

Kurssystem Sport

Kompaktkurse



Liebe Schülerinnen und Schüler

Beifolgend erhalten Sie das Kursprogramm für die Sportkurse im Schuljahr 2011/2012.

Dieses Kursangebot richtet sich an alle Schülerinnen und Schüler der Multi-Media BbS.

Wir sind als berufsbildende Schule verpflichtet, neben berufsspezifischen Unterricht auch die allgemeinbildenden Fächer wie Deutsch, Politik, Englisch, Religion und Sport anzubieten.

Zielstellung der Schule ist es dabei, ein Sportangebot zu ermöglichen, welches die individuellen Interessen der Schülerinnen und Schüler aufgreift. Dazu wurde das Kurssystem entwickelt, welches jeder Schülerin und jedem Schüler ein breites Feld an sportlichen Aktivitäten zur Wahl stellt.

Sport soll für Sie keine zusätzliche Belastung sein, sondern eine Möglichkeit der verkopften Belastung innerhalb der Schule und den Ausbildungsbetrieben einen freudbetonten Ausgleich zu bieten. Ziel des Sportteams ist die Gestaltung eines Kurses, der nicht nur Freude am Bewegen, sondern auch Möglichkeiten der Handlungskompetenz- und Gesundheitsförderung aufzeigt. Höher, Schneller, Weiter erlangt insofern eine wichtige Bedeutung, als dass Sie eigene Leistungsgrenzen erfahren und überwinden, sich im Team mit Ihren Mitschülerinnen und Mitschülern Ziele setzen und realisieren.

Beiliegend finden Sie das konkrete Kursangebot für Ihren Bildungsgang und weitere Hinweise zu den Wahlmöglichkeiten.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei der Teilnahme an den Sportkursen.

Dr. Martina Riedl

Kompaktkurse für Berufsschülerinnen und Berufsschüler des ersten Ausbildungsjahres

- Der Veranstaltungsort ist der jeweiligen Kursbeschreibung zu entnehmen.
- Die Kompaktkurse erfolgen geblockt z. B. innerhalb einer Woche, an verschiedenen Wochenenden oder auch an unterschiedlichen Wochentagen innerhalb eines bestimmten Zeitraumes. Achten Sie gerade bei den Kompaktkursen darauf, dass Sie dem Terminrahmen gerecht werden können.
- Achten Sie darauf, dass bei einigen Kursen anteilig von den Schüler/Innen Kosten zu tragen sind.
- Es besteht die Möglichkeit, sich persönlich bei Frau Dr. Martina Riedl verbindlich für einen Kompaktkurs anzumelden. Die Anmeldung per E-Mail ist nicht durchführbar.
- Die Sportkurse werden benotet und gehen in die Endnote im Zeugnis ein.
- Hinweis: Erhalten Sie Sportunterricht im Klassenverband, kann ein Kompaktkurs zusätzlich besucht werden. Die Note des Kompaktkurses wird mit der Note im Klassenverband gemittelt.

Wir haben uns sehr bemüht, ein zeitgemäßes und interessantes Kursangebot für Sie zusammenzustellen. Bitte nehmen Sie dieses Angebot auch wahr. Bei Nichtteilnahme erhalten Sie die Note „ungenügend“ im Fach Sport.

Übersicht Kompaktkurse

- Golf
- Ski
- Snowboard
- Wassersport
- Mountainbike

Genauere Angaben entnehmen Sie bitte der nachfolgenden Kursbeschreibung.

Golf Grundlagenkurs

Dozent: Herr Dr. Opitz, externer professioneller Golflehrer

Zielgruppe: Schülerinnen und Schüler der MM-BbS, die Interesse am Golfspiel haben

Notwendige Vorkenntnisse: keine

Kompetenzziele: Die Schülerinnen und Schüler ...

- erwerben grundlegende theoretische Kenntnisse über das Golfspiel
- erwerben grundlegende Kenntnisse in Golfspiel-Basistechniken
- verbessern ihre Koordinationsfähigkeit, indem sie komplexe Bewegungsabläufe erlernen
- verbessern ihre Konzentrationsfähigkeit, indem sie erlernte Techniken zielgerichtet anwenden
- verbessern ihre Teamfähigkeit, indem sie im Team Spielsituationen analysieren und das spieltaktische Verhalten abstimmen
- übernehmen Verantwortung für sportliches Handeln, indem sie sportliche Aktivitäten selbstständig gestalten
- übernehmen Verantwortung für Material, indem Sie Leihgeräte pfleglich behandeln.

