

**Angebot für den Kompensations-, Orientierungs- und  
 Profilbildungs-Unterricht in der Einführungsphase  
 Albert-Schweitzer-Schule Alsfeld, Schuljahr 2026/2027**

<b>Titel</b>	<b>Sport.wagen - Körper „tunen“</b>
<b>Leitung</b>	<b>Herr Hastrich</b>
<b>Zielgruppe</b>	Interessierte Schülerinnen und Schüler der <b>Jahrgangsstufe E</b>
<b>Organisation</b>	<input type="checkbox"/> einstündig <input checked="" type="checkbox"/> zweistündig <input type="checkbox"/> Blockangebot
<b>Beschreibung</b>	<p>Ziel ist es, in verschiedenen Sportarten konditionelle und koordinative Herausforderungen zu suchen und Fitness zu entwickeln.</p> <p>Der Kurs soll die Möglichkeit bieten, persönliche Stärken und Kompetenzen zu entdecken, Grenzen auszutesten und sich dabei sportlich und persönlich „allround“ zu entwickeln.</p> <p>Je nach individuellen Neigungen oder Bedürfnissen der Teilnehmer können die Inhalte dazu dienen,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anschub für mehr und vielfältiges Sporttreiben zu leisten (kompensatorisch zu einem Alltag mit wenig Bewegung oder zum bereits betriebenen Sport)</li> <li>- den eigenen Körper kennenzulernen in Bezug auf Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit sowie Koordination, und Möglichkeiten zu entdecken, ihn mit Training zu formen (Erproben von Tests, Fitnesskonzepten, Sportspielen u.v.m. unter bestimmtem Fokus).</li> <li>- sich zu orientieren, d.h. herauszufinden, ob man fit genug ist für einen Leistungskurs Sport oder ein späteres Sportstudium.</li> </ul>
<b>Leistungsbewertung</b>	<p><b>Bewertungskriterien:</b> Engagement in Erarbeitungs- und Erprobungsphasen</p> <p><b>Beurteilung:</b> durch tg, mEtg, mgEtg</p>
<b>Bemerkungen</b>	