

Jgst.	Themen	Inhaltsfeld(er)	Kompetenzbereiche & Bildungsstandards	Perspektiven
Q1	Praxis: Gerätturnen 1 (Barren, Sprung) Akrobatik (Gruppenpyramiden) Zirkeltraining an verschiedenen Beispielen (keine Praxisprüfung) Themenfelder (Theorie): Sportliche Handlungssituationen gemeinsam entwickeln / Fitness erhalten und steigern / Bewegungen verstehen	Bewegen an und mit Geräten Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	B2, B3 U1, U3 T2, T3, T5	Leisten Körperwahrnehmung Soziale Interaktion Wagnis
Q2	Praxis: Rope Skipping – Gruppenchoreografie Schulung der Ausdauerleistungsfähigkeit (ausdauerndes Laufen) Themenfelder (Theorie): Anforderungsprofile von Sportarten beschreiben / Sportliche Handlungssituationen gestalten / Bewegungen optimieren	Bewegungen gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	B4, B6 U2, U5 T4, T5	Soziale Interaktion Gesundheit Leisten
Q3	Praxis: Basketball (Technik- & Spielüberprüfung) Beweglichkeit und Flexibilität (keine Praxisprüfung) Themenfelder (Theorie): Gesund ernähren - Leistung bringen / Bewegungen verstehen / Mit- und gegeneinander spielen	Spielen Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	B1, B6 U6, U7 T1, T3, T4	Leisten Körperwahrnehmung
Q4	Praxis: Gerätturnen 2 (Boden, Balken) Entspannungstechniken & Mentales Training (keine Praxisprüfung) Themenfelder (Theorie): Fitness erhalten und steigern / Etwas wagen und riskieren	Bewegen an und mit Geräten Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	B1, B5 U4, U7 T2, T3, T5	Ausdruck Soziale Interaktion