Inhalte:

Einführung Golf inkl. Regeln und Etikette; Putten, Chippen, Pitchen; Spiel auf der Kurzbahn; Materialpflege

Leistungsüberprüfung durch

Mitarbeit im Theorieteil (inkl. Referat), praktisches Spielverhalten, Praxistest, evtl. Theorietest

Notwendige Literatur/Dokumente: keine

Maximale Teilnehmerzahl: 12

Anzahl Unterrichtsstunden: Ca. 40

Termine: vorzugsweise Donnerstag und/oder Freitag (Freitag ab 08.06.2012).

Kostenbeteiligung durch Schüler: 73 Euro plus Anfahrt

Ort: z.B. GC Gleidingen oder GC Langenhagen

opitz@mmbbs.de

Alpines Skilaufen/Snowboard

Dozentin/Dozent: Frau Weiler, Herr Maiß, Frau Zimmer

Zielgruppe: Schülerinnen und Schüler der MM-BbS

Notwendige Vorkenntnisse:

körperliche Fitness und Leistungsbereitschaft; Besuch des Snowdome Bispingen

Kompetenzziele:

Richtziel Fachkompetenz:

Bewältigung von unterschiedlichem Gelände in angepasster Fahrweise

Sozial- und Personalkompetenz:

z.B. Team- und Kommunikationsfähigkeit, Hilfsbereitschaft, Rücksicht, Selbstständigkeit, Überwindung von Ängsten, Entscheidungsfähigkeit, Selbstreflexion, umweltbewusstes Verhalten, Gesundheit fördern und erhalten usw.

Inhalte:

Der Kurs orientiert sich an dem Skilehrplan des Deutschen Verbandes für das Skilehrwesen e.V.

Anfänger:

Einführung in die Carvingtechnik, weiterführende Techniken, Bewältigung von Hängen unterschiedlicher Schwierigkeit

Fortgeschrittene:

Vom Driften zum Carven, Spiel- und Übungsformen zur Optimierung von Bewegungsabläufen, Sicherheitsschulung, Bewältigung von Hängen unterschiedlicher Schwierigkeit

Snowboard: Differenzierung je nach Leistungsstand

Theorie: Kurzreferate in Kleingruppen, schriftlicher Test, Lift-/Pisten-/Umweltregeln, winterliche Gefahren wie Kälte/Sonne/Schnee/Lawinen, Verhalten bei Skiunfällen – Erste Hilfe, Materialkunde und Materialpflege, Wintersport und Umwelt, Fahrtechniken

Leistungsüberprüfung durch

Feststellung der sportlichen Leistungsfähigkeit und des Lernfortschritts, Kurzreferate sowie Beurteilung der oben genannten Kompetenzbereiche

Maximale Teilnehmerzahl: pro Block 16 Schüler und Schülerinnen

Termine:

Roter Block: 13.01. Nauders --> Frau Zimmer

Gelber Block: 03.02. Ahrntal --> Frau Weiler

Blauer Block: 17.02. Hochzillertal --> Herr Maiß

Kostenbeteiligung durch Schüler: ca. 350 Euro (inklusive An- und Abreise im Fernreisebus, Vollpension, Skipass); Anzahlung von 100 Euro; Snowdome Bispingen (ca. 20 Euro), Ausrüstung kann vor Ort geliehen werden (Snowboard ca. 55 Euro, Ski ca. 35 Euro)

weiler@mmbbs.de, zimmer@mmbbs.de, maiss@mmbbs.de

Wassersport**Dozenten:** Herr Albus, Herr Boltze, Herr Maiß, Herr Zoch**Zielgruppe:** Schüler/-innen der MM-BbS**Notwendige Vorkenntnisse:** Schwimmfähigkeit**Kompetenzziele:***Humankompetenz:* stärken ihr Selbstvertrauen und ihr Gemeinschaftsgefühl durch Teilnahme an besonderen sportlichen Wettkämpfen wie Schülerdrachenbootrennen*Sozialkompetenz:* trainieren ihrer Team- und Kooperationsfähigkeiten durch das gemeinsame Fahren des Bootes**Inhalte:**

