

# Kursprogramm Sport

## - Jahrgangsstufe 11 -



### Allgemeine Hinweise

Liebe Schülerinnen, liebe Schüler,  
in der Jahrgangsstufe 11 erhält jeder Sportkurs ein spezifisches Kursprofil mit einer inhaltlichen Akzentuierung durch bestimmte Pädagogische Perspektiven mit der Konzentration auf ausgesuchte Bewegungsfelder/Sportarten. Der Fachbereich Sport versucht hiermit auf der Grundlage der räumlichen und sächlichen Rahmenbedingungen der Gesamtschule Gießen-Ost ein möglichst breites Spektrum an Sportarten und Bewegungsaktivitäten anzubieten.

### Lernerfolgskontrollen

Pro Halbjahr wird **eine** besondere Fachprüfung durchgeführt, die sportpraktische und –theoretische Anteile (mind. 25%) enthält, sowie die unterschiedlichen Intentionen des Unterrichts berücksichtigt.

### Anwesenheit

Alle Schüler gleich welcher Klassenstufe sind verpflichtet, am Unterricht regelmäßig teilzunehmen. Spätestens am 3. Tag muss der Schule/dem Fachlehrer der Grund des Fernbleibens schriftlich mitgeteilt werden. **Ein wiederholtes Fernbleiben des Unterrichts führt zu Abzügen in der Punktzahl.**

### Sportgerechte Kleidung

Die Fachkonferenz Sport weist daraufhin, dass Sportunterricht nur in sportgerechter Kleidung betrieben werden kann. Ein Nichtbefolgen führt zu einem Ausschluss der aktiven Teilnahme am Sportunterricht.

### Befreiung vom Sportunterricht

Bei der Vorlage eines ärztlichen Attestes kann der Fachlehrer einen Schüler bis zu vier Wochen von der **aktiven Teilnahme** am Sportunterricht freistellen. Eine Freistellung von vier Wochen bis zu drei Monaten wird von der Schulleitung auf der Grundlage eines ärztlichen Attestes gewährt. In allen anderen Fällen, in denen die Zeit von drei Monaten überschritten wird, ist die Vorlage eines von den Erziehungsberechtigten bzw. der volljährigen Schülerin/dem volljährigen Schüler beizubringenden amtsärztlichen Attestes, das vom zuständigen Amtsarzt des Gesundheitsamtes ausgestellt wird, erforderlich.

Sofern der Freistellungsgrund es zulässt, hat die Schülerin/der Schüler **während des Sportunterrichts anwesend** zu sein, um den sporttheoretischen Unterweisungen zu folgen und ausgewählte Aufgaben zu übernehmen. Die Entscheidung trifft im Einzelfall die zuständige Sportlehrkraft.

### Das Tragen von Schmuck bzw. Piercing im Sportunterricht

Das Tragen von Schmuck auch in Form von Piercing im Sportunterricht ist generell zu vermeiden. Wenn der angebrachte Schmuck/das Piercing nicht entsprechend abgelegt werden kann und ein sicheres Abkleben – auch an nicht einsehbaren Stellen – nicht möglich oder von der Schülerin/dem Schüler verweigert wird, steht es im Ermessen der unterrichtenden Lehrkraft aus Sicherheitsgründen Schüler/innen von der aktiven Teilnahme am Sportunterricht auszuschließen, was als unentschuldigtes Fehlen gewertet werden muss.

### Kurswahl

Jeder Fachlehrer/Jede Fachlehrerin bietet im Rahmen seiner/Ihrer Kurskonzeption zwei oder drei Bewegungsfelder an, die sich inhaltlich an unterschiedlichen Pädagogischen Perspektiven (z.B. Wagnis oder Miteinander Kooperieren) orientieren. Alle Kursprofile können am Sportinformationsbrett neben dem ehemaligen Vertretungsplan oder unter [www.ostschule.de](http://www.ostschule.de) (Fächer – Sport) eingesehen werden.

