

Kursprofil Sport-Grundkurs (Qualifikationsphase), Schuljahre 2024/25/26

Jgst.	Themen	Inhaltsfeld(er)	Perspektiven	Bildungsstandards
Q1	Praxis: Tischtennis → Technik- & Spielüberprüfung <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitsorientiertes Ausdauertraining (keine Praxisüberprüfung) • Themenfelder Theorie: Sportliche Handlungssituationen gemeinsam entwickeln, Fitness erhalten und steigern, mit- und gegeneinander spielen 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielen • Den Körper trainieren, die Fitness verbessern 	Leisten Soziale Interaktion Gesundheit	<ul style="list-style-type: none"> • B1, B3 • U4, U6 • T2, T5
Q2	Praxis: Leichtathletik → Mehrkampf <ul style="list-style-type: none"> • Beweglichkeit und Flexibilität (keine Praxisüberprüfung) • Themenfelder Theorie: Anforderungsprofile von Sportarten beschreiben, sportliche Handlungssituationen gestalten, Bewegungen optimieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Laufen, Springen, Werfen • Den Körper trainieren, die Fitness verbessern 	Leisten Gesundheit	<ul style="list-style-type: none"> • B1, B3 • U4, U5 • T2, T5
Q3	Praxis: Ultimate Frisbee → Technik- & Spielüberprüfung <ul style="list-style-type: none"> • Zirkeltraining (Kraft) an verschiedenen Beispielen (keine Praxisüberprüfung) • Themenfelder Theorie: Gesund ernähren – Leistung bringen, Bewegungen verstehen, sportliche Handlungssituationen gestalten 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielen • Den Körper trainieren, die Fitness verbessern 	Soziale Interaktion Leisten Körperwahrnehmung	<ul style="list-style-type: none"> • B1, B4, B6 • U5, U7 • T1, T3, T4
Q4	Praxis: Step-Aerobic → Gruppenchoreografie <ul style="list-style-type: none"> • Zirkeltraining (Kraftausdauer) an verschiedenen Beispielen (keine Praxisüberprüfung) • Themenfelder Theorie: Fitness erhalten/steigern, Sport treiben – den Alltag gestalten 	<ul style="list-style-type: none"> • Den Körper trainieren, die Fitness verbessern 	Ausdruck Körperwahrnehmung	<ul style="list-style-type: none"> • B1, B5 • U4, U5 • T1, T2