

Prüfungsfragen Gymnastik und Tanz

Allgemein

- 1 Grenzen Sie die verschiedenen Teilbereiche des sportlichen Handlungsfeldes Gymnastik und Tanz voneinander ab und geben Sie jeweils Beispiele an!
- 2 Welche Ziele lassen sich mit Unterricht im Handlungsfeld Gymnastik und Tanz verwirklichen?
- 3 Erklären Sie die Begriffe „Beat“, „Takt“ und „Rhythmus“!
- 4 In welcher Form kann Musik im Unterricht in Gymnastik und Tanz eingesetzt werden?
- 5 Welchen Vorteil bietet selbst erzeugte Musik?
- 6 Erläutern Sie verschiedene Möglichkeiten der Rhythmusschulung und deren praktische Umsetzung im sportlichen Handlungsfeld Gymnastik und Tanz!
- 7 Wie gehen Sie bei einer Musikanalyse für eine Choreographie vor?
- 8 Was bedeutet „Choreographie“ und wie kann sie entwickelt werden?
- 9 Nennen und beschreiben Sie die Parameter tänzerischer Bewegung jeweils mit Beispielen! Welche Bedeutung haben diese?
- 10 Beschreiben Sie Möglichkeiten um sich Bewegungsfolgen besser zu merken!
- 11 Beschreiben Sie Möglichkeiten um Bewegungsfolgen umzugestalten! Berücksichtigen Sie dabei verschiedene Parameter!
- 12 Wie unterstützen Sie Ihre Schüler / Schülerinnen beim Neugestalten von Teilen der Choreographie?
- 13 Wie motivieren Sie SuS für das Handlungsfeld Gymnastik und Tanz?
- 14 Nennen Sie typische Aufstellungsformen, die im Unterricht in Gymnastik und Tanz zum Einsatz kommen und nennen Sie dazu jeweils eine passende Unterrichtsphase bzw. -situation!
- 15 Nennen Sie folgende Aufstellungsformen!
- 16 Nennen Sie eine Unterrichtssituation oder -phase, in der Sie die Schülerinnen und Schüler sich im Kreis aufstellen lassen und begründen Sie Ihre Auswahl!
- 17 Nennen Sie eine Unterrichtssituation oder -phase, in der Sie die Schülerinnen und Schüler sich im Block aufstellen lassen und begründen Sie Ihre Auswahl! Was ist dabei zudem zu beachten?

- 18 Wann setzen Sie im Unterricht in Gymnastik und Tanz Musik ein und wozu?
- 19 Wie gehen Sie mit der Schwierigkeit um, bei laufender Musik Ansagen machen zu müssen?
- 20 Begründen Sie, wann es besser ist mit nur ein bis zwei Musikstücken im Unterricht zu arbeiten und wann eine Playlist laufen zu lassen!
- 21 Wie demonstrieren Sie Ihren Schülerinnen und Schülern Bewegungen, wenn Sie vor Ihnen stehen und was ist dabei zu beachten?
- 22 Was können Sie tun, wenn Ihre Schülerinnen und Schüler die Schritte noch nicht auf die Musik ausführen können, weil diese im anfänglichen Lernprozess noch zu schnell ist?
- 23 Was ist wichtig, wenn Sie Ihren Schülerinnen und Schülern eine kreative Aufgabe stellen und was muss als Vorbereitung bzw. danach unbedingt erfolgen?
- 24 Diskutieren Sie die Vor- und Nachteile einer Lehrerdemonstration im Vergleich zur Verwendung von Videomaterial (selbsterstellte Tutorials und Youtube- oder TikTok Videos) zum Erlernen von tänzerischen Bewegungen!
- 25 Welche Aufgabe hat die Lehrkraft, wenn die Schülerinnen und Schüler eine Gruppenarbeit erledigen?
- 26 Was ist wichtig, wenn die Schülerinnen und Schüler nach einer kreativen Aufgabe ihre Ergebnisse präsentieren?
- 27 Nennen Sie grundlegende Körpertechniken!
- 28 Benennen Sie folgende Stände!
- 29 Benennen Sie folgende Sitze!
- 30 Nennen Sie verschiedene Lagen sowie Beispiele für Bodenelemente!
- 31 Benennen Sie folgende Positionen!
- 32 Beschreiben Sie ein Plié und ein Passé!
- 33 Beschreiben Sie die Positionen Flex und Point!
- 34 Beschreiben Sie ist ein Chassé!