**Die Schülerinnen und Schüler, welche sich für die Kurse von Herrn Briel bzw. von Herrn Dr. Reuber entscheiden, nehmen damit auch gleichzeitig verbindlich an der Wintersportwoche im Februar 2011 teil.**

Am Dienstag, den 17. August werden in der 7. Stunde alle Kursprofile von den Kurslehrern in der Aula vorgestellt. Deshalb besteht für alle Schülerinnen und Schüler der 11ten Klassen Anwesenheitspflicht! In der 8. Stunde findet dann vor Ort die verbindliche Kurswahl statt. Alle Schülerinnen und Schüler, die keinen Kurs wählen, werden vom Schulsportleiter gesetzt!

**KURS P01** (incl. verbindl. Teilnahme an der Wintersportwoche)  
**Kurslehrer: Herr Briel** **Di . 7.-8. Std.**

**Fahren, Rollen, Gleiten: Skaten und Boarden**  
**Spielen: Basketball**  
**Bewegung gestalten: Jonglieren, HipHop**

### **Fahren, Rollen, Gleiten**

Als Vorbereitung auf die Wintersportwoche werden die dem Ski- und dem Snowboardfahren ähnlichen Sportarten des **Inline-Skatens** und **Wave-** bzw. **Skateboardens** angeboten.

Ziel ist hier die Aneignung verschiedener koordinativer Grundlagen und technischer Fertigkeiten die das spätere Erlernen der oben genannten Wintersportarten vereinfachen sollen. Neben der Aneignung der einzelnen Brems- und Fahrtechniken soll aber auch Raum gelassen werden, um weitere Disziplinen, wie das Inlinehockey oder auch das Half-Pipe-Fahren kennen zu lernen.

Neben dem **Wagnis**, unbekannt und eventuell auch spektakuläre Bewegungen auszuführen, soll hierbei auch das selbstständige **Gestalten von Bewegungen** und das damit einhergehende Sammeln von **Körpererfahrungen** im Vordergrund stehen.

⇒ **Die komplette Inlineskating-Ausrüstung, also Schuhe, Helm und Schutzausrüstung müssen die Schüler selber mitbringen! Wave- und Skateboards sind vorhanden!**

### **Spielen**

Ein gutes **Basketballspiel** resultiert aus der physischen und psychischen Leistungsfähigkeit der einzelnen Spieler und ihrem kooperativen Zusammenwirken im Rahmen der Mannschaft. Das Ziel des Unterrichts besteht neben dem Kennenlernen des Regelwerks zunächst einmal in der Verbesserung der eigenen Spielfähigkeit durch das Erarbeiten und Wiederholen von

koordinativen und konditionellen Grundlagen und Variationen sowohl der technischen Fertigkeiten als auch der taktischen Fähigkeiten.

Allen Unterrichtsinhalten soll vor allem der Spielgedanke zugrunde liegen, sodass das Spielen tatsächlich einen hohen Stellenwert besitzt.

Bezüglich der **pädagogischen Perspektiven ist also das Erbringen einer Leistung ebenso von Bedeutung wie die Bereitschaft zur Kooperation.**

### **Bewegung gestalten: Jonglieren, HipHop**

Jongliert wird mit Bällen, Ringen, Keulen, Devil Stick und Diabolo. Der Schwerpunkt liegt in der weitgehend selbständigen Erarbeitung der grundlegenden Techniken. Die Präsentation einer selbstzusammengestellten „Kür“ an einem Gerät ist obligatorisch.

Des Weiteren soll in der Gruppe parallel zur Jonglageeinheit ein HipHop-Tanz erarbeitet werden. Ausgehend von wenigen, einfach zu erlernenden Grundsritten soll vor allem die kreative Entwicklung eigener „Moves“ im Zentrum stehen. Dabei sollen sowohl Musik als auch Choreografie von den Kursteilnehmern eingebracht werden.

