

CAG Fachgruppe SPORT → **Schuleigener Arbeitsplan 5 bis 11** – Gesamtübersicht mit Obligatorik und Freiraum

Stand: August 2018		Die Anzahl der obligatorischen Doppelstunden pro Bew.-feld hängt von den organisatorischen Gegebenheiten (z.B. Hallengröße, verfügbares Material, etc.) ab.													
Bewegungsfelder	Jahrgang 5	DS	Jahrgang 6	DS	Jahrgang 7	DS	Jahrgang 8	DS	Jahrgang 9	DS	Jahrgang 10	DS	Jahrgang 11	DS	
Spiele	Spiele spielen - kleine Spiele	5 4	Handballspiele – mit der Handballgeschick werden; volley spielen	5 3	Fußball – mit dem Fuß ballgeschick werden; (Uni) Hockey – entwickeln von ersten Spielzügen; Unihockey	5 5	Basketball – elementare Techniken [dribbeln, freilaufen, passen; Korbleger] Rugby	5 5	Badminton – Aufschlag/ VH-Clear ggfs. RH; erstes Entwickeln von Spielkombinationen	6 4 4	Vom volley spielen zum VB; ggfs. große Ball-spiele (HB, BB, FB) – Weiterentwicklung techn./takt. Fertigkeit- en; TT oder Tennis – mit-und gegeneinander spielen	6 4 4	Weiterentwicklung techn. u. takt. Fertigkeiten in einem Mannschaftsspiel und einem Partnerspiel	7 7	
Schwimmen, Tauchen, Wasser-springen	Erwerb des Bronzeabzeichens z.B. in der <i>Schwimm AG Bronze</i>		Brust-u. Rücken- schwimmen; Startsprung; Abz. 'Silber'	9					Brustkraul; ggfs. Delphin; Rettungs- schwimmen; Abz.: Silber (Pflicht) / ggfs. Gold	9					
Turnen und andere Bewegungs- künste	rollen, balancieren, stützen; Akrobatik (Pyramidenbau)	5	Sprünge mit dem MT; evtl. synchron; Bodenturnen (Rad; Handstand)	4	stützen u. schwingen [Ringe / Barren];	4 4	Miteinander Turnen [Kooperation]	3 4		4 4	Stützen und Überschlagen; Turnen an Ringen, Kasten, Bock, Trampolin; ggfs. Salto	6	Miteinander Turnen Kooperation/Präsen- tation/Evaluation]	4	
gymnastisches u. tänzerisches Bewegen	Rhythmisches Laufen auf akustische Vorgaben (Trommel, Stöcke, Musik etc.); Rope-skiing	2 2	Partner- u. Gruppenchoreogr aphie (z.B. Jumpstyle)	5	Erarbeiten einer gymnastischen(gruppe n-) Choreographie mit Handgeräten	4		3	Gestaltung tänzerischer Bewegungs- u. Ausdrucksformen; Gruppenchoreographie (z.B. Hip Hop; Step- aerobic; Breakdance)	4)	5	Gestaltung tänzer- ischer Bewegungs- u. Ausdrucksformen; Gruppenchoreo- graphie (z.B. Hip Hop; Stepaerobic)	4	
Laufen, Springen, Werfen	schnell sowie ausdauernd laufen – mind. 25 min.; Werfen mit u. ohne Anlauf; Springen in die Weite; evtl. BJS	3 3 3	falls Zeit bleibt: Staffellauf; Springen in die Höhe; evtl. BJS	4 4	zusammen ausdauernd laufen [mind. 30 min.]; Werfen mit unter- schiedlichen Wurf- geräten/Kugelstoßen	4 4	Sprinten 75 m; Tiefstart; über Hindernisse laufen; Springen in Höhe (Festigung von Sprungtechniken)	4 4	Sprinten 100 m Hürdensprint; Staffellauf – Sprintstaffeln; Anwenden von Trainingsmethoden	3 2	Hoch springen – wie komme ich noch höher? ausdauernd laufen; Werfen und Stoßen	4 4	Theorie und Praxis zum gezielten Training einer ausgewählten konditionellen Eigenschaft	8	
Bewegen auf rollenden u. gleitenden Geräten	Bewegungserfahrungen sammeln, z.B. auf Rollbrettern, Waveboards, Inlinern	2				(2)	Skifahrt: konditio- nell/ koordinative Vorbereitung; Skifahren im flachen u. steileren Gelände	5		(2)					
Kämpfen	Kampffideen erproben – Regeln entwickeln; Kämpfen am Boden	3 3				3 3					Kämpfen im Stehen – Werfen und Fallen	3			
Gesamtstd.zahl: Obligat/Freiraum		35 5		34 6		36 4		33 7		32 8		36 4		30	

n.b.: In allen Jg. achten die Lehrkräfte auf die wiederholte Thematisierung des Aspektes „gesunde, sportgerechte Ernährung an ausgewählten Beispielen.“ Die Abnahme des Dt. Sportabzeichens wird in jedem Jahrgang angestrebt.