Gymnastik mit Handgerät

- 1 Nennen Sie Grundbewegungen der Gymnastik mit Handgerät?
- 2 Welche verschiedenen Handgeräte lassen sich unterscheiden? Versuchen Sie eine Klassifizierung und nennen Sie jeweils Beispiele!
- 3 Welche Bewegungsebenen und –richtungen werden in der Gymnastik mit Handgerät unterschieden!
- 4 Erklären Sie, was unter einem Ebenenwechsel zu verstehen ist und beschreiben Sie Möglichkeiten einer korrekten Ausführung mit zwei verschiedenen Handgeräten
- 5 Beschreiben Sie Möglichkeiten, um im Sportunterricht Interesse für Gymnastik mit Handgerät zu wecken!
- 6 Skizzieren Sie eine kurze Sequenz von 2 Einzelstunden (jeweils 45 Minuten) im Bereich Gymnastik mit Handgerät! Nennen Sie dabei Ihre Lernziele und begründen Sie Ihr Vorgehen!
- 7 Skizzieren Sie eine Sequenz von 3 Einzelstunden (jeweils 45 Minuten) im Bereich Gymnastik mit Handgerät! Nennen Sie dabei Ihre Lernziele und begründen Sie Ihr Vorgehen!
- 8 Skizzieren Sie eine Sequenz von 4 Einzelstunden (jeweils 45 Minuten) im Bereich Gymnastik mit Handgerät! Nennen Sie dabei Ihre Lernziele und begründen Sie Ihr Vorgehen!
- 9 Warum ist es wichtig, Schülerinnen und Schüler wenn möglich Auswahlmöglichkeiten bei der Vorgabe einer Gymnastikübung mit Handgerät (z.B. verschiedene Technikvariationen) zu geben?
- 10 Welche Lernziele verfolgen Sie mit Schülern bzw. Schülerinnen im Unterricht in Gymnastik mit Handgerät? (vgl. Lehrpläne der verschiedenen Schularten)

Ball

- 11 Beschreiben Sie die Handhabung des Gymnastikballes!
- 12 Nennen Sie die Techniken mit dem Ball und beschreiben Sie jeweils typische Fehlerbilder bzw. Regeln!
- 13 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechnik Prellen mit dem Ball variiert werden kann!
- 14 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Werfen und Fangen mit dem Ball variiert werden können!
- 15 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Rollen am Boden und Rollen am Körper mit dem Ball variiert werden können!

- 16 Beschreiben Sie verschiedenen Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Balancieren und Führen/Übergeben mit dem Ball variiert werden können!
- 17 Beschreiben Sie Möglichkeiten, wie ausgewählte Gerätetechniken mit dem Ball mit unterschiedlichen Körpertechniken kombiniert werden können!
- 18 Beschreiben Sie Übungs- und Spielformen mit Ball zur Einführung des Handgeräts in der Schule!
- 19 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erleichterung des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Ball). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden.

Körpertechnik	Handgerätetechnik
1/1 Drehung	einhändiges Werfen und Fangen

- 20 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erleichterung des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Ball). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden.

Körpertechnik	Handgerätetechnik
Schrittstellung Pferdchensprung über den Ball	Rollen des Balles mit einer Hand Aufnehmen des Balles neben dem Körper mit der anderen Hand rückhands

- 21 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erschwernis des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Ball). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden!

