Unterstufe zur Entwicklung im Leistungssport

Individuelle Abstimmung mit DEINEM VEREIN!!!

- ✓FRÜHTRAINING im Verein möglich, Morgensport
- ✓3 x 2 Stunden Bewegung am Vormittag
- ✓**Sportwissenschaftliche Begleitung (NEU)**
- ✓ Beurteilung nach individuellem Leistungsfortschritt
- ✓Teilnahme an Schulsportwettkämpfen
- ✓Jedes Jahr Durchführung von allgemeinen Sportwochen
- ✓2 unterschiedliche Modelle in einer Klasse:
  - ✓A: für Sportarten mit längerer Basisausbildung
  - ✓B: für früh spezialisierende Sportarten

Modell A: Sportarten mit längerer Basisausbildung

1. KLASSE
6 Std. / Woche
Training am Vormittag
In der Schule

2. KLASSE
6 Std. / Woche
Training am Vormittag
In der Schule

3. KLASSE
6 Std. / Woche
Training am Vormittag
In der Schule, davon
2. Std.
sportartenspezifisch
möglich

4. KLASSE
6 Std. / Woche
Training am Vormittag
In der Schule, davon
6. Std.
sportartenspezifisch
möglich

begleitend:
Sportwissenschaft
Sportmedizin
Mentaltraining
Ernährungsberatung

Erklärung:
Basistraining 4 (6) Std. ... bedeutet 4 Bewegungsstunden pro Woche verpflichtend in der Schule, 6 Stunden pro Woche möglich.
Spezialtraining 2(0) Std. ... bedeutet 2 Bewegungsstunden pro Woche im Verein vormittags außerhalb der Schule möglich.

Besonderheiten

- ✓Teamteaching - 1 Lehrer + **1 Sportwissenschafter im Fach (NEU)** Bewegung und Sport
- ✓Pflichtgegenstand Sporternährung in der 4.Klasse
- ✓**Sportwissenschaftliche Betreuung in allen Bewegungseinheiten in der Schule (NEU)**
- ✓Möglichkeit der schulischen Tagesbetreuung
- ✓Kooperation zwischen Sportwissenschafter in der Schule und Vereinstrainer
- ✓Kooperation mit den Sportfachverbänden

Modell B: früh spezialisierende Sportarten

1. KLASSE
6 Std. / Woche
Training am Vormittag
In der Schule, ab dem 2.Halbjahr **2. Std.** davon
sportartenspezifisch
möglich

2. KLASSE
6 Std. / Woche
Training am Vormittag
In der Schule, davon
2. Std.
sportartenspezifisch
möglich

3. KLASSE
6 Std. / Woche
Training am Vormittag
In der Schule, davon
6. Std.
sportartenspezifisch
möglich

4. KLASSE
6 Std. / Woche
Training am Vormittag
In der Schule, davon
6. Std.
sportartenspezifisch
möglich

begleitend:
Sportwissenschaft
Sportmedizin
Mentaltraining
Ernährungsberatung

Erklärung:
Basistraining 4 (6) Std. ... bedeutet 4 Bewegungsstunden pro Woche verpflichtend in der Schule, 6 Stunden pro Woche möglich.
Spezialtraining 2(0) Std. ... bedeutet 2 Bewegungsstunden pro Woche im Verein vormittags außerhalb der Schule möglich.