

**Themen Grundkurs (2-stündig)**

<b>E1</b>	<b>Sport in Theorie und Praxis – Einführung</b>
<b>E2</b>	<b>Sport in Theorie und Praxis – Einführung</b>

**Kursprofil B – E-Phase**

<b>E1</b>	<p><b>Inline-Skating und Waveboarding</b></p> <p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fahren, Rollen, Gleiten</li> <li>- Den Körper trainieren, die Fitness verbessern</li> </ul> <p><b>Themenfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlagen des Bewegungslernens</li> <li>- Kooperation und Konkurrenz im Sportspiel</li> <li>- Grundlagen sportlichen Trainings</li> </ul> <p><b>Bezug zu den Perspektiven:</b> soziale Interaktion, Leisten</p>
<b>E2</b>	<p><b>Fitness</b></p> <p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Den Körper trainieren, die Fitness verbessern</li> </ul> <p><b>Themenfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlagen des Bewegungslernens</li> <li>- Grundlagen sportlichen Trainings</li> </ul> <p><b>Bezug zu den Perspektiven:</b> Soziale Interaktion, Leisten, Körperwahrnehmung</p>