

Fach:	Sport
Bewegungsfeldgruppe:	A
Bewegungsfeld:	Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten
Kursart:	Ergänzungsfach
Wochenstundenzahl:	2
Kursthema:	Inlineskating - Technik, Gestaltung, Mittelzeitausdauer und Spiel

Leitidee: Die Schülerinnen entwickeln und verbessern mit Inline-Skates Bewegungskompetenzen. Sie üben, sicher und technisch anspruchsvoll zu fahren. Sie entwickeln, erproben und überprüfen Technikelemente mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden, verbessern ihre Schnelligkeit im Bereich Mittelzeitausdauer und lernen, sich in verschiedenen Mannschaftsspielformen auf Inline-Skates zu vergleichen.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen ...

- gewinnen Sicherheit im Inlineskating, indem sie Fall- und Bremstechniken, wie etwa Sturz auf alle Schützelemente, T-Brake, rhythmusbetontes Fahren, enges Fahren, versetztes Fahren, versetztes Kurvenfahren etc. erlernen und verbessern.
- demonstrieren und verbessern Basistechniken im Inlineskating und setzen diese in spezifischen Situationen adäquat ein.
- verfeinern ihre Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf den eigenen Körper und die eigenen Bewegungsmöglichkeiten auf Inline-Skates, durch Erprobung vielfältiger Bewegungsaufgaben, wie etwa Freestyle-Slalom, auf einem und zwei Inline-Skates.
- trainieren ihre konditionellen Fähigkeiten im Rahmen verschiedener Übungs- und Lernformen.
- gestalten ausgewählte Spielprozesse zum Beispiel aus dem Bereich Inlinehockey und entwickeln dadurch eine verbesserte Fertigkeit im Inlineskaten.
- steigern ihre technisch-kordinativen Fähigkeiten im Rahmen der Gestaltung anspruchsvoller Technikelemente, wie etwa Rückwärtsgleiten, Parallelsalom, Kurvenfahren mit Übersetzen, Überspringen verschiedener Hindernisse, ein freier Sprung mit mindestens 180°-Drehung
- vermeiden Stürze und lernen, Mitfahrende sicher zu unterstützen.
- beherrschen die entsprechende Fachsprache.

Inhalte:

- Grundlagenvermittlung zur Sicherheit (Fallen, Bremsen, Basistechniken) und zum Helfen und Sichern
- Ausgewählte Techniken des Inlineskating trainieren
- Gestaltung von Gerätearrangements zum Parcoursfahren
- Verfolgungsfahren
- Mannschaftsspiele mit Inline-Skates bewältigen
- Analyse und Theorie des Inlineskatings

Leistungsbewertung:

- Demonstration verschiedener Technikelementen
- Bewältigung und Zeit beim Befahren von Slalomparcours
- Bewältigung von Spielsituationen
- Leistung bei Wettbewerben wie Verfolgungsfahrten
- Mitarbeit, Leistungsbereitschaft und Leistungssteigerung

Unterrichtsmaterial:

Inline-Skates mit demontierter/abgeklebter Bremse, Helm sowie Knie-, Ellenbogen- und Handprotektoren