

## Arbeitsplan Klassenstufen 5-10 – Überblick

Erfahrungs- und Lernfelder	Klassenstufen												
	Pflichtbereich												Wahlbereich
	Klasse 5	s <sup>1</sup>	Klasse 6	s <sup>1</sup>	Klasse 7	s <sup>1</sup>	Klasse 8	s <sup>1</sup>	Klasse 9	s <sup>1</sup>	Klasse 10	s <sup>1</sup>	Ergänzung z.B. durch ...
<b>Spiele</b>	Kleine Spiele	12	Endzonenball	03	Floorball	03	Basketball	12	Badminton	12	Volleyball	12	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kommunikations- und Interaktions-spiele</li> <li>● Handball</li> <li>● Hockey</li> <li>● Tischtennis</li> <li>● Indiacca</li> <li>● Endzonenspiele</li> <li>● usw.</li> </ul>
			Fußball	09	Volleyball	09							
<b>Turnier</b>	Völkerball		Endzonenball		Floorball		Basketball		Badminton		Volleyball		
<b>Laufen, Springen, Werfen</b>	Leichtathletik Hinführung zu den leichtathletischen Disziplinen: Weitsprung 50 m Sprint Weitwurf 30-min Lauf ohne Rundenzählung			2x 06	Leichtathletik Festigung alter und Hinführung neuer leichtathletischer Disziplinen: Kugelstoßen 3/4kg Weitsprung 75/100 m Sprint 30-min Lauf mit Rd/1000 m			2x 06	Leichtathletik Festigung und Vertiefung leichtathletischer Disziplinen: Technikdisziplin (Hürden/Speer) Hochsprung 100 m Sprint 30-min Lauf mit Rd/2000 m			2x 06	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Speerwurf, Diskus, Hürdenlauf</li> <li>● Wald-, Orientierungslauf</li> </ul>
	Allgemeine turnerische Bewegungserfahrungen: Stützen, Schwingen, Rollen, Klettern, Balancieren, allgemeine Gewandtheitsschulung,				12	Entwicklung turnerischer Bewegungsfertigkeiten an Geräten und von Bewegungskünsten: Basiselemente, Springen am Minitrampolin, Handstand, Akrobatik, Jonglage			12	Entwicklung, Festigung und Ergänzung turnerischer Bewegungsfertigkeiten an Geräten und am Boden: Schwingen, Springen, Stützen, Übungsverbindungen, Bewegungskünste			10
<b>Gymnastisches und tänzerisches Bewegen</b>	Allgemeine Rhythmus- und Koordinationsschulung: Grundformen Gehen, Laufen, Hüpfen; rhythmisch-gymnastisches Bewegen nach Musik und mit Gerät/Ball angeleitetes Aufwärmen			08	Gymnastische Grundelemente mit/ohne Spring- und Schwungseil; Funktionsgymnastik, Aerobic, Fitness, Stepaerobic / vom angeleiteten zum selbständigen Aufwärmen			08	Projekte: Tanzen, Aerobic, Fitness, Hip Hop; Gymnastik			10	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Gymnastik mit/ohne Gerät</li> <li>● Jazztanz,</li> <li>● Standardtanz</li> <li>● Folkloretanz</li> <li>● moderner Tanz</li> </ul>
<b>Kämpfen</b>	Ringens und Raufen			03	Judohaltegriffe+ Befreiungen, Würfe			03					
<b>Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen</b>			Schwimmwoche	05									
<b>Leistungsbewertung</b>	sportmotorische Leistung: mindestens 50%; sonstige Leistungen: mindestens 25%												

Bei den Vorgaben der Unterrichtsstunden für die einzelnen Bewegungsfelder handelt es sich um Orientierungswerte!