

# Ergänzungsfach Sport

## Noten Frühlingssemester KS Hohe Promenade

	obligatorische Credits
	praktische Credits
	freiwillig

### Obligatorische theoretische Prüfungen:

- Sporternährung/Flüssigkeitshaushalt
- Herz-Kreislauf-System/Gesundheit

### Credits:

• Bericht Ausdauertraining	20 P.
• Referat	20
• B: Ernährung und Bewegung	20
• B: Flüssigkeitshaushalt	20
• 60 m	10
• Hochsprung	10
• Weitsprung	10
• Speerwurf	10
• 12-Minuten-Lauf	10
• Halbmarathon	20
• Fussball: Techniktest	10
• Hindernislauf	10

- |                                   |         |
|-----------------------------------|---------|
| • Portfolio: frei gewähltes Thema | max. 30 |
|-----------------------------------|---------|

AB: Arbeitsblatt  
B: Bericht

Es müssen 80 Punkte erreicht werden, ansonsten wird eine mündliche Nachprüfung verlangt.

**Note: (Oblig. Prüfungen + Creditsnote) / 3**