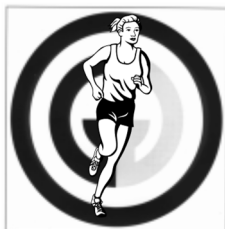


# Kursprogramm Sport

## - 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 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 darauf hin, 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 in der Cafeteria oder unter [www.ostschule.de](http://www.ostschule.de) eingesehen werden. **heint.**

Die Kurswahlen finden am Dienstag, den 31.08. **im Rahmen des Klassenlehrerunterrichts** statt. Alle Schülerinnen und Schüler, die keinen Kurs wählen, werden vom Schulsportleiter gesetzt!

**KURS 1**                    **E1SPO01**                    **Di. 7.-8. Std.**  
**(Möglichkeit zur Teilnahme an der Wintersportwoche)**  
**Kurslehrer: Herr Briel**

**Fahren, Rollen, Gleiten: Skaten und Boarden**  
**Spiele: Handball/ Beachhandball**  
**Spiele: Badminton**

### **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 kennen zu lernen. Neben dem **Wagnis**, unbekannte 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! Skate- und Waveboards sind vorhanden!**

### **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.

### **Spiele: Badminton**

Mit der Zielspielorientierung 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. Bezüglich der **pädagogischen Perspektiven ist also das Erbringen einer Leistung ebenso von Bedeutung wie die Bereitschaft zu Kooperation und Gestaltung.**

**Die Wahl dieses Kurses beinhaltet die Option einer Teilnahme an der Wintersportwoche! Aufgrund der derzeitigen Coronalage ist es im Moment nicht sinnvoll (Unsicherheit, Kosten, Einschränkungen, Reiserücktrittsversicherung,...), eine Schulfahrt ins Ausland zu buchen. Sollten es die aktuellen Bedingungen zu Beginn des Jahres 2022 zulassen, werden wir kurzfristig versuchen eine Fahrt zu organisieren.**

**Zielschussspiel: Basketball**  
**Rückschlagspiel: Volleyball**  
**Laufen, Springen, Werfen: ausgewählte leichtathletische Disziplinen**  
**Den Körper trainieren, die Fitness verbessern**

### **Zielschussspiel Basketball**

Neben der Nutzung unserer Außenanlage werden wir auch in der Halle technische Daneben soll die allgemeine sowie insbesondere sportartspezifische Spielfähigkeit verbessert werden. Dabei sollen vor allem die **pädagogischen Perspektiven Kooperation, Gesundheit und Leistung erfahren** im Zentrum des gemeinsamen Lernens und Spielens stehen.

### **Spielen: Volleyball**

In dieser Unterrichtseinheit sollen zunächst die grundlegenden Techniken geschult und im weiteren Verlauf gefestigt werden. Darüber hinaus werden Strategien und taktische Elemente entwickelt, um im Spiel einen Vorteil herauszuspielen zu können. Neben der Spielpraxis ist ebenfalls der Erwerb von theoretischen Grundkenntnissen Inhalt. Vom partnerschaftlichen Üben soll im Laufe der Zeit ein wettkampforientiertes Spiel entstehen.

### **Pädagogische Perspektiven: Leisten, Soziale Interaktion**

### **Laufen, Springen, Werfen**

Neben den klassischen bekannten Leichtathletikdisziplinen sollen auch mittlerweile unbekanntere unter den **pädagogischen Perspektiven Wagnis, Körpererfahrung und Gestaltung** erprobt und geübt werden. Dabei sollen alte Disziplinen und Bewegungstechniken wie beispielsweise Stabweitsprünge, Hoch-Weit-Sprung und andere kennengelernt und geübt werden.

### **Ausdauer und Fitness**

Verbesserung der Ausdauerfähigkeit und körperlichen Fitness erfordert ein hohes Maß an Leistungsbereitschaft und Freude, sich körperlich zu betätigen und aktiv zu sein. Neben unserem Krafraum und den schulischen Sportanlagen soll auch der naheliegende MTV-Platz genutzt werden, um unter den **pädagogischen Perspektiven Gesundheit und Kooperation** den individuellen Fitnessstand und die eigene Ausdauerfähigkeit auch mittels unterschiedlicher Spiele und Spielformen zu verbessern und zu trainieren.

**KURS 3**

**E1SPO03**

**Mi. 7.-8. Std.**

**(Mögliche Teilnahme an der Wintersportwoche)**

**Kurslehrer: Herr Dr.Reuber**

**Fahren Rollen Gleiten**

**Spiele – Mehrkontaktsportarten: Volleyball**

### **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 sind in jedem Fall Roller-Skates (jeder/jede teilnehmende Schüler/Schülerin muss im Besitz von Roller-Skates sowie einer kompletten Schutzausrüstung sein!!!). Darüber hinaus wollen wir uns mit dem Waveboard und dem Skateboard beschäftigen. 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.