**Die Wahl dieses Kurses beinhaltet automatisch die verbindliche Teilnahme an der Wintersportwoche! Hierbei muss die Erklärung in Anlage 1 mit der Wahl des Kurses abgegeben werden!**

**KURS P02** (incl. verbindl. Teilnahme an der Wintersportwoche)  
**Kurslehrer: Herr Dr.Reuber** **Do . 7.-8. Std.**

**Fahren, Rollen, Gleiten**  
**Turnen an und mit Geräten: Parkour**  
**Spielen – Mehrkontakt-Rückschlagspiele**

### **Fahren, Rollen, Gleiten**

In diesem Bewegungsfeld wollen wir anhand der unterschiedlichsten rollenden und gleitenden „Sportgeräte“ das Repertoire an Bewegungsgefühl und Wahrnehmungsfähigkeit erweitern und festigen. Die rollenden Sportgeräte können **Roller-Skates** und/oder **Skateboard** sein (**jeder/jede teilnehmende Schüler/Schülerin muss im Besitz eines der genannten Sportgeräte sowie einer kompletten Schutzausrüstung sein!!!**). Im Rahmen der **Wintersportwoche** (nähere Informationen s. Anlage 1) beschäftigen wir uns mit dem Carven, Boarden und Skaten. Im Rahmen des Kurses sollen vor allem Bewegungsverwandtschaften herausgearbeitet werden, die es uns ermöglichen von rollenden auf gleitende Sportgeräte umzusteigen. Aber auch die **Perspektive etwas zu Wagen bzw. zu Riskieren** soll im Rahmen der Kurskonzeption nicht zu kurz kommen. Miteinander zu skaten, rollen, boarden heißt immer auch sich neue Dinge abzuschauen und sie nachzuahmen. Wir wollen gemeinsam Tricks erlernen und uns über das durchdachte und verantwortbare Wagnis neue Bewegungen aneignen.

**Die Wahl dieses Kurses beinhaltet automatisch die verbindliche Teilnahme an der Wintersportwoche!**

### **Spielen – Mehrkontakt-Rückschlagspiele**

Neben dem **Volleyballspiel** soll vor allem wetterabhängig das **Beachvolleyballspiel** thematisiert werden. Sowohl das **Erbringen einer Leistung als auch die Kooperation** untereinander werden als pädagogische Perspektiven anvisiert. So resultiert ein gutes Volleyballspiel aus der physischen und psychischen Leistungsfähigkeit des einzelnen Spielers und in ihrem kooperativen Zusammenwirken im Rahmen der Mannschaft. Ziel ist zunächst einmal die Verbesserung der eigenen Spielfähigkeit durch das Erarbeiten und Wiederholen von koordinativen und konditionellen Grundlagen und Variationen sowohl der technischen Fertigkeiten als auch der taktischen Fähigkeiten.

### **Parkour**

Parkour ist eine Mischung aus Sport- und Bewegungskunst. Frei übersetzt geht es bei Parkour darum „eine selbst bestimmte Strecke möglichst effektiv und schnell zurückzulegen und die Hindernisse dabei entsprechend effizient zu überwinden“. Die Wege die man nutzt entspringen den eigenen Ideen, vorhandenen Möglichkeiten und dem eigenen Können. Wir wollen uns zunächst in der Sporthalle mit den entsprechenden Grundtechniken beschäftigen und uns dann, wenn gewollt, einen eigenen Parcours bauen.

Bei allem soll uns entsprechende Musik motivieren und begleiten! Die **pädagogischen Perspektiven Kooperation, Wagnis, und Körpererfahrung** sind bei der Bewältigung der vorgesehenen Aufgabenstellungen besonders gut zu realisieren. Kraft, Beweglichkeit, Körperspannung, Gleichgewicht, Konzentration und Einfühlungsvermögen können auf eine spielerische Weise erfahren und entwickelt werden.

**Rückschlagspiele: Badminton und Squash**  
**Spiele: Basketball und Streetball**  
**Bewegen an und mit Geräten: Trampolin**

**Rückschlagspiele: Badminton und Squash**

Im Rahmen des Bewegungsfeldes „Spielen“ soll vor allem das Badminton-Spiel den inhaltlichen Schwerpunkt bilden. Die Unterrichtseinheit Squash wird im Sportpoint (Unkostenbeitrag ca. 18,€, incl. Bälle und Schläger) durchgeführt. Mit der Zielspielorientierung beider Sportspiele steht das Erlernen bzw. die Verbesserung der Grundlagentechnik im Vordergrund – auf theoretischer sowie auf praktischer Ebene.

