

## Sport I und II (S I und SII)

**Ausbildungsrichtung:** Technik, Gesundheit, Sozialwesen, Wirtschaft und Verwaltung

**Art:** 2-jähriges Wahlpflichtfach, 2 Wochenstunden, nicht in Jahrgangsstufe 12 der FOS

**Verantwortliche Fachbetreuung:** Sport

**Einbringungsfähig:** nein

### **Kurzbeschreibung:**

Das Wahlpflichtfach „Sport“ soll alle Schülerinnen und Schüler ansprechen, die etwas aus dem schulischen Alltag ausbrechen wollen, Spaß an Bewegung haben und nicht zuletzt ihrem Körper und ihrer Seele Schwung, Fitness und Entspannung zukommen lassen wollen.

### **Was erwartet Sie:**

Den großen Bereich „Gesundheit und Fitness“ erleben wir in drei großen Sportbereichen, auf jeden Fall in mindestens einer Individualsportart ( z.B. Badminton, Leichtathletik, Schwimmen oder auch Geräteturnen) und einer Mannschaftssportart (Fußball, Handball, Volleyball, Basketball). Die Sportarten werden gemeinsam mit der Lehrkraft am Anfang des Schuljahres gewählt. Darüber hinaus gibt es viele Möglichkeiten, auch in andere Sportarten „reinzuschnuppern“: Bouldern, Klettern (je nach Lehrkraft), Bewegungskünste, Tanz oder Selbstverteidigung sind nur einige Möglichkeiten.

- Vertiefung bekannter, und Erlernen neuer Techniken und Taktiken der gewählten Sportarten.
- Selbständige Durchführung von Auf- und Abwärmprogrammen, passend zur Sportart.
- Gesundheits- und fitnessorientiertes Konditionstraining.
- Und natürlich: Viel Spaß am Wetteifern, Bewegen und Spielen in der Gruppe.

**Erforderliche Vorkenntnisse:** Es sind keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich.

**Rückfragen gerne an:** [kratsch@fos-kaufbeuren.de](mailto:kratsch@fos-kaufbeuren.de)