

<p>Kursthema:</p> <p><b>Gleiten (Skifahren und Inlinern)</b></p> <p>Kann nur im 1. Halbjahr belegt werden</p>	<p>Kürzel:</p> <p><b>GL</b></p>
<p><b>Erfahrungs- und Lernfeld:</b> Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten</p> <p><b>Lernfeldbereich:</b> A</p>	
<p><b>Kernideen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Thema Gleiten werden wir auf den Skiern in den Alpen und auf Inlinern in der Stadionhalle bzw. auf wenig befahrenen Straßen etc. realisieren. Dabei werden verschiedene Techniken erlernt und geübt, um sich geländespezifisch fortbewegen zu können; Sie können in beiden Bereichen Anfänger sein. Der Schwerpunkt wird darauf gelegt, dass Sie mit- und voneinander lernen und sich in Ihrem Übungsprozess gegenseitig unterstützen.</li> </ul>	
<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Skifahren unter bes. Berücksichtigung der Team- &amp; Kommunikationsfähigkeit</li> <li>• elementare Techniken des Inlinerns-und Ausdauer-Inlinern im Gelände</li> <li>• Erstellen einer Inline-Gruppenkür unter bes. Berücksichtigung der Sichtung und Nutzung von Materialien</li> </ul>	
<p><b>Leistungsbewertung:</b></p> <p>2/3 sportpraktische Anteile:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• qualitative Bewertung der motorischen Fertigkeiten</li> <li>• Ski: Pflugbogen, Bergstemme, Parallelschwung</li> <li>• Inliner: Vw-/ Rw-fahren, Kurven fahren mit Übersetzen, Bremsen</li> <li>• Inliner: Präsentation einer Gruppenkür nach Musik</li> <li>• Einbeziehen von Lernfortschritt, Belastbarkeit, Ausdauer, Konstitution</li> </ul> <p>1/3 Mitarbeit:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurzreferate</li> <li>• Beiträge im Unterrichtsgespräch</li> <li>• Test zu den theoretischen und praktischen Inhalten</li> </ul>	
<p><b>Unterrichtsmaterial:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ski: Material kann vor Ort (gegen Gebühr) geliehen werden</li> <li>• Inliner: Stopper der Inliner müssen entfernt werden, Rollen müssen gesäubert sein, komplette Schutzausrüstung (Knie-, Ellbogen-, Handgelenkschoner, Helm)</li> </ul>	
<p><b>Bemerkungen:</b></p> <p>Der Kurs ist für das Prüfungsfach Sport geeignet, jedoch nicht für die Abi-Prüfung zugelassen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Man darf nur den Gleiten-Kurs <b>oder</b> den Fitness-Kurs wählen.</li> <li>• Der Skikomplettkurs findet im Januar statt. Die Kosten betragen ca. 350 €, die im Voraus zu leisten sind.</li> </ul>	