

## 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**