

Sportwoche

Die Klasse in Bewegung

Geeignet ab Klassenstufe 7

Programmbeschreibung:

Bereit für eine Woche voller Action und Bewegung? „Die Klasse in Bewegung“ ist eure Chance, sportlich aktiv zu werden und eure Klassengemeinschaft auf ein neues Level zu heben!

Erlebt eine spannende Mischung aus Trendsportarten und klassischen Disziplinen: Kämpft beim Triball-Cup, zeigt euer Können beim Juggern und genießt die aufregenden Spiele wie Ultimate Frisbee und Capture the Flag. Zusätzlich erwarten euch die herausfordernde Kanadier-Tour und das Teamklettern, welche die Teamarbeit und Koordination auf die Probe stellen.

Natürlich bleibt auch Zeit für Erholung: Entspannt am Abend bei einem Volleyball Turnier oder verbringt gemeinsam Zeit beim Strandabend. Diese Woche vereint sportlichen Erfolg und jede Menge Spaß zu einem unvergesslichen Erlebnis für eure Klasse!

Inhalte:

- Sportliche Programme (z.B. Kanadiertour, Teamklettern, Sportrallye, Jigger, Ballaction, Ultimate Frisbee u.v.m.)
- Interaktionsübungen und Teamprojekte (z.B. Team Action, Capture the flag, Blossin Cup u.v.m.)

Ziele:

- Stärkung der Zusammenarbeit und des Zusammenhalts durch gemeinsame sportliche Aktivitäten.
 - Unterstützung der Jugendlichen beim Vertrauen in ihre sportlichen Fähigkeiten und in das Team.
 - Förderung effektiver Kommunikation und Koordination innerhalb des Teams.
 - Verbesserung der Ausdauer, Koordination und allgemeinen körperlichen Fitness durch vielfältige Sportarten.
 - Vermittlung von Werten wie Fairness, Respekt und Teamgeist im sportlichen Kontext.
 - Unterstützung bei der Entwicklung kreativer und strategischer Lösungen während sportlicher Herausforderungen.
 - Umgang mit Erfolgen und Misserfolgen lernen und daraus positive Erfahrungen ziehen. Die Frustrationstoleranz stärken.
 - Kennenlernen und Ausprobieren neuer Trendsportarten und klassischer Disziplinen.
 - Verbesserung des Klassenzusammenhalts durch gemeinsame Erlebnisse und Teamaktivitäten.
 - Bereitstellung von Zeiten zur Entspannung und Regeneration
- 