

Jgst.	Themen	Sportpraktische Inhaltsfelder	Kompetenzbereiche	Leitideen
Q1	Praxis: Ausdauer ein Aspekt der Fitness – Verbesserung der Ausdauer durch Laufen, LA - Dreikampf (Ausdauertest und LA-Dreikampf) Themenfelder (Theorie): Gemeinsam Sport treiben – sportliche Handlungssituationen gestalten Sportliche Handlungssituationen gemeinsam entwickeln / Fitness erhalten und steigern / Bewegungen verstehen	Laufen, Springen, Werfen Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	B2, B3, B4 U1, U4 T2, T3, T5	Leisten Gesundheit Körperwahrnehmung
Q2	Praxis: Flagfootball – vom Mit- zum Gegeneinander (Taktik- und Spielüberprüfung) Schulung der Ausdauerleistungsfähigkeit und Krafttraining (keine Praxisüberprüfung) Themenfelder (Theorie): Bewegung optimieren – sportliche Leistungsfähigkeit gezielt verbessern Anforderungsprofile von Sportarten beschreiben / Sportliche Handlungssituationen gestalten / Fitness erhalten und steigern	Spielen Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	B2, B6 U2, U4, U6 T1, T4	Soziale Interaktion Leisten Körperwahrnehmung Wagnis
Q3	Praxis: Basketball – von der Technik zur Taktik, vom 3x3 zum 5x5 (Technik- und Spielüberprüfung) Beweglichkeit und Flexibilität (keine Praxisprüfung) Themenfelder (Theorie): Sport treiben – gesund und leistungsfähig bleiben Gesund ernähren - Leistung bringen / Bewegungen verstehen / Mit- und gegeneinander spielen	Spielen Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	B1, B4, B6 U6, U7 T1, T3, T5	Soziale Interaktion Körperwahrnehmung
Q4	Praxis: Fitness- und Gesundheitstraining (Präsentationsprüfung zu einem Fitnessprogramm) Themenfelder (Theorie): Wege zum lebenslangen Sporttreiben Fitness erhalten und steigern – Sport treiben / Verletzungen vermeiden, Sport treiben – den Alltag gestalten	Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	B3, B5 U3, U4, U5, U7 T2, T3, T5	Gesundheit Körperwahrnehmung Leisten