7: WPU „Wasser und Sport“

Was machen wir?

Wir verzahnen alle uns möglichen Wassersportartenzu einem gemeinsamen***„Ereignis der besonderen Art“***, um euch sowohl die theoretischen, wie auch die praktischen Inhalte rund um „Wasser und Sport“ näher zu bringen. Dazu gehören alle Inhalte, die du im Folgetext finden kannst, also lies schnell weiter…..

„WIND – WELLEN – WASSER – WISSEN“

Im 7. Schuljahr(Paddeln) beginnen wir zunächst, bis zu den Herbstferien, mit einfacher Fitness auf dem Wasser und einfachen Verhaltensregeln (Teamfähigkeit, Geschicklichkeit, Sicherheit, etc.) bezüglich des Wassersports. Nach den Herbstferien starten wir mit theoretischen Hintergründen (Werkzeugkunde, Materialkunde, Gewässerkunde, etc.), die in einem Portfolio schriftlich gesichert werden und wir beginnen mit Paddel- und Bootsbau. Nach den Osterferien geht es dann wieder mehr hinaus in die Natur. Die ersten Paddel sollten dann fertig sein und praktisch erprobt werden. Auch das erlangte theoretische Wissen kann nun praktisch umgesetzt werden.

Ausblick für 8. bis 10. Klasse Jahrgang:

- Wellenreiten
- SUP(Stand UpPaddle)
- Segeln (Marinekutter)
- Windsurfen
- Sportartspezifische Ausdauer-, Kräftigungs-, Schnelligkeits- und Koordinationstraining
- Trainingslehre, Kenterübungen
- Verhaltensregeln auf und im Wasser
- Revierkunde, Wattenmeer, Tidengewässer
- Materialkunde, Boote, Bretter, Paddel, Segel
- Werkstoffkunde, Holz, Kunststoff, Metall und die Auswirkungen des Elements Wasser auf diese
- Segelmanöver, Notfallmanöver
- Navigation, Kartenkunde, Kompass
- Knotenkunde
- NaWi, Gewässerkunde, Salz- und Süßwasser
- Feuer machen aber richtig
- Das kleine Zelt ABC
- Ozeanographie
- Klimakunde/Meteorologie

Was lernst Du?

- Du erlernst praktische und theoretische Grundkenntnisse in den Wassersportarten.
- Du erwirbst handwerkliche Grundfähigkeiten durch den Bau und die Wartung von Wassersportgeräten.
- Du übst dich im nachhaltigen Umgang mit dem Lebensraum, in dem wir uns befinden.
- Du erforscht die geschichtliche Entwicklung verschiedener Wassersportarten und recherchierst dazu Informationen.
- Du präsentierst die Ergebnisse in mündlicher und schriftlicher Form (Portfolio).

Wer sollte diesen WPU wählen?

Um am WPU **„Wasser und Sport“**erfolgreich teilnehmen zu können, solltest Du:

- Spaß an Bewegung im und auf dem Wasser haben.
- mindestens Schwimmabzeichen Bronze (ist machbar bis zum Beginn des WPU) haben.
- über längere Zeit an einem Sportthema theoretisch und praktisch arbeiten können.
- gern und fair mit anderen zusammenarbeiten.

Wie werden deine Leistungen bewertet?

Außer schriftlichen Tests und praktischen Prüfungen werden auch Vorträge, Präsentationen und das Portfolio für die Leistungsbewertung herangezogen.

Was ist noch ganz wichtig?

- Du brauchst Wechselkleidung für sportliche Aktivitäten.
- Die sportlichen Aktivitäten finden teilweise ganztägig außerhalb der regulären Unterrichtszeiten statt.
- Es können Kosten im geringen Umfang (z.B. Bus Niebüll-Flensburg, Fähre Föhr, Zug Westerland) anfallen.