### **Spiele – Mehrkontakt-Rückschlagspiele - Volleyball**

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. Weitere Beachsportarten können zudem je nach Kurswunsch ausprobiert werden.

**Die Wahl dieses Kurses beinhaltet die Option einer Teilnahme an der Wintersportwoche! Aufgrund der derzeitigen Coronalage ist es im Moment nicht sinnvoll (Unsicherheit, Kosten, Einschränkungen, Reiserücktrittsversicherung,...), eine Schulfahrt ins Ausland zu buchen. Sollten es die aktuellen Bedingungen zu Beginn des Jahres 2022 zulassen, werden wir kurzfristig versuchen eine Fahrt zu organisieren.**

**KURS 4      E1SPO04**  
**Kurslehrerin: Frau Friedrich-Khoury**

**Mi. 7.-8. Std.**

**Fitness und Gesundheit**

**Tanz: HipHop, Contemporary, Contact Improvisation, Modern Dance Basics**

**Fitness**

Im ersten Halbjahr der 11 werden wir an unserer Fitness arbeiten. Wir werden Pilates, Yoga, Funktionsgymnastik und Zirkeltraining durchführen und auch gemeinsam joggen. Wir werden die Sportarten unter der Perspektive „die Fitness verbessern, Gesundheit fördern“ immer auch theoretisch betrachten und darüber sprechen, wie Training auf den Körper wirkt, wie Anpassung funktioniert und was „Fitness“ überhaupt ist.

Um uns der tänzerischen Gestaltung zu nähern, werdet ihr in Kleingruppen ein Workout zu einem selbst gewählten Schwerpunkt aus den Bereichen Aerobic/ Rope Skipping/ Jump Style/ Step Aerobic/ Zumba/ Tae Bo gestalten und gemeinsam mit dem Kurs durchführen. Dabei geht es um die Grundlagen des Choreographierens sowie um ein gesundheitsorientiertes, motivierendes Training - mit hoffentlich viel Spaß.

**Tanz**

Im zweiten Halbjahr der 11 geht es los mit der Sportart Tanz unter den Perspektiven „Kooperation, Gestaltung & Bewegungserfahrung“. Hier beginnen wir zunächst mit hinführenden Übungen. Es ist also möglich, mit geringen Vorkenntnissen teilzunehmen, allerdings sollte die Bereitschaft vorhanden sein, eventuelle Lücken durch privates Üben zu schließen.

In dieser Phase schnuppern wir in die Bereiche Contemporary, HipHop, Tanztheater, Improvisation und Contact Improvisation hinein.

Ihr dürft dabei gerne eigene Erfahrungen mit einbringen und mit dem Kurs teilen.

Vielleicht hat jemand Erfahrungen mit afrikanischem Tanz, Musical, Bauchtanz, Garde oder Capoeira und möchte dazu ein Warm-Up für die Gruppe gestalten?

Nach dieser Phase des Ausprobierens legen wir einen Schwerpunkt fest und ihr entwickelt eine Choreo in Kleingruppen, die in Form einer Leistungsüberprüfung benotet wird.

**Ich freue mich auf viele fitness- und tanzbegeisterte Schüler\*innen!**

**KURS 5      E1SPO05**  
**Kurslehrer: Herr Faßl**

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

**Spielen: Basketball und Fußball**

**Den Körper trainieren, die Fitness verbessern**  
**Spielen: Basketball und Fußball**

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

In der ersten Kursphase steht die Verbesserung der gesamten körperlichen Fitness im Mittelpunkt. Insbesondere die Ausdauer soll trainiert werden. Dies wird vor allem durch Laufen, Walken und der Arbeit mit dem Thera-Band (ein solches muss sich jeder und jede in der Länge von 2,50 m anschaffen), das dann unser ständiger Begleiter sein wird, 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 und Walken zu erleben und die schöne Erfahrung zu machen, dass die Belastungen immer besser verkraftet werden können, was mit einem körperlichen, aber seelischen Wohlgefühl verbunden ist.

Neben Waldläufen mit ausreichenden Pausen wird durch entsprechende Gymnastik die gesamte körperliche Konstitution verbessert werden. Als Leistungstests werden Cooper-Test und Dreißigminutenläufe auf der Laufbahn durchgeführt.

|

Pädagogische Perspektiven: Leistung, Gesundheit, Körpererfahrung.

