

Auswahl konkreter Unterrichtsinhalte aus den Bewegungsfeldern für die Schuljahrgänge 5-10

Bewegungsfelder Jahrgang	Sportart / Disziplin / Schwerpunkt im Jahrgang						aktuell überarbeitet und gültig					
	5	6	7	8	9	10						
Spielen <i>bis Jahrgang 9 mind. 2 Zielschussspiele, 1 Rückschlagspiel, 1 Endzonenspiel bis Jg. 10 ein weiteres RSSp.</i>	Kleine Spiele 6-8 DS im 1. Hj. nach den Sommerferien zur Hinführung der großen Sportspiele	Basketball I (Vor- bereitung auf das Turnier im Dezember) 6-8 DS im 1. Hj. nach den Sommerferien	Fußball 6 DS im 1. Hj. nach den Sommerferien Touch Rugby oder U.-Frisbee (nach Turnen) 4-6 DS	Basketball II im 1. Hj. nach den Sommerferien 6-8 DS	Handball nach den Sommerferien 8 DS; Volleyball I im 2. Halbjahr 6-8 DS	Volleyball II nach dem Hürdenlaufen ca. 6 DS; danach Badminton I bis Ende 1. Halbjahr 8 DS						
Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen <i>20 Std. in 5 oder 6 40 Std. in 7 bis 10!</i>	/	Im 1. Halbjahr von Oktober bis Ende Januar 10-12 DS („Weg“ vor den Herbstf.)	/	Im 1. und 2. Halbjahr, nach den Herbstferien bis Mitte Mai, ca. 22 DS	/	/						
Turnen und Bewegungskünste	Nach den Herbstferien bis Ende Januar ca. 10 DS incl. Akrobatik	/	Im 1. Halbjahr nach Schleuderball ca. 8 DS	/	Im 1. Hj. nach der UE Handball 8 DS	/						
gymnastisches, rhythmisches und tänzerisches Bewegen	/	Im 2. Halbjahr nach den Osterferien bis Ende Mai 4-6 DS	Im 2. Halbjahr (nach Touch Rugby oder U.- Frisbee) ca. 6 DS	/	/	Im 2. Halbjahr 6-8 DS						
Laufen, Springen, Werfen (je nach Wetterlage und Schuljahresbeginn können auch Disziplinen zeitlich vorverlegt werden, auch unter dem Aspekt des DSA für die Jg. 5-8)	Laufen & Werfen, Im 2. Halbjahr, von Juni bis zu den Sommer- ferien 6-8 DS (Sprint 50m, Schlagball werfen 80/200gr, Ausdauerlauf)	Laufen & Springen, Im 2. Halbjahr, von Juni bis zu den Sommerferien 6-8 DS (Sprint 50m mit Vorbereitung Tiefstart, Weitsprung, 25-Minuten Lauf)	Laufen & Werfen, Im 1. Halbjahr (nach Fußball) ca. 4 DS (Schleuderball) Im 2. Halbjahr, von Mitte Mai bis zu den Sommerferien, ca. 4 DS (Sprint 75m mit Tiefstart, 25-Min. Lauf/ Bewertung ü. Distanz)	Laufen & Springen, Im 2. Halbjahr, von Mitte Mai bis zu den Sommerferien 6-8 DS (Hoch- und Weitsprung, Ausdauer 30 min)	Laufen & Werfen, Im 2. Halbjahr bis zu den Sommerferien 6-8 DS (Sprint 100m, 800/1000m Lauf, Kugel und Ausdauer 30 min/ Bewertung über Distanz)	Laufen & Springen, <u>Anfang 1. Hj.</u> 4 DS (Hürdenlaufen) <u>Im 2. Halbjahr,</u> nach der UE Tanzen 6 DS (Hochsprung, Staffellauf und Cooper-Test)						
Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten	Nach den Osterferien bis Mai ca. 4-6 DS *Sicherheitstraining	/	/	/	/	/						
Kämpfen	/	Im 2. Halbjahr bis zu den Osterferien ca. 6 DS	/	/	Im 2. Halbjahr nach den Osterferien ca. 4 DS	/						
fakultativ: je nach Länge des Schuljahres	*Verkehrserziehung	/	/	/	/	<i>Touch Rugby</i> oder <i>U.-Frisbee</i>						

(Die jeweilige zeitliche Zuordnung dient nur einer groben Orientierung und kann ggf. in Absprache mit den Kollegen verändert bzw. angepasst werden.)
Im Jahrgang 7 wird in einer selbstgewählten Sportart (Fußball, Schleuderball, Turnen, Tanz) eine **Bewegungsanalyse** mithilfe der **IPads** durchgeführt.