

Kurs S1

Q1 – Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten (Schwerpunkt Akrobatik)

Q2 – Spielen (Schwerpunkt Disc Golf)

Q1 – Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten (Schwerpunkt Akrobatik)

Thema: Interaktion mit dem eigenen Körper, dem Partner und der Gruppe –
Gruppenchoreografie mit turnerischen Elementen zum Thema Akrobatik
(Menschenpyramiden) entwickeln und erproben



Inhaltlicher Kern: Einführung in die Partner- und Gruppenakrobatik; gestalterisch-kreative Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung; non-verbale Formen der Kommunikation erproben; Grundlagen für den Pyramidenbau kennenlernen und erproben; Erprobung eigenverantwortlich entwickelten Gruppenchoreografien; dynamische Akrobatik- und Bodenturnelemente erproben und verbessern; Körperspannung, Kraft und Beweglichkeit verbessern

Pädagogische Perspektive: Kooperation, Körperwahrnehmung, Ausdruck, Wagnis

Anforderungen: Entwicklung und Demonstration einer Gruppenchoreografie, Klausur, 3000m-Lauf

Q2 – Spielen (Schwerpunkt Disc Golf)

Thema: Vielfältige Technikerfahrungen – technikorientiertes Bewegungslernen anhand des Zielschussspiels Disc Golf



Inhaltlicher Kern: Grundlagenvermittlung der wesentlichen Wurftechniken; Vertiefung diverser Wurftechniken (Rück- und Vorhandwurf, sowie Hammer); Spielfähigkeit erproben und verbessern.

➔ Verpflichtende **Tagesexkursion** zur Disc Golf Anlage in Calden.

Pädagogische Perspektive: Soziale Interaktion, Leisten, Kooperation

Anforderungen: Demonstration verschiedener Wurftechniken, Spielfähigkeit, Klausur, 3000m-Lauf