

<b>Fach:</b>	Sport
<b>Erfahrungs- und Lernfeld:</b>	Turn- und Bewegungskünste
<b>Lernfeldbereich:</b>	A
<b>Kursart:</b>	Ergänzungsfach
<b>Kursnummer:</b>	NN
<b>Wochenstundenanzahl:</b>	2
<b>Jahrgangsstufe:</b>	12/13
<b>Kursthema:</b>	turnerische Bewegungskünste - Parkour
<b>Kurslehrer/in:</b>	NN

**Leitidee:**

Die SuS entwickeln an einer vorgegebenen, aber veränderbaren Gerätebahn einen eigenen Parkour-Run. Sie erproben Bewegungsformen mit den Schwerpunkten Rollen, Springen und Balancieren. Sie wählen für sich angemessene Übungsteile bzw. Übungsverbindungen aus, verbessern die Ausführung kontinuierlich und demonstrieren diese.

**Kompetenzerwerb:**

Die Schülerinnen und Schüler...

- gestalten und präsentieren unter Berücksichtigung funktionaler und ästhetischer Kriterien einen Parkour-Run an einer Gerätebahn, die mindestens fünf verschiedene Hindernisse umfasst und von den SuS sowohl Roll-, Sprung- und Balancierbewegungen abverlangt,
- analysieren Roll-, Sprung- und Balancierbewegungen nach ihrer Funktionalität zur Überwindung von Hindernissen,
- verfeinern ihre Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf den eigenen Körper und die eigenen Bewegungsmöglichkeiten durch Erprobung vielfältiger Hindernisüberwindungstechniken und die Einnahme verschiedener Raumlagen,
- erarbeiten und demonstrieren funktionale Bewegungselemente zur sicheren, fließenden und kreativen Überwindung von Hindernissen, geben gezielte Bewegungskorrekturen und entwickeln alternative Bewegungsideen (Partnerfeedback, unter Verwendung von Ipad),
- akzeptieren unterschiedliche Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen bzw. -niveaus und wenden Strategien zur Lösung von Konflikten oder Gestaltungsprozessen situations- und gruppenadäquat an,
- erkennen die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen, nehmen Unterstützung an und übernehmen Verantwortung für sich (sicheres Landen und Abrollen) und ihre Mitschülerinnen und Mitschüler (helfen u. sichern),
- bauen Geräte und Gerätesicherungen sachgerecht auf,
- wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen selbstständig sachgerecht an und beherrschen die entsprechende Fachsprache,
- gestalten und leiten eine zielorientierte und kriteriengeleitete Erwärmungsphase,
- reflektieren den verantwortungsbewussten Umgang mit Wagnissituationen und schätzen ihre eigene Leistungsfähigkeit realistisch ein.

**Inhalte:**

- Abspringen von verschiedenen Geräten und Niveaus (Kästen, Stangen, Bänke, etc.),
- sicheres Landen und Abrollen,
- Roll-, Sprung- und Balancierbewegungen zur Überwindung unterschiedlicher Hindernisse,
- Gestaltung von sicheren Absprung-, Flug- und Landephase unter ästhetischen und funktionalen Aspekten,
- Helfen und Sichern,
- (Partner-) Feedback zur Bewegungskorrektur und Weiterentwicklung von Bewegungsideen.

**Leistungsbewertung:****Inhaltsbezogene Kompetenzen**

- Entwicklung und Demonstration eines sicheren, fließenden und kreativen Parkour-Run an einer Gerätebahn mit mindestens 5 verschiedenen Hindernissen, an denen sowohl Roll- als auch Sprung- und Balancierbewegungen gezeigt werden sollen. Die Bewertung erfolgt nach Schwierigkeitsstufen und Ausführungskriterien (Ästhetik, Funktionalität).

**Prozessbezogene Kompetenzen**

- Analyse von Roll-, Sprung- und Balancierbewegungen im Hinblick auf ihre Funktionalität zur Überwindung von Hindernissen, Vornehmen gezielter Bewegungskorrekturen und Entwicklungen von Bewegungen,
- Übernahme von Verantwortung für sich und Mitschüler und Mitschülerinnen im Lernprozess, bei Hilfe- und Sicherheitsstellungen sowie Geräteaufbauten,
- selbständiges Planen und Arrangieren von Lern- Übungssituationen bzw. einer zielorientierten und kriteriengeleiteten Erwärmungsphase,
- Mitarbeit im Unterricht.

**Unterrichtsmaterial:**

- Funktionelle Sportbekleidung, Hallenschuhe mit abriebfester Sohle.

**Bemerkungen:**

XXX