

THEMA 1	THEMA 2	THEMA 4
Inhaltsfeld: <b>Spielen</b>	Inhaltsfeld: <b>Laufen, Springen, Werfen</b>	Inhaltsfeld: <b>Den Körper trainieren, die Fitness verbessern</b>
Pädagogische Perspektiven: Soziale Interaktion, Leisten	Pädagogische Perspektiven: Gesundheit, Leisten	Pädagogische Perspektiven: Gesundheit, Körperwahrnehmung und Ausdruck
Sportart: <b>Fußball + Handball</b>	Sportart: <b>Leichtathletik</b>	Sportart: <b>Fitness- &amp; Gesundheitstraining</b>
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"><li>- Spielfertigkeiten</li><li>- Spieltaktik</li><li>- Absprachen in einer Mannschaft</li></ul> Theoretische Inhalte: <ul style="list-style-type: none"><li>- Fairplay/ Konkurrenzverhalten</li><li>- Spielregeln</li><li>- Lernen einer Sportspielart</li></ul>	Inhalte: <ul style="list-style-type: none"><li>- Kraft und Ausdauertraining</li><li>- Techniktraining</li><li>- Bewegungen Präsentieren</li></ul> Theoretische Inhalte: <ul style="list-style-type: none"><li>- Physiologische und anatomische Grundlagen</li><li>- Trainingssteuerung</li><li>- Trainingsreize</li><li>- Sicherheitsaspekte</li><li>- Bewegungsanalyse</li></ul>	Inhalte: <ul style="list-style-type: none"><li>- Kraft und Ausdauertraining</li><li>- Functional Fitness / Cross Fit</li><li>- Zirkeltraining</li></ul> Theoretische Inhalte: <ul style="list-style-type: none"><li>- Physiologische und anatomische Grundlagen</li><li>- Trainingssteuerung</li><li>- Trainingsreize</li><li>- Sicherheitsaspekte</li></ul>
Benotung: praktische Prüfung, theoretische Prüfung und aktive Teilnahme	Benotung: praktische Prüfung, theoretische Prüfung und aktive Teilnahme	Benotung: praktische Prüfung, Ausarbeitung und aktive Teilnahme

→ Ggf. wird in diesem Kurs nach Absprache noch ein weiteres Thema angeboten.