SPORT BORG
HAGENBERG www.borglinz.at

TRENDSPORT MACHT SCHULE: SPORTZWEIG HAGENBERG

Der „Sportzweig Hagenberg“ des BORG Linz setzt neue sportliche Schwerpunkte.

Als erster Zweig österreichweit integriert er die Sportart ***„Parkour & Freerunning“*** als Regelfach im Sportunterricht. Hier werden im Unterricht von Grund auf Methodiken und Sicherungsgriffe für das Ausüben dieser Bewegungskunst in- und outdoor trainiert und geschult.

Das neue Fach ***„Fitness- und Gesundheitssport“*** stellt ein weiteres Fundament der sportlichen Ausbildung dar. In diesem Fach lernen die SchülerInnen aufbauend die wesentlichsten Bausteine, die in einem gesundheitsorientierten Lebensstil nicht fehlen dürfen. Dabei wird neben der Steigerung der eigenen Fitness das Hauptaugenmerk auf der richtigen Beherrschung der Übungen sowie dem aktiven Coaching der SchülerInnen (Instruktion & Feedback) in diesem Bereich gelegt.

Dies beinhaltet unter anderem die folgenden

KERNPUNKTE:

① **Beweglichkeitstraining**
- Unterschiedliche Einsatzgebiete (Aufwärmen, eigene Trainingseinheit, Prävention,…)

② **Krafttraining**
- Grundübungen mit der Langhantel, Kurzhanteln, Kettlebells,…
- Verbesserung der eigenen körperlichen Fitness
- Anleiten und Erklären von Übungen
- Fehlererkennung & -korrektur

③ **Ausdauer**
- Dauermethoden
- Intervallmethoden
- Cross Country

Im Fach **„Performing Arts“** lernen die SchülerInnen von Grund auf spektakuläre Techniken der Partnerakrobatik (Pyramiden, Hebe- und Schleuderakrobatik), unterschiedliche Tanzstile sowie Jonglage.

Letztlich bietet das Fach **„Ballspiele“** neben den großen Sportspielen (Fußball, Volleyball,…) auch Zugang zu Endzonenspielen (Ultimate Frisbee, Flagfootball), Rückschlagspielen (Faustball, Spikeball) und kleinen Spielen.

Abgerundet wird die praktische sportliche Ausbildung mit dem Höhepunkt der Sportmatura in der 7. Klasse (11. Schulstufe) zum einen mit dem Theoriefach **„Sportkunde“** sowie zum anderen den beiden Wahlpflichtgegenständen:

- Präventions- und Regenerationsmaßnahmen (zweistündig, 6./7. Klasse)
- Übungsleiterausbildungen (8. Klasse)
  - Parkour & Freerunning
  - Fitness & Gesundheitssport
  - Ballschule

In der 8. Klasse (12. Schulstufe) müssen die SchülerInnen im Rahmen des Unterrichts zwei Übungsleiterausbildungen absolvieren. Durch diese Zusatzqualifikation werden sie befähigt in einem Verein Bewegungseinheiten zu den ausgewählten Themen zu planen, zu unterrichten und zu evaluieren.

ANMELDUNG SPORTZWEIG HAGENBERG
SCHULJAHR 2024/25

Sekretariat des BORG Linz, Honauerstraße 24:

- 26.02.2024 bis 08.03.2024, MO bis FR: 8 bis 12 Uhr
- MO, 26.02.2024 und MI, 28.02.2024
  auch 14 bis 17 Uhr

ODER

BORG Hagenberg – Meierhof, Softwarepark 21:

- FR, 01.03.2024, 14 bis 17 Uhr

Anmeldung durch eine/n Erziehungsberechtigte/n mit

- **ausgefülltem Anmeldeformular** (siehe Homepage)
- **Geburtsurkunde**
- **Schulnachricht** (im Original)

SPORT BORG
HAGENBERG www.borglinz.at

BORG Linz
www.borglinz.at
kontakt@borglinz.at
Tel.: 0732/776111