

Fach:	Sport
Erfahrungs- und Lernfeld:	Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten
Lernfeldbereich	A
Kursart:	Ergänzungsfach
Kursnummer:	
Wochenstundenzahl:	2
Jahrgangsstufe:	12
Kursthema:	Windsurfen
Kurslehrer/in:	

**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.

**Kompetenzerwerb:**

Sachkompetenzen:

Die Schülerinnen und Schüler ...

- zeigen eine altersgemäße Ausprägung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten.
- wenden grundlegende Bewegungstechniken in den gewählten Individualsportarten an.
- steigern ihre Leistung durch beständiges Üben und Trainieren.

Methodenkompetenzen:

Die Schülerinnen und Schüler ...

- arbeiten Referaten zu unterschiedlichen Aspekten Ökologie & Ökonomie beim Windsurfen aus.  
**(MeK 1)**
- trainieren weitere motorische Fähigkeiten wie Beweglichkeit, Koordination zur Steigerung ihrer Leistung.  
**(MeK 3)**
- analysieren Bewegungsabläufe aus biomechanischer Perspektive.  
**(MeK 4)**
- beobachten kriteriengeleitet und geben Rückmeldungen / Korrekturen.  
**(MeK 5)**

Sozialkompetenzen:

Die Schülerinnen und Schüler ...

- reflektieren Leistungsfähigkeit in Bezug auf Körpergröße u. -gewicht.

**(SoK 1)**

- beachten Sicherheitsaspekte beim Windsurfen.

**(SoK 4)**

Selbstkompetenzen:

Die Schülerinnen und Schüler ...

- verfeinern ihre Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf ihre eigenen Bewegungsmöglichkeiten

**(SeK 2)**

- schätzen die eigenen Fähigkeiten und Risiken ihres Handelns und der Sportart realistisch ein.

**(SeK 3)**

- Beurteilen die Ausführungsqualität der Techniken beim Windsurfen.

**(SeK 4)**

- Reflektieren sportartspezifische Gefahren.

**(SeK 5)**

- erarbeiten Grundlagen eines Stabilisationstrainings zur Verletzungsprophylaxe.

**(SeK 6)**

Inhalte:

- Revier- und Sicherheitseinweisung
- Materialbehandlung
- Brett- und Riggspiele
- Segelaufholen und Start (ggf. Strandstart)
- Steuern
- Notstop / Notsituationen
- Fahren auf verschiedenen Kursen (ggf. Trapezsurfen)
- Wende
- Halse
- Theoretisches Grundwissen / Fachbegriffe

Leistungsbewertung:

- Sportpraktische Note im Fitnesstraining in der Vor- bzw. Nachbereitung der Schulwindsurfwoche
- Referatsnote während der Schulwindsurfwoche
- Lernfortschritt während der Schulwindsurfwoche
- Demonstration der Einsteigertechniken – kursbegleitend, mit Videoanalyse – und Abschlussregatta
- Prüfungsfragen zum Surfgrundschein

Unterrichtsmaterial:

- Schwimm- und Sportkleidung, Surfschuhe oder alte Turnschuhe
- Surf-Leihhausrüstung (ohne Surfschuhe), Arbeitsheft „Surfen für Einsteiger“ vom Deutschen Segler-Verband (im Kostenbeitrag enthalten)

Bemerkungen:

- Der Kurs ist für AnfängerInnen und Fortgeschrittene offen! Eine körperliche Grundfitness ist für den Kurs Voraussetzung!
- Windsurfen wird als Kompaktkurs in Pepelow/Ostsee durchgeführt. Es entstehen Kosten in Höhe von ca. 250,-€.
- WICHTIG! Die Anmeldung für diesen Kurs erfolgt verbindlich. Bei Nichtteilnahme (z.B. Rücktritt in Jahrgang 11, Schulwechsel usw.) fallen Stornokosten an. Diese müssen vom Teilnehmer getragen werden.  
Bei Stornierung nach erfolgter Anmeldung liegen die Stornokosten bei 30% des Reisepreises.  
90-60 Tage vor Reisebeginn: 40% des Reisepreises.  
59-30 Tage vor Reisebeginn: 50% des Reisepreises.  
30-7 Tage vor Reisebeginn: 60% des Reisepreises.  
7-0 Tage vor Reisebeginn: 70% des Reisepreises.
- Es kann der Segelsurfgrundschein des Deutschen Segler-Verbandes erworben werden

Kursausschreibung Sport  
Schuljahr 2018/ 2019  
Aue-Geest-Gymnasium Harsefeld

