballwürfe