

Themen Grundkurs (2-stündig)

E1	Sport in Theorie und Praxis – Einführung
E2	Sport in Theorie und Praxis – Einführung

Kursprofil B – E-Phase

E 1	<p>Inline-Skating und Waveboarding</p> <p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fahren, Rollen, Gleiten - Den Körper trainieren, die Fitness verbessern <p>Themenfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen des Bewegungslernens - Kooperation und Konkurrenz im Sportspiel - Grundlagen sportlichen Trainings <p>Bezug zu den Perspektiven: soziale Interaktion, Leisten</p>
E 2	<p>Fitness</p> <p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Den Körper trainieren, die Fitness verbessern <p>Themenfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen des Bewegungslernens - Grundlagen sportlichen Trainings <p>Bezug zu den Perspektiven: Soziale Interaktion, Leisten, Körperwahrnehmung</p>