- Windsurfen (20 h)
- Wakeboarden (10 h)
- Drachenboot (10 h)
- Segeln (30 h)

Leistungsüberprüfung durch

Feststellung der sportlichen Leistungsfähigkeit und des Lernfortschritts, Kurzreferate sowie Beurteilung der oben genannten Kompetenzbereiche

Notwendige Literatur/Dokumente: Skript**Maximale Teilnehmerzahl:** 30 Schüler und Schülerinnen**Termine:** Drachenboot: 5 Termine zu 2 UStd. an einem festgelegten Wochentag nach Absprache und Stundenplan der Schülerinnen und Schüler in der Zeit September/Oktober 2011, sowie Mai/Juni 2012.**Kostenbeteiligung durch Schüler:** ca. 70 Euro (zuzüglich Kosten für Anfahrt und Übernachtung, wahlweise Camping oder doppelte Anreise. Die Nutzung der Schulbusse ist mit den Dozenten abzusprechen. Anzahlung von 25 Euro.**Maximale Teilnehmerzahl:** 30**Sonstige Hinweise:**

Für die Sportarten Windsurfen, Segeln und Wakeboarden, werden fakultative Arbeitsgemeinschaften zur Ergänzung und Erweiterung angeboten. Im Rahmen der AG's können Segel bzw. Surfscheine erworben werden.

Ort: Surfen/Segeln – Hüttensee; Wakeboarden – Blauer See; Drachenboot – MaschseeAlbus@mmbbs.de; Boltze@mmbbs.de;Maiss@mmbbs.de; Zoch@mmbbs.de**Mountain Biking****Dozent:** Herr Rakebrandt**Zielgruppe:** Anfänger und Fortgeschrittene**Notwendige Vorkenntnisse:** Fahrradfahren**Kompetenzziele:**

Richtige(s) Schwerpunktverlagerung, Bremsen, Absteigen

Inhalte: Fahren im Gelände in Höhenlagen zwischen 200 m und 760 m (Harz), Gleichgewichtsschulung, Bikebeherrschung**Leistungsüberprüfung durch:**

Test (Theorie), Tour und Parcours fahren (Praxis)

Notwendige Literatur/Dokumente:

Wird in PDF-Form den Kursteilnehmern ausgegeben.

Maximale Teilnehmerzahl: Mind. 10, max. 15**Anzahl Unterrichtsstunden:** 40 Std. (2 Wochenenden á 20 Std.)**Termine:**

Fr. 30. Sept. bis So. 02. Okt. 2011, Fr. 04. bis So. 06. Mai 2012

Kostenbeteiligung durch Schüler: je Termin: 2 x HP (DJH) ca. 60 €; Mietbike ca. 36 €; An-/Abfahrt Goslar**Sonstige Hinweise:** Der Kurs findet bei jedem Wetter statt.

Er beginnt Fr. um 14.00 Uhr an der Jugendherberge in Goslar und endet dort So. gegen 14.00 Uhr.

Das Übernachten in der JHG gehört mit zum Kurs und soll die Gemeinschaft stärken.

Die An-/Abreise erfolgt in eigener Verantwortung.

Mitfahrgelegenheiten von und nach Hannover (MM-BbS) können in Absprache mit der Kursleitung organisiert werden. Bei Bedarf stehen uns ein VW Bus (9 Plätze) und ein Ford Transit (3 Plätze) der Schule zum Transport von Mensch und Material kostenfrei zur Verfügung. Eigene Mountainbikes können verwendet werden, wenn sie bestimmten Anforderungen genügen (bitte mit Kursleitung abstimmen).

Die Gesamtkostenbeteiligung für den Kursteilnehmer belaufen sich auf max. 192 Euro zzgl. der individuellen Fahrtkosten.

Bei Kursbuchung bitte E-Mail mit Angabe ihrer gültigen mobilen Rufnummer an untenstehende Mailadresse senden.

rakebrandt@mmbbs.de

