



Kursthema:
Turnen & Bewegungskünste

12. Jahrgang

A	Erfahrungs- und Lernfeld: Bewegungskünste - Parcour & Trampolin	Schulhalbjahr: 2
	Kursleiter/in: Junemann	

Kursinhalte:

Parkour: Zu Beginn steht das sichere Landen und Abrollen aus der Bewegung und von unterschiedlichen Höhen. Anschließend werden unterschiedliche Hindernisse aus den zur Verfügung stehenden Geräten gebaut um daran sichere Überwindungsmöglichkeiten zu erarbeiten. Ziel ist es hierbei den gleichmäßigen Bewegungsfluss stets aufrecht zu erhalten und turnerische Roll- und Stützbewegungen situationsangemessen zu variieren und sicher anzuwenden.

Großtrampolin: Die Schüler*innen erlernen den Sicheren Auf- und Abbau des Sportgerätes. Im Anschluss an eine spielerische Gerätegewöhnung werden Grundsprünge eingeführt und erprobt. Hierbei korrigieren sich die Teilnehmenden mithilfe von Videoanalysesystemen gegenseitig. Am Ende der Einheit steht die Präsentation einer selbstgestalteten Kür.

Beurteilungskriterien:

Die Gesamtnote setzt sich aus sportpraktischen Leistungen (40% Technik und 30 % Haltung) und dem individuellen Lernfortschritt und Mitarbeit (30 %) zusammen.

Bei Parkour erfolgt die Bewertung anhand gemeinsam erarbeiteter Kriterien. Die Lernenden bewerten sich in einem Präsentationslauf gegenseitig.

Beim Trampolinspringen muss eine Kür bestehend aus 15 Sprüngen ausgearbeitet und vorgeführt werden.

Besonderheiten:

Trampolinspringen wird mit Socken (ohne Schuhe) Sportkleidung geturnt.