

AG „spielend fit“

Fach: Sport

Jahrgangsstufe: 05 bis 06

Stundenanzahl: 2 Stunden



Zielgruppe:

Die AG richtet sich an sportlich interessierte und ambitionierte Schülerinnen und Schüler.

Inhalte:

Die Schülerinnen und Schüler verbessern ihre konditionellen und koordinativen Fähigkeiten durch verschiedene kleine und große Sportspiele. Neben dem Erwerb und der Verbesserung der Bewegungskompetenz steht eine Verbesserung der Teamkompetenz und Körperwahrnehmung im Vordergrund. Sie sollen die verschiedenen pädagogischen Perspektiven durch die angebotenen Inhalte lernen und erfahren. Dazu gehören u.a. Gesundheit, Wagnis, Kooperation und Körperwahrnehmung.

Folgende Inhalte werden u.a. angeboten:

Spiele:

- allgemeine Ballschule
- Fußball
- Handball
- Basketball
- Volleyball
- Badminton
- Hallenhockey
- kleine Spiele (Völkerball, Gefängnisball Brennball etc.)

Fahren, Rollen, Gleiten:

- Waveboards
- Rollbretter
- ggf. Inliner/ Inlinehockey

Den Körper trainieren, die Fitness verbessern:

- koordinative Fähigkeiten werden spielerisch geschult (z.B. Balancieren über eine selbstgebaute Brücke)

Bewegung an und mit Geräten:

- Verbesserung der Körperspannung (z.B. Schwingen an den Ringen, Klettern an der Kletterwand)