Hier stehen die Spiele Basketball und Fußball im Mittelpunkt. Die körperlichen Voraussetzungen für das erfolgreiche Mitspielen wurden im ersten Bereich erarbeitet, wobei auch dort schon zur Auflockerung gespielt werden kann. Die grundlegenden technischen und taktischen Fertigkeiten beider Spiele werden gemeinsam erschlossen und trainiert. Auch hier wird sehr viel draußen auf unseren Außenanlagen stattfinden. Fußball wird außerdem, wenn es möglich ist, auf dem Kunstrasenplatz des MTV gespielt werden.

Pädagogische Perspektiven: Kooperation, Leistung.

**KURS P06**

**E1SPO06**

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

**Kurslehrer: Herr Duhaze**

**Nutzen und Anwenden von disziplinübergreifenden Mustern im Sport:**

**Turnen verknüpft mit z. B. Parkour und Minitrampolin**

**Rückschlagspiele - Badminton, Volleyball und z.B. Spikeball**

#### **Turnen zusammen mit Parkour und Minitrampolin**

Das klassische Turnen erfreut sich in der Schule eher schwindender Beliebtheit. Dennoch sollen hier klassische Elemente des Turnens (vorrangig Bodenelemente) vermittelt bzw. gefestigt werden. Wir beschäftigen uns hier also mit Handstand, Rad und Roll- bzw. Überschlagsbewegungen. Jedoch werden diese nicht zum Selbstzweck stehen bleiben. Vielmehr soll durch lebensnähere, weniger normierte oder motivierendere Sportarten wie z.B. Parkour und Minitrampolin eine Begründung für das Ausprägen sportartübergreifender Fähigkeiten geschaffen werden. So können sich Sportarten gegenseitig konditionell, koordinativ und auch motivational bedingen.

**Pädagogische Perspektiven: Körpererfahrung / Wagnis / Gesundheit**

#### **Rückschlagspiele – Badminton, Volleyball und z.B. Spikeball**

Auch bei den Spielsportarten lassen sich Gemeinsamkeiten nutzen. Das schnelle Erkennen, Reagieren und Antizipieren geschlagener Flugobjekte, Antrittsschnelligkeit und natürlich die taktische Spielintelligenz und vieles mehr sind hier Beispiele für sportspielübergreifende Fähigkeiten und Fertigkeiten. Im Badminton wird der Schwerpunkt auf der Vermittlung technischer und taktischer Elemente im Vordergrund stehen. Volleyball soll gemeinsam mit

Spikeball vermittelt werden. Das Volleyballspielen wird somit einen Schwerpunkt im 2 vs. 2 und 3 vs. 3 haben (je nach Bedingungen auch Beach-Volleyball). Dabei wird eine Vermittlung im Vordergrund stehen, die Spielorientierung und Spielfähigkeit zum Ziel haben soll.

**Pädagogische Perspektiven: Leisten / Kooperieren**

*Reihenfolge und auch die jeweilige Akzentuierung und Breite der Inhalte ist maßgeblich von den Bedingungen (Kursgröße, Pandemieeinschränkungen etc.) abhängig und muss flexibel betrachtet sowie gemeinsam mit dem Kurs besprochen werden.*

**Ich habe Spaß an Bewegung – du auch?**

## KURS 7 E1SPO07

Fr. 7.-8. Std.

Kurslehrer: Frau Joksch (1.HJ)/ Frau Horstmann (2.HJ)

### Den Körper trainieren, die Fitness verbessern/

Ultimate Frisbee

1.HJ

Bewegen im Wasser – Sportschwimmen

2.HJ

#### 1.HJ

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

Die pädagogische Perspektive **Gesundheit** spielt im Rahmen dieses Inhaltsfeldes eine wichtige Rolle: Bewegung, Spiel und Sport sollen als Beitrag zur gesunden Lebensführung verstanden werden. Auf der Basis der individuellen Voraussetzungen werden erste Konzepte der Trainingsgestaltung thematisiert, gezieltes Fitnesstraining durchgeführt und die Bedeutung des Trainings für unterschiedliche Ziele reflektiert. Unter der pädagogischen Perspektive der **Körperwahrnehmung** soll des Weiteren der eigene Körper bewusst wahrgenommen und körperliche Reaktionen auf Bewegung und Sport differenziert betrachtet werden. Ziel ist, dass ihr euch und euren Körper besser kennenlernt.

##### Spielen: Ultimate Frisbee

In dieser Einheit wird das Endzonen-Spiel Ultimate Frisbee thematisiert: Sowohl die **soziale Interaktion** als auch das Erbringen einer **Leistung** werden als pädagogische Perspektiven anvisiert. Neben den motorischen Kompetenzen geht es hier auch um fachliche Kenntnisse wie beispielsweise Wurftechniken, Taktiken und das kooperative Zusammenwirken innerhalb der Mannschaft. Ziel ist zunächst einmal die Verbesserung der eigenen Spielfähigkeit durch das Erarbeiten und

Wiederholen von koordinativen und konditionellen Grundlagen sowie der taktischen Fähigkeiten. Die Inhalte sollen dabei auf möglichst spielerische Art und Weise vermittelt werden.

