



Kurs: Turnen und Bewegungskünste (Lernfeldbereich A)

Leitidee:

Erarbeitung und Präsentation einer eigenen Turnkür an zwei unterschiedlichen Geräten. Dabei können akrobatische bzw. circensische Elemente einfließen.

Üben und Demonstrieren eines Sprunges am Reutherbrett oder Minitramp.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- entwickeln und präsentieren Kürübungen mit jeweils mindestens 4 Elementen unter Berücksichtigung ästhetischer und funktionaler Kriterien, die Kür kann allein, mit Partner(in), in der Gruppe oder auch mit Musik demonstriert werden
- erlernen Grundlagen der Partner- und Gruppenakrobatik bzw. circensischer Bewegungselemente
- üben und demonstrieren Sprünge mit Reutherbrett oder Minitramp (über Kasten/ Pferd/Sprungtisch/frei (z.B. Grundsprünge / Salti / Überschlagbewegungen)
- trainieren ihre konditionell-koordinativen Fähigkeiten, um die eigenen Kürübungen zu bewältigen
- verfeinern ihre Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf den eigenen Körper und die eigenen Bewegungsmöglichkeiten z.B. durch Erprobung vielfältiger turnerspezifischer Bewegungsaufgaben und die Einnahme verschiedener Raumlagen
- wenden Methoden aus dem Bereich des Bewegungslernens und Trainierens als Grundlage für selbständiges Arbeiten an
- organisieren Übungssituationen und Präsentationen
- analysieren turnerspezifische und akrobatische Bewegungen nach vorgegebenen Kriterien und nehmen gezielte Bewegungskorrekturen vor
- werten Bild- und Filmmaterial aus, um eine Bewegungsvorstellung zu entwickeln
- wenden Helfergriffe zur Unterstützung und Sicherung von Turnenden an
- beherrschen die entsprechende Fachsprache in diesem Bereich

Inhalte:

- Abspringen von verschiedenen Geräten (Reutherbrett/Minitramp)
- Gestaltung von Absprung- Flug- und Stützphasen und turnerisch-akrobatischen Elementen unter ästhetischen und funktionalen Aspekten
- Grundlagen des Bewegungslernens und Trainierens
- Helfen und Sichern
- Beobachten und Korrigieren

Leistungsbewertung:

- Vierteilige Einzelkür / Synchronkür an jeweils zwei Geräten, wobei akrobatische bzw. circensische Elemente einfließen können
- Demonstration eines Sprunges
- Bewertung erfolgt nach Schwierigkeitsstufen und Ausführungskriterien
- sportartspezifische Fitness
- Mitarbeit im Unterricht

Material:

- Rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe