



Städtisches Gymnasium  
Hamburger Straße 29a  
23795 Bad Segeberg  
Telefon: 04551 – 96150  
Telefax: 04551 – 961520  
[www.stg-segeberg.de](http://www.stg-segeberg.de)

## **Wahlpflichtunterricht                      Gesundheit - Sport - Spiele**

Das Wahlpflichtfach Sport ist in die beiden Themenbereiche „Sport und Gesundheit“ und „Sport und neue Spiele“ gegliedert.

Im Bereich „Sport und Gesundheit“ werden wir theoretische Aspekte, wie z. B. Fitness, Herz-Kreislaufsystem und Prävention behandeln. Den Schwerpunkt legen wir dabei insgesamt auf die praktische Umsetzung.

Diese sieht folgende Punkte vor:

- Überprüfung der eigenen Fitness anhand eines selbst entwickelten Tests
- Entwicklung eines Kanons neuer Wettkämpfe: Schultriathlons, etc.
- Ausloten der eigenen Grenzen: Risiko und Wagnis im Sport
- Selbstständiges Planen und Durchführen einer Sportstunde

Im Bereich „Sport und neue Spiele“ bilden Fangen, Werfen, Schlagen, Laufen und Rutschen ein vielseitiges Anforderungsprofil, das die Spiele abwechslungsreich und interessant macht.

Wir werden Spiele in ihren Grundstrukturen kennen lernen und praktisch umsetzen.

Dazu zählen neben dem amerikanischen Spiel „Baseball“, auch z. B. neue Wurf- und Fangspiele, diverse Brennballspiele, Tee-Ball, Tennisball sowie „neue“ kleine Spiele, die nicht allgemein bekannt sind, wie z. B. Flagfootball, Zombiball, Quadball, Wallball.

Es findet eine Einführung in die Regelkunde der „neuen“ kleinen Spiele mit Hinblick auf die großen Spiele wie Fußball, Handball, Basketball und Volleyball statt.

Einen weiteren Schwerpunkt legen wir auf das Entwickeln von neuen Spielen, wobei Theorie und Praxis auch hier eine große Rolle spielen. Mit Hilfe von vielerlei Sportgeräten werden wir eigene Spielformen entwickeln und Regeln erstellen. Damit entsteht eine „Spielesammlung“.

Grundlage der Benotung sind u. a. Ergebnisse in Form von Spielregeln, sportlicher Umsetzung, Beobachtungsprotokollen, Präsentationen und schriftlichen Leistungsnachweisen.