

Wahlpflichtfach „Let's move“

Das Wahlpflichtfach „**Let's move**“ zielt vor allem darauf ab, Freude und Spaß an der Bewegung zu fördern sowie die Neugier für neue Sportarten zu wecken. Außerdem bieten wir den SchülerInnen entsprechend ihrer Interessen eine Erweiterung und Vertiefung ihres theoretischen und praktischen Wissens im Sport, die über die Ansprüche des regulären Sportunterrichts hinausgehen.

Die Inhalte des Wahlpflichtfaches umfassen:

- ☞ Kennenlernen und Erwerben von Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Ausübung von **Trendsportarten**: Spikeball, Hiit (High Intensity Interval Training), etc.



- ☞ Spiele im Freien/Gelände/Wald zu fast jeder Witterung (→ Covid-19)
- ☞ Einbindung von digitalen Medien wie z.B. der App „Actionbound“, die es SchülerInnen in Gruppen ermöglicht, an einer interaktiven Schnitzeljagd durch St. Ruprecht teilzunehmen
- ☞ Übernahme von Organisation und Leitung einzelner Unterrichtssequenzen: z.B. einzelne SchülerInnen leiten das Aufwärmen bzw. Spiele an
- ☞ SchülerInnen gestalten in Gruppenarbeit eigene Spiele samt Regeln, die mit dem Rest der Gruppe gespielt werden + Feedback und Nachbesprechung

Des Weiteren wird großer Wert auf die Förderung und Erweiterung der Sozial-, Methoden-, Fach- und Selbstkompetenz der SchülerInnen gelegt. Es ist uns außerdem sehr wichtig die Wünsche und Anregungen der SchülerInnen laufend in die Planung der Inhalte einzubeziehen.

Das Stundenausmaß für dieses Wahlpflichtfach beträgt 2 Stunden pro Woche.