

Fach:	Sport
Bewegungsfeldgruppe:	A
Bewegungsfeld:	Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten
Kursart:	Ergänzungsfach
Wochenstundenzahl:	1 + Blockveranstaltung
Kursthema:	Auf dem Wasser - Befahren von stehenden und fließenden Gewässern mit dem Kajak

Leitidee: Die Schülerinnen beherrschen das Kajak. Sie machen mit dem Kajak auf dem Wasser nicht nur spezifische Körper- und Bewegungserfahrungen, sondern erfahren auch spezifische Natur-, Geschwindigkeits-, und Gruppenerlebnisse.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen ...

- erwerben und erweitern Bewegungsfertigkeiten und Kenntnisse, um sich - auch bei unterschiedlichen Bedingungen (Wetter, Gewässerart etc.) - sachgerecht, sicher und angemessen mit dem Kajak bewegen zu können.
- erwerben Kenntnisse, Einstellungen und Werthaltungen für den verantwortungsbewussten Umgang mit der Natur.
- verfeinern ihre Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf den eigenen Körper, die Interaktion mit Anderen und auf die Umwelt. und die Auswirkungen von Wind und Wellenschlag.
- erproben und gestalten unterschiedlicher Spiele und spielerischer Bewegungsformen im Wasser.
- demonstrieren die Basisfertigkeiten Grund- und Bogenschlag.
- beherrschen die entsprechende Fachsprache.
- entwickeln ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit innerhalb einer Gruppe im Hinblick auf Leistung und Interesse.
- erkennen Verantwortlichkeiten und übernehmen Verantwortung.

Inhalte:

- Spezifika unterschiedlicher Bootsgattungen und ihre Anforderungsprofile (Schwerpunkt liegt auf dem Wanderpaddeln)
- Materialien und ihre Eigenschaften bzw. ihre Pflege
- Grund- und Bogenschlag als Grundtechniken
- Spiel- und Wettkampfformen
- Helfen, Retten, Bergen, allgemeine Sicherheitsaspekte
- Wetter-, Wind- und Gewässerkunde
- physikalische Besonderheiten der Bewegung auf dem Wasser

Leistungsbewertung:

- Demonstration der Grundtechniken
- Positionierung im Wettkampf
- Referate bzw. Bearbeitung der Gruppenaufträge
- Mitarbeit im Unterricht
- Engagement und Hilfsbereitschaft im Umgang miteinander - v.a. im Rahmen der Blockveranstaltung

Unterrichtsmaterial:

- Sportkleidung in der Vorbereitungsphase
- Wasserschuhe, Schwimmzeug und wassertaugliche Kleidung für die Blockveranstaltung

Bemerkungen:

- In der vorletzten vollständigen Woche des Schulsemesters findet eine 6-tägige Blockveranstaltung in Sneek (Niederlande) statt.
- Kostenbeitrag: ca. 270 Euro