

Kursbeschreibung für das Fach Sport

Lernfeld A: Individuelles sportliches Handeln

Kursleiter: Bi

Thema	Bewegungskünste – Schwerpunkt Turnen auf dem Großtrampolin
Ziele	<ul style="list-style-type: none">- Erlernen grundlegender Sprünge auf dem Großtrampolin- Verbessern des Bewegungskönnens und der Bewegungsqualität auf dem Großtrampolin- Verbessern motorischen Grundeigenschaften Kraft und Beweglichkeit
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">- Erarbeitung unterschiedlicher Sprungformen auf dem Großtrampolin- Erarbeitung einer Sprungverbindung nach vorgegebenen Bewegungselementen- Erproben und vergleichen exemplarischer Bewegungselemente beim Wasserspringen- Thematisieren der Perspektive des Wagens und Verantwortens
Bewertung	<ul style="list-style-type: none">- Vorbereitung und Durchführung der Erwärmungsphase- technische Ausführung der Bewegungselemente innerhalb einer Sprungverbindung- Mitarbeit in Theorie- und Praxisphasen