Sowohl die Festigung technischer Grundlagen als auch das Erlernen und Anwenden taktischer Grundkenntnisse (Einzel- und Doppelspiel) sollen die Spielfähigkeit jedes Einzelnen verbessern. Allen Unterrichtsinhalten soll vor allem der Spielgedanke zugrunde liegen, sodass das Spielen tatsächlich einen hohen Stellenwert besitzt.

Eigenes Schläger- und Ballmaterial wird vorausgesetzt (Badminton).

**Pädagogische Perspektiven: Kooperation und Leistung**

**Spiele: Basketball und Streetball**

In dieser Unterrichtseinheit sollen zunächst die grundlegenden Basketball-Techniken geschult werden. Darüber hinaus sollen Strategien und taktische Elemente entwickelt und im Spiel angewandt werden. Im Streetball kann durch gemeinsam abgesprochene Regelveränderungen der Spielgedanke verändert oder modifiziert werden. In ausgewogenen Teams sollen kleine Streetballturniere organisiert und durchgeführt werden.

**Pädagogische Perspektiven: Miteinander kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen**

**Bewegen an und mit Geräten: Trampolin**

Am großen Trampolin sollen zunächst Basissprünge erlernt werden. Eine gesunde Selbsteinschätzung, Mut und Sicherheit sind wesentliche Aspekte des Trampolinturnens. Später sollen die Kursteilnehmer einzeln, oder auch in Kleingruppen einen eigenen „Showact“ gestalten. Dabei kommt es neben spektakulären Sprüngen auch auf Kreativität, Ausdruck und die gewählte Musik an.

**Pädagogische Perspektiven: Gestaltung, Wagnis, Körpererfahrung**

**Den Körper trainieren, die Fitness verbessern**  
**Spiele: Fußball und Basketball**  
**Fahren, Rollen, Gleiten**

### **Den Körper trainieren, die Fitness verbessern**

In der ersten Kursphase steht die Verbesserung der gesamten körperlichen Fitness im Mittelpunkt. Insbesondere die Ausdauer soll ernsthaft trainiert werden. Dies wird vor allem durch Laufen und auch durch Rad fahren erreicht werden. Hierfür sollte die Bereitschaft vorhanden sein, auch bei jedem Wetter draußen aktiv zu sein. Das Pensum wird langsam gesteigert werden. Es geht auch darum, Spaß und Freude am Laufen wie auch am Rad fahren zu vermitteln und die schöne Erfahrung zu machen, dass die Belastung immer besser verkraftet werden kann, was mit einem körperlichen , aber auch seelischen Wohlgefühl verbunden ist.

Neben Waldläufen mit ausreichenden Pausen wird immer auch durch entsprechende Gymnastik die gesamte körperliche Konstitution verbessert werden. Auf dem Außengelände werden Parcours entwickelt werden, die der Kraftausdauer dienen und die Sprungkraft sowie die Schnelligkeit fördern.

Insgesamt wird so auch eine körperliche Grundvoraussetzung für das Bewegungsfeld Spielen geschaffen. Dabei sollen auch die physiologischen Veränderungen durch Training bewusst gemacht und am eigenen Körper erfahren werden.

**Pädagogische Perspektiven: Leistung, Gesundheit, Körpererfahrung.**

### **Spiele**

Hier stehen die Zielschuss-Spiele Fußball und Basketball im Mittelpunkt. Die körperlichen Voraussetzungen für das erfolgreiche Mitspielen bei diesen Spielen wurden im ersten Bereich erarbeitet, wobei diese Spiele auch hier bereits zum Tragen kommen können.

Die grundlegenden technischen und taktischen Fertigkeiten der Spiele werden gemeinsam erschlossen und trainiert werden.

**Pädagogische Perspektiven: Kooperation, Leistung.**

### **Fahren, Rollen, Gleiten**

Besonders auch in der ersten Kursphase (beim Erarbeiten der grundlegenden Fitness) wird Rad gefahren.

