

**Sportkursbeschreibung - Berufliches Gymnasium  
Schuljahr 2021/2022 - 1. Halbjahr**



<b>Thema des Kurses (Kursnummer):</b>	<b>Seilklettern (AT)</b>
Bewegungsfeld / -gruppe	A
Kursart:	Ergänzungsfach
Veranstaltungstag/-zeit	Blockveranstaltungen an ca. 4 Samstagen
Ort der Sportveranstaltung:	Sporthalle Föhrste, Kletterhalle Hildesheim oder Hannover
Sportlehrkraft:	J. Deutsch

**Informationen zur Kursorganisation:**

- Der Kurs findet an 4 Samstagen in Form von Blockveranstaltung in der Sporthalle Föhrste oder der Kletterhalle HiClimb statt, die ersten Termine in Föhrste sind **18.09.** und **02.10.2021** von **8:30 – 13:00h.**
- Eine Teilnahme kann nur erlaubt werden, wenn sichergestellt ist, dass die Anwesenheit an beiden Terminen gewährleistet ist, da hier die Sicherungstechniken gelernt werden, ohne die wir nicht ins HiClimb dürfen.
- Bei Krankheit sollte aus Gründen der Glaubwürdigkeit ein Attest vorgelegt werden.
- Benötigt wird angemessene Sportkleidung, Hallenschuhe
- Kletterseile, Gurte und Kletterschuhe werden zur Verfügung gestellt, bzw. können für einmalig 5€ geliehen werden. Die Kosten für den Eintritt in der Kletterhalle HiClimb werden von der Schule übernommen. Die Fahrten dorthin müssen selbst organisiert werden.

**Leitidee:**

Die Schülerinnen und Schüler...

- demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten im Hinblick auf das Anforderungsprofil des Kletterns.
- bewältigen und bewerten Bewegungs- und Handlungsverläufe sowohl im Hinblick auf praktisch-handelnde als auch theoretisch-reflexive Kriterien
- erkennen die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen, nehmen Unterstützung

**Kompetenzerwerb:**

Die Schülerinnen und Schüler...

- lassen sich auf die unterschiedlichen Aspekte der unbekannteren Sportart Klettern und den damit verbundenen Unsicherheiten ein.
- sind konzentriert und zuverlässig in der Sicherungstechnik, beim Partnercheck und den Kommunikationsregeln.
- formulieren erreichbare Ziele beim Klettern.
- zeigen zunehmend Vertrauen in ihre eigenen Fertigkeiten und das Verantwortungsbewusstsein der Sichernden.
- schätzen ihre Kompetenzen in Wagnissituationen realistisch ein.
- kommunizieren und kooperieren bei Absprachen / Hilfestellungen angemessen miteinander.
- handeln den anderen SuS und sich selbst gegenüber verantwortungsbewusst.
- beobachten und beschreiben die Bewegungen der Kletterpartner, dabei geben Sie erstes Feedback.

**Inhalte:**

- Klettern im Toprope
- Merkmale des Partnerchecks
- Beherrschen der Sicherungstechniken
- Klettertechnik
- Theorie: Komfortzonenmodell, Angst und Furcht
- Fachwissen über das Klettermaterial

**Leistungsbewertung:****Inhaltsbezogene Kompetenzen (70%):**

- Demonstration der erlernten Fertigkeiten und Fähigkeiten im Klettern (Partnercheck, Sicherungs- und Klettertechniken)
- Reflexions- und Teamfähigkeit
- Theoretische Inhalte des Kletterns

**Prozessbezogene Leistung – Mitarbeit im Unterricht (30%), davon:**

- 20 % motivierte und aktive Mitarbeit, Sozialverhalten, Auf- und Abbau, Nutzung des eigenen Potentials, Hilfestellung für andere SuS etc.
- 10 % Ausarbeitung und Referat / Erwärmungsphase