Körpertechnik	Handgerätetechnik
Wechselschritt vorwärts Schersprung	1x Prellen des Balles mit einer Hand

Seil

- 22 Wie wird die richtige Seillänge in der Gymnastik bestimmt und welche unterschiedlichen Handhabung gibt es? Nennen Sie dazu jeweils ein Bewegungsbeispiel!
- 23 Nennen Sie die Techniken mit dem Seil und beschreiben Sie jeweils typische Fehlerbilder bzw. Regeln!
- 24 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Schwingen, Kreisen und Achter mit dem Seil variiert werden können!
- 25 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechnik Durchschläge mit dem Seil variiert werden kann!

- 26 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Fangen und Werfen eines Seils bzw. des ganzen Seils variiert werden können!
- 27 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Stopps und Wicklungen mit dem Seil variiert werden können!
- 28 Beschreiben Sie Möglichkeiten, wie ausgewählte Gerätetechniken mit dem Seil mit unterschiedlichen Körpertechniken kombiniert werden können!
- 29 Beschreiben Sie Übungs- und Spielformen mit Seil zur Einführung des Handgeräts in der Schule!
- 30 Beschreiben Sie einen Weg zum Erlernen des Seilspringens mit möglichen Übungsformen und begründen diesen!
- 31 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erleichterung des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Seil). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden.

Körpertechnik	Handgerätetechnik
Seitgalopp	beidhändige, horizontale Achterschwünge

- 32 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erleichterung des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Seil). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden.

Körpertechnik	Handgerätetechnik
1/1 Drehung Einbeinstand	Überkreuzen des Seils und Verknoten sagittales Kreisen rückwärts Wurf Fangen der Seilmitte Spannen des Seils mit dem Knie Greifen der Seilenden mit jeweils einer Hand

- 33 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erschwernis des folgenden Elements (Handgerät Seil). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden!

Körpertechnik	Handgerätetechnik
2 Sprünge mit Federn 2 Sprünge Schlussstand	2 Seildurchschläge am Platz 1 Seildurchschlag mit gekreuztem Seil Seilstopp unter den Füßen

Reifen

- 34 Welchen Durchmesser sollte ein Gymnastikreifen haben und welche unterschiedlichen Handhabungen gibt es? Nenne Sie dazu jeweils ein Bewegungsbeispiel!

- 35 Nennen Sie die Techniken mit dem Reifen und beschreiben Sie jeweils typische Fehlerbilder bzw. Regeln!
- 36 Unterscheiden Sie die Techniken Kreisen, Rotieren und Drehen mit dem Reifen voneinander!
- 37 Unterscheiden Sie die Gerätetechniken Schwingen, Kreisen und Achter mit dem Reifen und beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie sie variiert werden können!
- 38 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Rollen am Boden und am Körper mit dem Reifen variiert werden können!
- 39 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechnik Rotieren/Umkreisen mit dem Reifen variiert werden kann!
- 40 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Werfen und Fangen mit dem Reifen variiert werden können!
- 41 Beschreiben Sie Möglichkeiten, wie ausgewählte Gerätetechniken mit den Reifen mit unterschiedlichen Körpertechniken kombiniert werden können!
- 42 Beschreiben Sie Übungs- und Spielformen mit Reifen zur Einführung des Handgeräts in der Schule!
- 43 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erleichterung des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Reifen). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden.

Körpertechnik	Handgerätetechnik
Schlussstand	frontaler Wurf vor dem Körper mit Rotation um die Querachse Fangen auf den gestreckten Unterarmen

- 44 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erleichterung des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Reifen). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden.

Körpertechnik	Handgerätetechnik
Schlussstand Schersprung über den Reifen	Rollen des Reifens mit Effet einhändiges Stoppen mit der Hand

- 45 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erschwernis des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Reifen). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden!

