

4.1.5 Bewegungen auf rollenden und gleitenden Geräten

Zur Umsetzung der nachfolgend genannten Kompetenzen können zum Beispiel folgende sportpraktische Inhaltsbereiche herangezogen werden:

- Rudern* – Kanu*
- Ski alpin – Snowboard – Skilanglauf
- Segeln – Surfen
- Inlineskating* – Skateboard
- Rad fahren

Abiturprüfungen sind nur in den Inhaltsbereichen zulässig, die mit * gekennzeichnet sind (vgl. EPA und EPA-EB Sport).

Ergänzungsfach auf grundlegendem Anforderungsniveau	Prüfungsfach auf grundlegendem und erhöhtem Anforderungsniveau
Die Schülerinnen und Schüler ...	Die Schülerinnen und Schüler ...
<ul style="list-style-type: none"> • demonstrieren Basistechniken im Umgang mit dem jeweiligen Fahr-, Roll- oder Gleitgerät und setzen diese in spezifischen Situationen adäquat ein. • absolvieren eine Strecke unter Wettkampfbedingungen (z. B. Zeitminimierung oder Streckenbewältigung) oder bewältigen sicher einen Parcours auf der Grundlage der Basisfähigkeiten (Kurven fahren, Bremsen, kontrollierte Fahrt, ausweichen). 	<ul style="list-style-type: none"> • demonstrieren Techniken im Umgang mit dem jeweiligen Fahr-, Roll- oder Gleitgerät und bewältigen Strecken jeweils nach den Vorgaben der EPA-EB Sport.
<ul style="list-style-type: none"> • erproben die Eigenschaften des Geräts innerhalb unterschiedlicher Situationen und Aufgabenstellungen. 	<ul style="list-style-type: none"> • erproben die Eigenschaften des Geräts innerhalb unterschiedlicher Situationen und Aufgabenstellungen unter dem Aspekt der variablen Nutzbarkeit.
<ul style="list-style-type: none"> • trainieren ausgewählte motorischen Fähigkeiten (z. B. Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit oder Koordination) zur Steigerung ihrer Leistungsfähigkeit. 	<ul style="list-style-type: none"> • trainieren ihre motorischen Fähigkeiten im Hinblick auf das Anforderungsprofil einzelner Disziplinen.
<ul style="list-style-type: none"> • handeln in Verantwortung für sich selbst, für die Partnerin/den Partner und andere. • reflektieren sportartspezifische Gefahren und beherrschen Verhaltensregeln sowie Sicherheitsmaßnahmen. • setzen grundlegende Materialkenntnisse für einen funktionsgerechten Umgang mit der Ausrüstung ein. • verhalten sich umweltgerecht und situationsadäquat in der Natur. 	

<ul style="list-style-type: none"> wenden Methoden aus dem Bereich des Bewegungslernens und Trainierens als Grundlage für selbstständiges Arbeiten an. 	<ul style="list-style-type: none"> entwickeln und systematisieren ihre Methodenkenntnisse im Rückgriff auf bewegungs- und trainingswissenschaftliche Theorien um ihren Lern- und Übungsprozess selbstständig zu steuern.
<ul style="list-style-type: none"> reflektieren unterschiedliche Voraussetzungen zum Beispiel in Bezug auf Leistung und Interesse und berücksichtigen diese adäquat in der Gestaltung und Organisation von Lern-, Übungs- bzw. Wettkampfsituationen. 	<ul style="list-style-type: none"> entwickeln spezifische Strategien, um ergebnisoffene Wettkampfsituationen und angemessene Übungs- und Lernsituationen zu realisieren und Schülerinnen und Schüler mit unterschiedlichem Leistungsniveau einzubinden.
<ul style="list-style-type: none"> analysieren Bewegungen anhand vorgegebener Kriterien und nehmen gezielte Bewegungskorrekturen vor. bewerten Aufgabenlösungen nach funktionalen bzw. gestalterischen Gesichtspunkten. formulieren einfache Hypothesen in der Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegungspraxis. 	<ul style="list-style-type: none"> wenden Erklärungsmodelle, Test- und Analyseverfahren aus verschiedenen sportwissenschaftlichen Disziplinen an und überprüfen deren Eignung für die Lösung der jeweiligen Bewegungsprobleme oder -aufgaben.
<ul style="list-style-type: none"> verfeinern ihre Wahrnehmung in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild) den eigenen Körper und die eigenen Bewegungsmöglichkeiten, z. B. durch Bewältigung herausfordernder Aufgaben und Situationen oder Naturerlebnisse. reflektieren Möglichkeiten und Probleme naturnahen Sporttreibens, insbesondere im Hinblick auf ein lebenslanges Sporttreiben. 	
<ul style="list-style-type: none"> schätzen körperliche Reaktionen auf Belastung richtig ein und setzen sich realistische Ziele. 	<ul style="list-style-type: none"> reflektieren den Unterschied zwischen Belastung und Beanspruchung. bewerten körperliche Reaktionen auf Belastung und den eigenen körperlichen Zustand, um darauf aufbauend adäquate Verhaltensweisen zu entwickeln. wenden Verfahren der Leistungsdiagnostik an, um den Leistungsstand festzustellen und angemessene Ziele herzuleiten.