



Fach: Lernfeldbereich: Wochenstundenzahl: Jahrgangsstufe: Kursthema: Kurslehrer/in: Kurszeit:	Sport A 2 12/13 Gleiten auf dem Wasser	 
---	--	---

**Leitidee:**  
Die Schülerinnen und Schüler erlernen und verbessern Techniken und Bewegungsformen des Windsurfens bei unterschiedlichen Wind- und Wetterbedingungen unter Berücksichtigung der Sicherheitsvorschriften auf dem Wasser.

<p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Revier- und Sicherheitseinweisung</li> <li>• Materialbehandlung</li> <li>• Brett- und Riggspiele</li> <li>• Segelaufholen und Start (ggf. Strandstart)</li> <li>• Notstop / Notsituationen</li> <li>• 180°-Drehung</li> <li>• Steuern durch Abfallen und Anluven</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorfahrtsregeln auf dem Wasser</li> <li>• Wende</li> <li>• Halse</li> <li>• Vorwind-, Halbwindkurs, Kreuzen</li> <li>• Fahren auf verschiedenen Kursen (ggf. Trapezsurfen)</li> <li>• Theoretisches Grundwissen / Fachbegriffe</li> </ul>
---	--

**Kompetenzenerwerb:**  
Die Schülerinnen und Schüler...

- demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten bei den geforderten Inhalten.
- wenden Fachbegriffe des Windsurfens situationsangemessen an.
- reflektieren mögliche Beeinträchtigungen der Natur durch das Windsurfen und entwickeln Kriterien, die helfen können, eine Balance zwischen eigenen sportlichen Bedürfnissen und den Erfordernissen des Naturschutzes herzustellen.
- geben gezielte Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen bei den unterschiedlichen Fahrmanövern.
- entwickeln ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit, indem sie die Lernprozesse ihrer Mitschülerinnen und Mitschüler beim Windsurfen unterstützen.
- verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die Körperhaltung und die Bewegungsmöglichkeiten auf dem Surfbrett.
- schätzen die Risiken beim Windsurfen realistisch ein und setzen sich angemessene Ziele.
- steuern bewusst die eigene sportliche und körperliche Entwicklung beim und durch Windsurfen.

**Leistungsbewertung:**



• 60% sportpraktische Inhalte:	Demonstration der Einsteigertechniken – kursbegleitend, mit Videoanalyse - und Abschlussregatta.
• 40% Lernzuwachs und Mitarbeit:	Mitarbeit, Prüfungsfragen zum Surfgrundschein, Erwärmung, Arbeits- und Sozialverhalten

**Unterrichtsmaterial:**  
Schwimm- und Sportkleidung, Surfschuhe oder alte Turnschuhe, Wind- und wetterfeste Kleidung.  
Surfbretter, Surfsegel und Surfanzug sind im Preis enthalten.

**Bemerkungen:**  
**Windsurfen** wird als **Kompaktkurs im Oktober in Pepelow/Ostsee** durchgeführt. Des Weiteren müssen die Schülerinnen und Schüler über eine ausreichende Schwimmfähigkeit (vergleichbar Jugendschwimmabzeichen Bronze) verfügen.  
Die Kosten betragen **ca. 400,- €** für Hin- und Rückfahrt mit einem Reisebus, Unterkunft, Verpflegung, Leihhausrüstung, Arbeitsheft „Surfen für Einsteiger“ sowie Prüfungsunterlagen vom Deutschen Segler Verband und Reiseversicherung (Pandemie ist ausgeschlossen).  
Es kann der Segelsurfgrundschein des Deutschen Segler-Verbandes erworben werden.

Alle potenziellen Teilnehmer\*innen werden per E-Mail benachrichtigt und müssen die Teilnahmebescheinigung unterschrieben abgegeben und die Anzahlung geleistet haben!

