

Sportarten: Handball - Leichtathletik - Badminton - Fitness

Halbj.	Themen / Sportarten	Inhaltsfelder	Perspektiven
Q 1	Gemeinsam Sport treiben – sportliche Handlungssituationen entwickeln - Leichtathletik - Sprinten und Springen – leichtathletische Disziplinen - Handball - Technik, Taktik, Kondition <i>Besondere Fachprüfung: Leistungsmessung, Technikdemonstration, Fragen zum Training und/oder zum Bewegungslernen</i>	- Laufen, Springen, Werfen - Spielen	- Körperwahrnehmung - Kooperation/Interaktion, Leisten
Q 2	Bewegung optimieren – sportliche Leistungsfähigkeit gezielt verbessern - Badminton - Erlernen des Badmintonspiels durch Verbesserung der individuellen Schlagtechniken - Leichtathletik - Sprinten und Springen – leichtathletische Disziplinen <i>Besondere Fachprüfung: Leistungsmessung, Technikdemonstration, Fragen zum Training, Bewegungsanalyse</i>	- Spielen - Laufen, Springen, Werfen	- Körperwahrnehmung - Leisten, Körperwahrnehmung
Q 3	Sport treiben – gesund und leistungsfähig bleiben - Badminton - Optimierung des Badmintonspiels durch Verfeinerung der individuellen Schlagtechniken und taktischen Kompetenz <i>Besondere Fachprüfung: Leistungsmessung, Technikdemonstration, Fragen zum Training, Bewegungsanalyse</i> - Fitnessstraining - Effektives Krafttraining als Präventionsmaßnahme und zur Verbesserung der sportlichen Leistungsfähigkeit	- Spielen - Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	- Leisten, Kooperation/Interaktion - Gesundheit, Leisten
Q 4	Wege zum lebenslangen Sporttreiben - Fitnessstraining - Ausdauer - ihre Bedeutung als motorische Grundeigenschaft im Sport und als Beitrag zur Gesundheit <i>Besondere Fachprüfung: Leistungsmessung, Fragen zum Training</i>	- Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	- Gesundheit, Körperwahrnehmung, Leisten