Körpertechnik	Handgerätetechnik
Schlussstand	Rotieren rückwärts in sagittaler Ebene um eine Hand

	Wurf aus der sagittalen Rotation rückwärts einhändiges Fangen
--	--

Band

- 46 Welche Länge sollte ein Band haben und wie sieht die richtige Handhabung aus?
- 47 Nennen Sie die Techniken mit dem Band und beschreiben Sie jeweils typische Fehlerbilder bzw. Regeln!
- 48 Unterscheiden Sie die Gerätetechniken Kreisen und Spiralen mit dem Band voneinander!
- 49 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Schwingen, Kreisen und Achter mit dem Band variiert werden können!
- 50 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Schlangen und Spiralen variiert werden können!
- 51 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken mit gefasstem Bandende variiert werden können!
- 52 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Fangen und Werfen mit dem Band variiert werden können!
- 53 Beschreiben Sie Möglichkeiten, wie ausgewählte Gerätetechniken mit dem Band mit unterschiedlichen Körpertechniken kombiniert werden können!
- 54 Beschreiben Sie Übungs- und Spielformen mit Band zur Einführung des Handgeräts in der Schule!
- 55 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erleichterung des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Band). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden.

Körpertechnik	Handgerätetechnik
Laufschritte vorwärts Sprung nach Wahl	horizontal liegende Schlangen über dem Kopf

- 56 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erleichterung des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Band). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden.

Körpertechnik	Handgerätetechnik
Schlussstand	Übergabe des Stabs in die andere Hand Griff in das Band, hoher Wurf, Fangen

- 57 Nennen Sie eine Möglichkeit für eine Differenzierung/ Erschwernis des folgenden Elements (vgl. Pflichtelement mit Band). Dabei soll die Gerätetechnik nicht verändert werden!

Körpertechnik	Handgerätetechnik
Schlussstand 2 x Übersteigen des Bandes mit Seitrachstellschritten	1 sagittaler Achterschwung 2 sagittale Kreisschwünge

Keulen (nur für Lehramt Gymnasium)

- 58 Welche Handhabungen und Techniken werden mit den Keulen unterschieden? Welche Regeln gibt es?
- 59 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Handkreise und Mühlen variiert werden können!
- 60 Beschreiben Sie verschiedene Möglichkeiten, wie die Gerätetechniken Werfen und Fangen mit Keulen variiert werden können!
- 61 Beschreiben Sie Möglichkeiten, wie ausgewählte Gerätetechniken mit Keulen mit unterschiedlichen Körpertechniken kombiniert werden können!
- 62 Diskutieren Sie den Einsatz des Handgerätes Keulen in der Schule!

Übungsverbindungen, Gerätekombinationen, Methodische Vermittlungsmöglichkeiten, alternative Handgeräte

- 63 Was ist bei der Erstellung einer Übungsverbindung mit Handgerät auf Musik zu beachten?
- 64 Was ist eine Gerätekombination und wodurch ist sie gekennzeichnet?
- 65 Nennen Sie verschiedene methodische Vermittlungsmöglichkeiten für den Unterricht in Gymnastik mit Handgerät!
- 66 Vergleichen Sie die Vermittlungsmöglichkeiten „Lehrerdemonstration“ und „Bewegungsaufgabe“!
- 67 Vergleichen Sie die Vermittlungsmöglichkeiten „Lehrerdemonstration“ und „Stationsbetrieb“!
- 68 Beschreiben Sie anhand eines Beispiels ein induktives methodisches Vorgehen beim Erlernen einer Technik mit Handgerät!
- 69 Nennen Sie verschiedenartige alternative Handgeräte und stellen Sie das besondere im Umgang damit heraus!