**Sollten mehrtägige Fahrten aufgrund einer erneuten Infektionswelle eine Fahrt nach Pepelow nicht möglich sein, greift eine Alternative.**

Fach: Lernfeldbereich: Wochenstundenzahl: Jahrgangsstufe: Kursthema: Kurslehrer/in: Kurszeit:	Sport A 2 12/13 Gleiten auf dem Wasser (Alternative)	 
---	--	---

### Leitidee:

Die SuS erlernen den sicheren Umgang mit dem Kanu, um eine Kanuwanderung auf einem Steh- und auf einem Fließgewässer zu absolvieren. Dabei setzen sich mit Aspekten der Sicherheit am und auf dem Wasser sowie einem situationsadäquaten und umweltgerechten Verhalten in der Natur auseinander.

### Inhalte:

- Vermittlung sportartspezifischer Kenntnisse und Fachbegriffe (theoretische Einführung)
- Anwenden von Basistechniken im Umgang mit dem Kanu (Kanadier)
- Anwendung von Methoden aus dem Bereich des sportartbezogenen Bewegungslernens und Trainierens als Grundlage für selbständiges Arbeiten
- fahren auf Steh- und Fließgewässer (langsam bis mäßig fließend)
- Kanuwandern als Möglichkeit der Umwelt- und Naturerfahrung
- Revier- und Sicherheitseinweisungen, Umgang mit dem Material

### Kompetenzenerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler...

- demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten bei den geforderten Inhalten.
- wenden Fachbegriffe des Kanusports situationsangemessen an.
- erproben die Eigenschaften des Geräts innerhalb unterschiedlicher Situationen und Aufgabenstellungen.
- trainieren ihre motorischen Fähigkeiten im Hinblick auf die sportartspezifische Belastung.
- reflektieren sportartspezifische Gefahren und beherrschen Verhaltensregeln sowie Sicherheitsmaßnahmen.
- reflektieren mögliche Beeinträchtigungen der Natur durch das Kanuwandern und entwickeln Kriterien, die helfen können, eine Balance zwischen eigenen sportlichen Bedürfnissen und den Erfordernissen des Naturschutzes herzustellen.
- geben gezielte Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen bei den unterschiedlichen Fahrmanövern.
- entwickeln ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit, indem sie die Lernprozesse ihrer Mitschülerinnen und Mitschüler beim Kanufahren unterstützen.
- verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die Körperhaltung und die Bewegungsmöglichkeiten im Kanadier.
- schätzen die Risiken beim Kanufahren auf Steh- bzw. Fließgewässer realistisch ein und setzen sich angemessene Ziele.
- steuern bewusst die eigene sportliche und körperliche Entwicklung beim und durch Kanufahren.

### Leistungsbewertung:

- 60% sportpraktische Inhalte: Demonstration der Techniken – kursbegleitend, mit Videoanalyse, Teilnahme an der Kanuwanderung.
- 40% Lernzuwachs und Mitarbeit: Mitarbeit, Referate ggfs. Erwärmung, Arbeits- und Sozialverhalten

### Unterrichtsmaterial:

Schwimm- und Sportkleidung, alte Turnschuhe, Wind- und wetterfeste Kleidung, Ersatzkleidung, Handtuch, Sonnenschutzmaßnahmen.

Kanus, Schwimmwesten und Materialtonnen sind im Preis enthalten.

### Bemerkungen:

**Kanu** wird in **mehreren Tagesfahrten** durchgeführt.

Die Kosten betragen **ca. 150,- €** für Hin- und Rückfahrt mit PKW und Leihausrüstung.

Des Weiteren müssen die Schülerinnen und Schüler über eine ausreichende Schwimmfähigkeit (vergleichbar Jugendschwimmabzeichen Bronze) verfügen.

**Alle potenziellen Teilnehmer\*innen werden per E-Mail benachrichtigt und müssen die Teilnahmebescheinigung unterschrieben per Mail abgegeben und die Anzahlung geleistet haben!**