



LEISTUNGSKURS: SPORT

THEMENÜBERBLICK MSS 1 – 3

	Theorie	Praxis
MSS 1	Grundlegende Kenntnisse für das Fach Sport	Ausgewählte Inhalte aus den Sportarten der Gruppe A und B
MSS 2 (1)	Sportliches Training	Turnen ergänzt durch Gymnastik/Tanz
MSS 2 (2)	Bewegungslernen	Leichtathletik
MSS 3 (1)	Handeln im Sportspiel	Spiel 1 aus Gruppe B Schwimmen
MSS 3 (2)	Sport und Gesellschaft Trainingstheoretische, bewegungsanalytische, soziologische Aspekte sportlicher Phänomene	Spiel 2 aus Gruppe B oder C

CHECK: VORAUSSETZUNGEN UND ZIELE DES LEISTUNGSKURS SPORT.

- ✓ Gesundheit und sportliches Leistungsvermögen
- ✓ ein vielseitiges Interesse an Sport
- ✓ grundlegende Fähigkeiten in Leichtathletik, Gymnastik, Turnen, Schwimmen und mindestens zwei Mannschaftsspielen
- ✓ Bereitschaft zur Anstrengung und zu sportlicher Kooperation
- ✓ grundlegende Kenntnisse in Deutsch, Biologie und Physik

Bücher und Materialien:

Gelbe Reihe: Trainingslehre

Gelbe Reihe: Bewegungslehre



Anzahl der wöchentlichen Unterrichtsstunden:

MSS 1 → vierstündig

MSS 2 → sechsstündig

MSS 3 → sechsstündig

Sportarten	
Gruppe A	Gymnastik/Tanz, Leichtathletik, Schwimmen, Turnen
Gruppe B	Basketball, Fußball, Handball, Volleyball
Gruppe C	Badminton, Hockey, Judo, Rudern, Ski, Tennis, Tischtennis