

Sportarten: Volleyball – Badminton – Tennis – Fitness

Halbj.	Themen / Sportarten	Inhaltsfelder	Perspektiven
Q 1	<p>Gemeinsam Sport treiben – sportliche Handlungssituationen entwickeln</p> <p>Leichtathletik: Laufen und allgemeines Ausdauertraining, leichtathletische Disziplinen; <i>Besondere Fachprüfung: Leistungsmessung, Fragen zum Training</i></p> <p>Volleyball / Beachvolleyball: Kooperation und Leistungsverbesserung im Volleyball – miteinander und gegeneinander spielen, Besondere Fachprüfung: Technik- und Spieldemonstration</p>	<p>- Laufen, Springen, Werfen</p> <p>- Spielen</p>	<p>- Leisten, Gesundheit</p> <p>- Kooperation/Interaktion, Leistung</p>
Q 2	<p>Bewegung optimieren – sportliche Leistungsfähigkeit gezielt verbessern</p> <p>Fitness- und Athletiktraining: Fitnessstudio Sporthalle – Aufbau und Gestaltung eines effektiven Trainingszirkels, Krafraum AKG, Exkursion Fitnessstudio, Planung und Durchführung einer Fitnessseinheit</p> <p>Badminton: Kooperation und Leistungsverbesserung im Badminton – miteinander und gegeneinander spielen, Besondere Fachprüfung: Technik- und Spieldemonstration</p>	<p>- Den Körper trainieren, die Fitness verbessern</p> <p>- Spielen</p>	<p>- Gesundheit, Körperwahrnehmung</p> <p>- Leisten, Kooperation/Interaktion</p>
Q 3	<p>Sport treiben – gesund und leistungsfähig bleiben</p> <p>Tennis: Kooperation und Leistungsverbesserung im Tennis mit technischem und taktischem Schwerpunkt, Verbessern der Grundtechniken / Spielfähigkeit <i>Besondere Fachprüfung: Technik- und Spieldemonstration</i></p> <p>Fitness- und Athletiktraining: Fitnessstudio Sporthalle 2 – Aufbau und Gestaltung eines effektiven Trainingszirkels, Krafraum AKG, Exkursion Fitnessstudio, Planung und Durchführung einer Fitnessseinheit</p>	<p>- Spielen</p> <p>- Den Körper trainieren, die Fitness verbessern</p>	<p>- Leisten, Kooperation/Interaktion</p> <p>- Gesundheit, Körperwahrnehmung</p>
Q 4	<p>Wege zum lebenslangen Sporttreiben</p> <p>Gemeinsame Leistungsvoraussetzungen beim Badminton, Volleyball und Tennis, <i>Besondere Fachprüfung: Leistungsmessung, Fragen zum Training</i></p>	<p>- Den Körper trainieren, die Fitness verbessern</p>	<p>- Leisten, Gesundheit</p>