Es werden im Bereich Bergwerkswald (Watzenborn, Leihgestern/Mühlberg, Oberhof und Klein Linden) verschiedene Touren mit dem ganz normalen Fahrrad absolviert werden. Dabei müssen bestimmte Strecken auf Zeit gefahren werden (ca. 20 Km Langstrecke und zwei verschiedene, deutlich kürzere „Bergetappen“) Es ist also kein besonderes Rad von Nöten, sondern nur ein straßentaugliches Rad mit einer vernünftigen Gangschaltung. Das Tragen eines Helmes ist Pflicht. Wer beim Radfahren ohne Helm erscheint, darf nicht mitfahren und erhält zwei unentschuldigte Fehlstunden).

Ähnlich wie beim Laufen geht es auch hier um den Gesundheitswert des Radfahrens (nicht zu unterschätzen ist selbstverständlich auch der Umweltaspekt) und die Erfahrung, wie weit man in einer Stunde mit dem Rad kommen kann. Das Rad fahren wird während der gesamten zwei Jahre immer wieder als Trainingsmittel eingesetzt werden.

**Pädagogische Perspektiven: Gesundheit, Kooperation, Leistung**

**KURS P05**

**Fr. 7.-8. Std.**

**Kurslehrer: Herr Wyllie (1.HJ)/NN (2.HJ)**

**Spiele: Handball / Beachhandball**  
**Leistungen messen, verbessern, bewerten, das eigene Leisten**  
**wahrnehmen: Verbesserung der konditionellen Fähigkeit**  
**Kraft**

**Spiele: Handball / Beachhandball**

Beim Handball steht vor allem der Spielgedanke im Vordergrund. Dies beinhaltet das Erlernen bzw. Vertiefen von grundlegenden Techniken sowie taktisches Verständnis. Ebenso soll sich im Spiel die Teamfähigkeit weiterentwickeln.

Grundlegend sollen die physische und psychische Leistungsfähigkeit gesteigert und das Regelwerk behandelt werden. Des Weiteren steht die koordinative und konditionelle Ausbildung im Blickpunkt.

Bei gutem Wetter findet der Unterricht auf dem Beachhandballfeld der Außensportanlage statt.

**Pädagogische Perspektive:** Kooperation, Wettkampf und Leistung

**Leistung messen, verbessern, bewerten, das eigene Leisten**  
**wahrnehmen: Verbesserung der konditionellen Fähigkeit**  
**Kraft**

Unterstützend zum Handball soll die Verbesserung der konditionellen Fähigkeit Kraft ein weiteres Kursthema darstellen. Dies soll in Form eines Unterrichtsblocks als auch begleitend stattfinden. Neben dem Wissen über Krafttraining soll die

individuelle Anwendung geschult sowie das eigenverantwortliche Handeln gefördert werden.

**Pädagogische Perspektive:** Körpererfahrung und Leistung

**Herr Wyllie wird nur den Unterricht im 1. Halbjahr anbieten.**  
**Im 2.Halbjahr wird ein Kollege/ eine Kollegin übernehmen.**  
**Das dort angebotene Bewegungsfeld wird auf der zentralen**  
**Informationsveranstaltung vorgestellt werden.**

**Spiele: Hallen- bzw Beachhandball****Bewegen an und mit Geräten: Trampolin: Trampolin****Spiele : Hallen- bzw. Beachhandball (Zielschussspiele)**

Neben dem **Hallenhandballspiel** soll bei gutem Wetter auch das Beachhandballspiel auf unserer Außenanlage thematisiert werden. Sowohl das **Erbringen einer Leistung** als auch die **Kooperation untereinander** werden als pädagogische Perspektiven anvisiert.

So resultiert ein gutes Handballspiel aus der physischen und psychischen Leistungsfähigkeit des einzelnen Spielers und in ihrem kooperativen Zusammenwirken im Rahmen der Mannschaft. Auch hier besteht das Ziel neben dem Kennenlernen des Regelwerks zunächst einmal in der Verbesserung der eigenen Spielfähigkeit durch das Erarbeiten und Wiederholen von koordinativen und konditionellen Grundlagen und Variationen sowohl der technischen Fertigkeiten als auch der taktischen Fähigkeiten.