#### 2.HJ

##### Bewegen im Wasser - Sportschwimmen

Das Bewegungsfeld Wasser ist besonders im Sommer eine willkommene Abwechslung im Sportalltag. Im Kurs soll es darum gehen, auf Basis der eigenen individuellen Bewegung und anhand von kriterienorientierten Bezugsnormen Leistung zu erfahren, sie zu verstehen und selbst einzuschätzen. Schwerpunkt ist das Verbessern bzw. Erlernen verschiedener Lagen des Sportschwimmens, aber auch das Erfahren von einzigartigen Bewegungserlebnissen und Bewegungssituationen. Grundsätze des Übens und Trainierens im Wasser sowie die Besonderheit des Wassersports sollen im Laufe der Wassereinheiten vermittelt werden.

Zudem werden Aspekte aus dem **Bereich Aquafitness**, das Sportspiel **Wasserball** und andere kleine Spiele im Wasser angeboten.

##### Eigene Anreise zum Schwimmbad (evtl. Stadtbus)

**Sportgerechte Badebekleidung, keine Strandbekleidung!!! (wenn Bikini, dann Swimkini; wenn lange Badehose, dann eng anliegend!)**

**Pädagogische Perspektiven: Leistung, Körpererfahrung, evtl. Wagnis**



KURS 8 E1SPO08

Fr. 7.-8. Std.

Kurslehrer: Frau Horstmann (1.HJ)/ Frau Joksch (2.HJ)

<b>Bewegen im Wasser – Sportschwimmen</b>	<b>1.HJ</b>
<b>Spielen: Fußball und Hockey</b>	<b>2.HJ</b>

### 1.HJ

#### **Bewegen im Wasser - Sportschwimmen**

Das Bewegungsfeld Wasser ist besonders im Sommer eine willkommene Abwechslung im Sportalltag. Im Kurs soll es darum gehen, auf Basis der eigenen individuellen Bewegung und anhand von kriterienorientierten Bezugsnormen Leistung zu erfahren, sie zu verstehen und selbst einzuschätzen. Schwerpunkt ist das Verbessern bzw. Erlernen verschiedener Lagen des Sportschwimmens, aber auch das Erfahren von einzigartigen Bewegungserlebnissen und Bewegungssituationen. Grundsätze des Übens und Trainierens im Wasser sowie die Besonderheit des Wassersports sollen im Laufe der Wassereinheiten vermittelt werden.

Zudem werden Aspekte aus dem **Bereich Aquafitness**, das Sportspiel **Wasserball** und andere kleine Spiele im Wasser angeboten.

#### **Eigene Anreise zum Schwimmbad (evtl. Stadtbus)**

**Sportgerechte Badebekleidung, keine Strandbekleidung!!! (wenn Bikini, dann Swimkini; wenn lange Badehose, dann eng anliegend!)**

**Pädagogische Perspektiven: Leistung, Körpererfahrung, evtl. Wagnis**

### 2.HJ

#### **Spielen: Fußball**

In dieser Einheit wird das Zielschuss-Spiel Fußball thematisiert: Sowohl das Erbringen einer **Leistung** als auch die **soziale Interaktion** werden als pädagogische Perspektiven anvisiert. So resultiert ein gutes Fußballspiel aus der physischen und psychischen Leistungsfähigkeit der einzelnen Spielerin/des einzelnen Spielers und ihrem kooperativen Zusammenwirken innerhalb der Mannschaft. Ziel ist zunächst einmal die Verbesserung der eigenen Spielfähigkeit durch das Erarbeiten und Wiederholen von koordinativen und konditionellen Grundlagen sowie der technischen Fertigkeiten und taktischen Fähigkeiten. Auf spielerischer Basis soll das Spiel mit- und gegeneinander verbessert werden.

#### **Spielen: Hockey**

Die oben genannten Aspekte lassen sich auch auf das Zielschuss-Spiel Hockey übertragen, welches wir ebenfalls behandeln wollen. Auch hier spielen die pädagogischen Perspektiven **soziale Interaktion** und das Erbringen einer **Leistung** eine wichtige Rolle. In der Einheit soll die eigene Spielfähigkeit verbessert werden: Wir werden die verschiedenen Arten der Ballführung und Ballbehandlung sowie die taktischen Grundlagen kennenlernen, um das Erlernte in kleinen Spiel- und Wettkampfformen zu erproben. Das Zusammenspiel innerhalb der Mannschaft und das Spielen gegeneinander steht dabei im Vordergrund.