

Neigungsorientierter Sportunterricht

Fitness- und Gesundheitslehrgang im Waldhof von Finsterbergen vom 09.12.2022 – 11.12.2022

Am Freitag, dem 09.12.22 war es wieder soweit. Nun bereits zum 14. Mal fuhren Schülerinnen der 8., 9.- und 7. Klasse gemeinsam nach Finsterbergen. In diesem Jahr durften sich die Mädchen wieder aus verschiedenen Angeboten einen Kurs wählen, den sie neigungsorientiert durchführen möchten. An einem kompletten Wochenende sind die Teilnehmerinnen sportlich aktiv, die Praxis – somit Gesundheit und Fitness- stehen dabei im Mittelpunkt. In diesem Jahr begleitete uns eine angehende Lehrerin, die selbst sehr engagiert in einem Turnverein als Trainerin aktiv ist.



Am 09.12.22 ging es pünktlich um 8.10 Uhr für die Mädchen ab der Schule los. Ohne Zeitverlust kamen wir in Finsterbergen an. Die Fahrt war ein Genuss, denn es hatte geschneit.

Dann hieß es Sportsachen schnappen und auf in den Trainingsraum, der sich im Vereinshaus, „Haus des Gastes“ in der Mitte von Finsterbergen befindet.

Nach kurzer Einweisung ging es los und schnell merkten alle, dass ein koordinativ hoch anspruchsvolles Fitnessstraining ansteht. In kleinen Schritten wurden anspruchsvolle Tanzschritte erarbeitet, welche später nach eigener Wahl in eine eigene Choreografie eingearbeitet werden konnten, denn am Ende sollten die selbst



gebildeten Gruppen ihr tänzerisches Können, ihre eigene Choreografie mit gewählter Musik, in einer praktischen Prüfung darbieten. Nach anfänglichen Schwierigkeiten arbeiteten sich alle fleißig ein, schwitzten, aber keiner gab auf.



Ein

großes Lob für das emsige Arbeiten und Unterstützen von der Trainerin. Sie zauberte durch viel Lob ein Lächeln auf die Gesichter. In den zur Verfügung stehenden Stunden trainierten alle sehr fleißig und engagiert, denn zur „Prüfung“ sollte alles klappen.



Weiterhin erhielten die Schülerinnen theoretische Aufgaben, die schriftlich bearbeitet werden mussten. Auch dieser Teil gehört zur Arbeit an diesem Wochenende.

Ein großes Lob an alle Teilnehmerinnen, denn mit viel Elan und Kreativität erarbeiteten die Gruppen ihre Choreografie.

Am Sonntag waren die Prüfer positiv überrascht, da von allen Schülerinnen ihr Produkt mit viel Freude, Spaß und guter Musik präsentiert wurde.

Ein großes Dankeschön gilt unserer Trainerin Frau Schubert für ihr engagiertes Arbeiten und dem Busunternehmen Volkmar aus Suhl für den guten Transport.

Sportlehrerin