**Bewegen an und mit Geräten: Trampolin**

Was ist es, was das Trampolinspringen immer wieder zu einem besonderen Erlebnis für Schüler und Lehrer macht?

Das Erleben von verschiedenen Flugphasen über dem großen Sprungtuch, das Kennenlernen und Kontrollieren des eigenen Körpers und auch der Mut etwas Neues zu probieren. Diese Aspekte bereiten immer wieder Freude am Trampolinspringen. Nach einer turnerischen Grundschulung und dem gemeinsamen Erlernen der Basissprünge wollen wir Kriterien zur Bewertung einer Choreografie erarbeiten, mit denen ihr dann eure eigenen Vorführungen beurteilen sollt.

Bei der Erarbeitung dieser Vorführungen sind eurem Einfallsreichtum keine Grenzen gesetzt. Eine gesunde Selbsteinschätzung und Verantwortungsbewusstsein sind Voraussetzung für das Gelingen der Veranstaltung. Mit der Nutzung neuer Medien zur Auswertung bzw. Beobachtung des Erlernten wollen wir den Lernprozess unterstützen und das Ergebnis festhalten.

Schließlich sollen Elemente aus dem Bereich des Kletterns Möglichkeiten bieten, Bewegungserfahrungen zu sammeln sowie eigene Grenzen kennen zu lernen und mit diesen umzugehen.

Das Bewegungsfeld deckt einen Großteil der pädagogischen Perspektiven ab. **Gestaltung, Wagnis und Körpererfahrung** werden ebenso im Mittelpunkt stehen wie **Kooperation und Leistung**.

**KURS P07**

**Do . 7.-8. Std.**

**Kurslehrer: Frau Sudler**

**Spiele: Fußball/ American Sports**  
**Bewegen an und mit Geräten: Parcours**  
**evtl. Bewegung gestalten: Jumpstyle**

### **Spiele: 1. Fußball 2. American Sports**

Egal ob in der Halle, auf dem Rasen oder auch mal im Sand: Das Spielerlebnis Fußball soll einer der Schwerpunkte dieses Kurses sein. Dabei kommt es neben dem Erwerb technischer Fertigkeiten auch auf das Zusammenspiel an. Neben den grundlegenden Techniken des Passens, Dribbelns und Schießens soll aber auch Raum für die kreative Entwicklung von Tricks und anderen Varianten vorhanden sein.

Daher stehen in diesem Bewegungsfeld die pädagogischen Perspektiven **Kooperation, Leistung und Gestaltung** im Mittelpunkt.s

Im anderen großen Themenkomplex –American Sports- soll die Entwicklung der Spiele, jeweils ausgehend von der grundlegenden Spielidee, Ultimate Frisbee und Flagfootball ebenso wie die Weiterentwicklung des Brennballspiels hin zu Softball im Zentrum stehen.

Auch hier finden die pädagogischen Perspektiven **Kooperation und Gestaltung** Beachtung.

### **Bewegen an und mit Geräten: Parcours**

Parcours ist eine Sportart, bei der der Teilnehmer versucht, selbstgewählte Hindernisse möglichst schnell und effizient zu überwinden. Dazu bedarf es natürlich einerseits des Muts, etwas

zu *wagen*, neue **Körpererfahrungen** zu machen, aber auch vieler, vor allem koordinativer Fähigkeiten. Im Rahmen dieses Kurses können die Grundtechniken verschiedener Sprünge und Landungen erlernt werden. Ziel ist es, zum Schluss einen eigenen Parcours zu bauen. Selbstverständlich darf bei „Lifestyle-Sportarten“ die entsprechende Musik nicht fehlen.

### **Optional: Bewegung gestalten: Jumpstyle**

Jumpstyle bezeichnet einen Tanzstil, der mittlerweile eine eigene Szene hat, die sich auch in Deutschland immer weiter ausbreitet. Getanzt wird einzeln oder in Gruppen, indem die Beine im Rhythmus während des Springens abwechselnd nach vorne und hinten geworfen werden.