Tanz

- 1 Skizzieren Sie eine mögliche Unterrichtsstunde im Bereich Tanz! Nennen Sie dabei Ihre Lernziele und begründen Sie Ihr Vorgehen!
- 2 Skizzieren Sie eine mögliche Sequenz von 2 Einzelstunden (jeweils 45 Minuten) im Bereich Tanz! Nennen Sie dabei Ihre Lernziele und begründen Sie Ihr Vorgehen!
- 3 Skizzieren Sie eine mögliche Sequenz von 3 Einzelstunden (jeweils 45 Minuten) im Bereich Tanz! Nennen Sie dabei Ihre Lernziele und begründen Sie Ihr Vorgehen!
- 4 Skizzieren Sie eine mögliche Sequenz von 4 Einzelstunden (jeweils 45 Minuten) im Bereich Tanz! Nennen Sie dabei Ihre Lernziele und begründen Sie Ihr Vorgehen!
- 5 Warum ist es wichtig, Schülerinnen und Schüler wenn möglich Auswahlmöglichkeiten bei der Erarbeitung eines Tanzes (z.B. verschiedene Schritte) zu geben?
- 6 Was bedeutet „Aufstellung in Tanzrichtung“?
- 7 Was ist unter Improvisation zu verstehen und welche Formen werden unterschieden? Diskutieren Sie die Umsetzung in der Schule!
- 8 Was versteht man unter Fokus? Beschreiben Sie diese Position bzw. Haltung und erklären Sie seine Bedeutung für die Vorführung eines Tanzes! Was bedeutet das für den Tanzunterricht?
- 9 Warum ist es im Tanzunterricht eine gute Übung die Choreographie mal um 90° oder 180° zu drehen?
- 10 Nach welchen Kriterien lässt sich eine Tanzchoreographie bewerten und welche erachten Sie als sinnvoll für die Schule?

Volkstänze/Folklore

- 11 Wie lässt sich Volkstanz/Folklore definieren?
- 12 Grenzen Sie Volkstanz und Folkloretänze voneinander ab und nennen Sie jeweils Beispiele!
- 13 Auf welche zwei Arten lassen sich die europäischen Volkstänze klassifizieren? Erklären Sie beide kurz!
- 14 Welche Bewegungsgrundformen finden sich im Volkstanz bzw. der Folklore?
- 15 Nennen Sie typische Handfassungen!
- 16 Beschreiben Sie einen Volkstanz/ Folklore Tanz nach Wahl (z.B. Krebspolka, ein Schuhplattl-Muster, eine Form des Sirtaki, einen Line Dance o.ä.)!

- 17 Wie können Sie auch bei der Vermittlung eines überlieferten Volkstanzes Ihre Schüler und Schülerinnen kreativ arbeiten lassen? Nennen Sie passende Aufgabenstellungen!
- 18 Inwiefern haben Volks- oder Folkloretänze einen Platz im Schulsport?

Ethnische Tänze

- 19 Nennen Sie Beispiele für Ethnische Tänze!
- 20 Was versteht man unter Ethnischen Tänzen?
- 21 Beschreiben Sie die Bedeutung des Afro Dance für viele Tanzstile, die in Amerika oder Europa getanzt werden anhand von Beispielen? Wie lässt sich dieser Einfluss historisch erklären?
- 22 Nennen und beschreiben Sie die Grundhaltung sowie Prinzipien des Afro Dance, die auch in anderen Tanzstilen von Bedeutung sind!
- 23 Was ist bei der Vermittlung eines Ethnischen Tanzes wichtig?

Gesellschaftstänze

- 24 Definieren Sie Gesellschaftstänze!
Von Laien ausgeführt, mit sozialisierender bzw. kommunikativer Funktion, von sakralen bzw. rituellen Tänzen unbedingt zu unterscheiden
- 25 Nennen Sie die Standardtänze aus dem Wettkampfprogramm und charakterisieren Sie diese allgemein!
- 26 Nennen Sie die Lateinamerikanischen Tänze aus dem Wettkampfprogramm und charakterisieren Sie diese allgemein!
- 27 Beschreiben Sie den Grundschrift und eine Figur eines Gesellschaftstanzes nach Wahl (z.B. Disco Fox, Chachacha, Charleston o.ä.)!
- 28 Was versteht man unter Modetänzen und wie entstanden diese? Nennen Sie Beispiele!
- 29 Was kennzeichnet Modetänze wie Macarena und Gangnam Style?
- 30 Mit welchem Ziel setzen Sie Modetänze im Schulsport ein?
- 31 Was gilt es beim Unterrichten eines Paartanzes zu beachten?

