

## **Kursthema:**

Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten  
Segeln (Schwerpunkt), SUP

<b>Erfahrungs- und Lernfeld (BGT):</b> A - Individualsportart	<b>Lernfelder FOS:</b> Wagnis und Verantwortung Gesundheit und Leistung
<b>Schulhalbjahr: 2</b>	<b>Kursleiterin:</b> Galda

## **Kursinhalte:**

Die Schüler\*innen lernen auf einer Jolle die grundlegenden Techniken des Segelsports kennen und sammeln Bewegungserfahrungen auf dem SUP. Sie setzen sich mit der Theorie des Segelsports auseinander und vertiefen die Grundtechniken durch das Üben auf unterschiedlichen Booten (Jolle, Katamaran, Laser). Sie beobachten und korrigieren sich gegenseitig bei der Technikausführung und kooperieren und konkurrieren in Regattasituationen. Der Kurs bereitet auf den Grundschein Segeln vor.

## **Beurteilungskriterien:**

Die Gesamtnote setzt sich aus sportpraktischen Leistungen (50%, Technik und Taktik) und dem individuellen Lernfortschritt (30 %) zusammen. Das Ergebnis ist abhängig von der Qualität der Ausführungen. Überprüft werden Wende, Halse, Aufschießer, Mann-über-Bord-Manöver. Des Weiteren wird das Beherrschen der Fachbegriffe und grundlegender Knoten sowie das Auftakeln eines Bootes erwartet.

## **Besonderheiten:**

Kursbeginn nach den Osterferien  
externe Veranstaltung jeweils mittwochs 7. – 12. Stunde

