

## Kurs S1

### Q3 – Rope Skipping

### Q4 – Bewegen an und mit Geräten (Schwerpunkt Parcours)

#### Q3 – Rope Skipping

**Thema:** Vielfältige Bewegungserfahrung – Technikorientiertes Bewegungslernen mit offenen Bewegungsarrangements

**Inhaltlicher Kern:** Erlernen von Bewegungsgrundlagen und Verbesserung der Koordinationsfähigkeit, Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch in Partner- und Gruppenchoreographien in der Kombination mit Musik gestalten. Rope Skipping fördert sowohl motorische/physische Fähigkeiten wie auch koordinative Fertigkeiten.

**Pädagogische Perspektive:** Soziale Interaktion, Körperwahrnehmung, Ausdruck

**Anforderungen:** Gruppenchoreografie, Klausur (ggf. Ersatzleistung), 3000m-Lauf

#### Q4 – Spielen (Schwerpunkt Ein- und Mehr-Kontakt-Rückschlagsiele)

**Thema:** Sammeln von vielfältigen Bewegungs- und Körpererfahrungen innerhalb Ein- und Mehr-Kontakt-Rückschlagspielen wie Tischtennis/Badminton und Volleyball

**Inhaltlicher Kern:** Erfahrung und Erprobung verschiedener Rückschlagspiele, Verstehen und Umsetzen der Spielidee, Kennenlernen verschiedener Techniken, Einhalten der Regeln (Fairplay) und Einnehmen von Rollen (Spieltaktik, Kommunikation- und Kooperationsbereitschaft, Toleranz und Rücksichtnahme)

**Pädagogische Perspektiven:** Soziale Interaktion, Körperwahrnehmung und Leisten

**Anforderungen:** Technik- und Spielfähigkeitsüberprüfung, Klausur, 3000m-Lauf