

Organisation

Jahrgang 6.2 bis 8.2

Start mit Schnupper- und Einstiegsstunden für die Wahlen zu JG7 und JG8



Anschluss

- ab EF in der Oberstufe Grund- und Leistungskurse in Sport und Biologie

Inhalte

JG 7

- Bodyforming und Ernährung
- Was ist Gesundheit?
- Gesunde Ernährung - Sport und Ernährung
- Entspannungstechniken wie Yoga und Atemübungen
- Trainingsprinzipien und Fitnesszirkels
- Gesunde Körperhaltung
- Koordinationsübungen

JG 8

- Wahl zwischen zwei Profilen:
 1. Ausbildung zum Sporthelfer

Qualifikation für Jugendliche für sportliche/kulturelle Arbeit mit Kindern in Schule und Sportverein - anerkannt als Basismodul der Übungsleiter C-Ausbildung
 2. Ausbildung zu Schulsanitätern

Erlangen eines Erste-Hilfe-Nachweises und Möglichkeit zum Einstieg in den Schulsanitätsdienst

JG 8

Die Inhalte werden während der Umstellung auf G9 noch entwickelt