Künstlerische Tänze

- 32 Welche Tänze werden als künstlerische Tänze bezeichnet?

- 33 Welcher Tanzstil entstand als Gegenbewegung zum Ballett in den USA? Beschreiben Sie diesen kurz!
- 34 Wann lässt sich der zeitgenössische Tanz/ Contemporary einordnen und wie lässt er sich charakterisieren?
- 35 Warum ist der zeitgenössische Tanz / Contemporary für den Tanzunterricht in der Schule sehr gut geeignet?

HipHop

- 36 Wann, wo und warum entstand HipHop? Woher kommt die Bezeichnung?
- 37 Welche verschiedenen Strömungen werden unterschieden? Charakterisieren Sie diese kurz!
- 38 Was versteht man unter New School HipHop/ New Style HipHop
- 39 Nennen Sie technische Merkmale des HipHops und einige Bewegungselemente!
- 40 Warum ist HipHop für den Tanzunterricht in der Schule so attraktiv und was ist die Herausforderung dabei?

Ausdauerorientierte Formen der Fitnessgymnastik/ Group Fitness

- 1 Definieren Sie Aerobic, nennen Sie Ziele und Belastungsvarianten
- 2 Nennen und beschreiben Sie verschiedene Aerobic-Varianten!
- 3 Nennen Sie Schritte und Armbewegungen aus der Aerobic!
- 4 Unterscheiden Sie Aerobic und Step Aerobic!
- 5 Beschreiben Sie die Grundposition auf dem Stepper sowie die korrekte Ausführung des Basic Step in der Step Aerobic!
- 6 Nach welchen verschiedenen Methoden lässt sich eine Choreographie aufbauen?
- 7 Ihre Schüler / Schülerinnen sollen eine Choreographie von 4x ZZ erlernen. Beschreiben Sie verschiedene Vermittlungsmethoden!
- 8 Erklären Sie, was unter BallKoRobics zu verstehen ist?
- 9 Beschreiben Sie verschiedene methodischen Möglichkeiten bei der Entwicklung einer BallKoRobics-Choreographie!
- 10 Beschreiben Sie die Sportart Rope Skipping! Gehen Sie dabei auch auf die verschiedenen Seile ein, die verwendet werden, und stellen Sie unterschiedliche Formen vor!
- 11 Was gilt es bei einer Sportstunde zum Thema Rope Skipping zu beachten!
- 12 Wie unterscheidet sich die Technik beim Rope Skipping im Vergleich zum gewöhnlichen Seilspringen?
- 13 Beschreiben Sie Sprungvarianten des Basic Stunts!
- 14 Welche Varianten gibt es mit dem Partner und einem oder bzw. zwei Seilen?
- 15 Welche Varianten gibt es mit dem Longrope?
- 16 Skizzieren Sie eine mögliche kurze Stundensequenz von 2 Einzelstunden (jeweils 45 Minuten) im Bereich Groupfitness! Nennen Sie dabei Ihre Lernziele und begründen Sie Ihr Vorgehen!
- 17 Skizzieren Sie eine mögliche kurze Stundensequenz von 3 Einzelstunden (jeweils 45 Minuten) im Bereich Groupfitness! Nennen Sie dabei Ihre Lernziele und begründen Sie Ihr Vorgehen!
- 18 Skizzieren Sie eine mögliche kurze Stundensequenz von 4 Einzelstunden (jeweils 45 Minuten) im Bereich Groupfitness! Nennen Sie dabei Ihre Lernziele und begründen Sie Ihr Vorgehen!