



## **Kursthema:**

Turnen und Überwinden von Hindernissen ( Le Parkour)

### **Erfahrungs- und Lernfeld (BGT):**

A - Turnen und Bewegungskünste

### **Lernfelder FOS:**

Gesundheit und Leistung & Wagnis und Verantwortung

### **Schulhalbjahr:**

2

### **Kursleiter:**

Junemann

## **Kursinhalte:**

- turnerische Bewegungsgestaltung als Grundlage zur Erweiterung des individuellen Bewegungskönnens
- sicheres Landen und Abrollen aus der Bewegung und von verschiedenen Höhen
- Bewegungsfluss aufrecht erhalten und sinnvoll nutzen
- turnerische Roll- und Stützbewegungen situationsangemessen variieren und sicher anwenden
- Erstellen und Überwinden einer Parkourstrecke mit unterschiedlichem Anforderungsniveau im Bereich des FREERUNNINGS

## **Beurteilungskriterien:**

- Gestaltung einer Trainingseinheit und Durchführung eines individuellen Parkours mit differenziertem Anforderungsniveau bezüglich der individuell gewählten FREERUNNING Elemente als Gruppenarbeit
- sicheres Anwenden festgelegter Überwindungselemente innerhalb einer vorgegebenen Parkourstrecke auf Zeit.
- Mitarbeit, regelmäßiger Teilnahme, individueller Einsatz und Entwicklung

## **Besonderheiten:**