Ausgehend von wenigen, einfach zu erlernenden Grundmustern soll vor allem die kreative Entwicklung eigener „Moves“ im Zentrum stehen. Dabei sollen sowohl Musik als auch Choreografie von den Kursteilnehmern eingebracht werden.

Jumpstyle ist koordinativ und konditionell sehr anspruchsvoll, sodass hier, neben der notwendigen Kooperation, vor allem die pädagogischen Perspektiven **Leistung und Gestaltung** von Bedeutung sind.

**Spiele: Volleyball und Badminton**

**Laufen – Springen – Werfen**

**Ein weiteres Bewegungsfeld nach Absprache**

**Spiele**

Grundlegende spieltechnische und spieltaktische Fertigkeiten der Sportart Volleyball sollen schrittweise erlernt und geübt werden. Unter der pädagogischen Perspektive der Kooperation sollen auch alternative Ideen zum „volley Ball spielen“ erarbeitet werden.

**Badminton**

Einer isolierten Technikschiulung geht ein spielgemäßer Ansatz voraus, um über neue Bewegungs- und Materialerfahrungen zu einer adäquaten Technik zu gelangen, die ein variantenreiches Spielen ermöglicht. Schläger und Bälle sollten mitgebracht werden.

**Laufen – Springen – Werfen**

Dieses Bewegungsfeld hat ausschließlich die leichtathletischen Disziplinen zum Inhalt. Besondere Anforderungen werden an die koordinativen Fähigkeiten gestellt, wenn z.B. Hürdenlauf oder Dreisprung aber auch Diskuswurf oder alte und neue Hoch – und Weitsprungtechniken erlernt werden. Im Vordergrund stehen die pädagogische Perspektiven der **Leistung und der Bewegungserfahrung.**

## Informationen zur kursgebundenen Wintersportwoche im Jg. 11

**Ort:** *Hotel Untersteinerhof* \*\*\*- Am  
Bühel 36, I-39030, St. Jakob im  
Ahrntal -  
[http://www.steinhauser-  
hotels.com](http://www.steinhauser-hotels.com)



**Skigebiet:** Klausberg (Südseite der Zillertaler Alpen); 2  
Kabinenbahnen, 7 Sessellifte, Fun-Park etc.

**Abfahrt:** Do. 17.02.2011

**Rückfahrt:** Fr. 25.02.2011

**Leiter:** Herr Dr. Reuber, Herr Briel

**Skilehrer /Betreuer (vor.):** Dr.Reuber, Briel, Frank, usw.

**Gesamtpreis:** 345 € für Fahrt,  
Unterkunft und Vollpension sowie 6-Tages-  
Skipass ohne Leihmaterial

**Ausleihe:** von Helm (Helmpflicht!), Ski,  
Skischuhen und Stöcken (ca. 26 €/Wo)  
sowie von Snowboard (ca. 35 €/Wo) vor



Ort möglich.

**Teilnehmer:** ca. 52 SchülerInnen der Klassen 11a – 11h  
nur aus den Kursen ‚*Gleiten, Rollen, Fahren*‘ der Lehrkräfte  
**Briel** und **Dr.Reuber**;

**Anmeldung:**

1. **50 € Anzahlung bis zum 17.09.2010 (Konto s.u.)**
2. **Abgabe der vollständig ausgefüllten  
Teilnahmeerklärung /Vollmacht im Sekretariat  
(Termin: Mi, den 18.08.2010), sonst keine  
Kursteilnahme!**
3. **Restzahlung von 295 € auf das Skikurskonto:**

*Jan Briel, Volksbank Mittelhessen,  
BLZ 513 900 00, Konto: 53438709  
bis spätestens 30.11.2010*

**Genauere Informationen sowie die Ausgabe der Anmel-  
deformulare erfolgen am Dienstag, den 17.08.10 in der 7.  
Stunde; Aula!**

Weitere Infos zur Wintersportwoche unter:

<http://www.ostschule.de/faecher/sport/>

und am Dienstag 7./8. Std. in der Aula!

