

Kursprofil Coppik Q1 – Q4

2017 – 2019

| | Themenfeld | Schwerpunktsportarten |
|------|--|---|
| Q1.2 | Fitness erhalten und steigern | Orientierungslauf |
| Q1.1 | Sportliche Handlungssituationen gemeinsam entwickeln | Kleine und große Spiele (Hockey, Tschoukball, Volleyball, etc.) |
| Q1.5 | Mit- und gegeneinander spielen | Kleine und große Spiele |

| | | |
|------|--|---|
| Q2.2 | Sportliche Handlungssituationen gestalten | Klettern an Geräten, Boulder- und Kletterwänden |
| Q2.1 | Anforderungsprofile von Sportarten beschreiben | Leichtathletik |
| Q2.3 | Bewegungen optimieren | Leichtathletik |

| | | |
|------|------------------------------------|-------------------|
| Q3.1 | Gesund ernähren – Leistung bringen | Orientierungslauf |
| Q3.4 | Leistungen messen und bewerten | Orientierungslauf |
| Q3.2 | Bewegungen verstehen | Leichtathletik |

| | | |
|------|-------------------------------|---------------------------|
| Q4.1 | Fitness erhalten und steigern | Fitnessstraining |
| Q4.3 | Etwas wagen und riskieren | Klettern an Kletterwänden |

Durch die Anmeldung für diesen Kurs entstehen Unkosten in Höhe von ca. 12,-€ pro Besuch in der Kletterhalle (dies wird mehrmals stattfinden).

Im Bereich Leichtathletik wird die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens angeboten.