**Kursprofile in der Qualifikationsphase**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kurs** | **Profil bildende Bewegungsfelder** | **Leitende Inhaltsfelder** | **Geplante Inhalte** |
| **1** | Gestalten, Tanzen Darstellen – Gymnastik/TanzSpielen in und mit Regelstrukturen – Badminton | BewegungsgestaltungKooperation und Konkurrenz | In diesem Kurs wird schwerpunkt-mäßig die Bewegungsgestaltung in den Bereichen Gymnastik, Tanz und Bewegungskünsten mit und ohne (Hand-) Geräte bzw. mit und ohne Partner in den Blick genommen.Auf der anderen Seite wird mit- und gegeneinander Badminton gespielt und technische- und taktische Verbesserungen stehen im Vordergrund. |
| **2** | Spielen in und mit Regelstrukturen – BasketballLaufen, Springen, Werfen - Leichtathletik | LeistungKooperation und Konkurrenz | Als ein Schwerpunkt wird mit- und gegeneinander Basketball gespielt, die Technik verbessert und das gruppen- und mannschaftstaktische Spielverhalten reflektiert und optimiert. Im Mittelpunkt des Kurses steht weiterhin das Erlernen und Trainieren unterschiedlicher (neuer) leichtathletischer Disziplinen aus den Bereichen Lauf, Sprung und Wurf (z.B. Speerwurf oder Dreisprung) sowie das ausdauernde Laufen. |
| **3** | Spielen in und mit Regelstrukturen – FußballDen Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | GesundheitKooperation und KonkurrenzBewegungslernen und motorisches Lernen | Im Mittelpunkt dieses Kurses steht auf der einen Seite das Spielen mit- und gegeneinander im Fußball. Dabei werden grundlegende Spielsituationen bewältigt, die eigene Technik verbessert und das gruppen- und mannschaftstaktische Spielverhalten reflektiert und verbessert.  Im Mittelpunkt dieses Kurses steht auf der anderen Seite die individuelle Verbesserung der eigenen körperlichen Fitness (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) im Sinne eines gesundfunktionalen Trainings mit oder ohne Fitnessgeräte zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung. |
| **4** | Spielen in und mit Regelstrukturen – VolleyballLaufen, Springen, Werfen - Leichtathletik | LeistungKooperation und Konkurrenz | Im Mittelpunkt des Kurses steht auf der einen Seite das Erlernen und Trainieren unterschiedlicher (neuer) leichtathletischer Disziplinen aus den Bereichen Lauf, Sprung und Wurf (z.B. Speerwurf oder Dreisprung) sowie das ausdauernde Laufen. Auf der andren Seite wird mit- und gegeneinander Volleyball gespielt, die Technik verbessert und das gruppen- und mannschaftstaktische Spielverhalten reflektiert und optimiert. |
| **5** | Spielen in und mit Regelstrukturen – BadmintonBewegen im Wasser - Schwimmen | LeistungBewegungslernen und motorisches Lernen | Im Mittelpunkt dieses Kurses steht auf der einen Seite das Spielen mit- und gegeneinander im Badminton. Dabei werden grundlegende Spielsituationen bewältigt, die eigene Technik verbessert und das gruppen- und mannschaftstaktische Spielverhalten reflektiert und verbessert. Im Bewegungsfeld Schwimmen geht es über die Verbesserung der verschiedenen Schwimmtechniken hinaus auch um das ausdauernde Schwimmen, das Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen sowie Bewegungsgestaltungen im Wasser oder Wasserball bzw. Wasserspringen. |