Stand: 01.07.19

Fachgruppe Sport (Athenaeum)

Schuleigener Arbeitsplan Klassen 5 bis 10 (Gesamtübersicht)

Die folgenden Inhalte sollen sofern es die Rahmenbedingungen zulassen die Schwerpunkte der jeweiligen Unterrichtseinheiten ausmachen

Bewegungsfeld Vorgaben im KC	**Jahrgang 5**	**DS**	**Jahrgang 6**	**DS**	**Jahrgang 7**	**DS**	**Jahrgang 8**	**DS**	**Jahrgang 9**	**DS**	**Jahrgang 10**	**DS**
Spielen Jahrgang 5 - 9 2 Zielschussspiele 1 Endzonenspiel 1 Rückschlagspiel Jahrgang 10 1 Rückschlagspiel	**Kleine Spiele** Spielerisch-situationsorientierte allgemeine Ballschule. (Prellen, Fangen, Werfen)	10	**Fußball** **Tischtennis** Spielerisch-situationsorientierte sportspezifische Ballschule.	7 7	**Basketball** Spielerisch-situationsorientierte sportspezifische Ballschule.	7	**Badminton** **Floorball** Spielerisch-situationsorientierte sportspezifische Ballschule.	7 7	**Rugby / Flag-Football** **Handball** – mit Exkurs **Tchoukball** Vertiefung der spielerisch-situationsorientierten Ballschule.	7 7	**Volleyball** **Sportspiel nach Wahl** Vertiefung der spielerisch-situationsorientierten Ballschule.	7 7
Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen Jahrgang 5 / 6 10 Doppelstunden Jahrgang 7 - 10 20 Doppelstunden	**Schwimmen** a) Technik (Rücken, Brust) b) Sprünge (Start, 1m) c) Tauchen (Tief) d) Ausdauer (15 min) e) Selbstrettung	10			**Schwimmen** a) Technik (Kraul) b) Ausdauer (Brust) c) Sprint (Start/Wende) d) Tauchen (Strecke) e) Rettungsschwimmen	20						
Turnen und andere Bewegungskünste			**Reck- und Bodenturnen** Turnerische Bewegungserfahrungen (Rollen, Balancieren, Stützen, Klettern, Springen)	6	**Akrobatik** Entwicklung einer Kür mit turnerischen Bewegungsfertigkeiten:	5	**Mini-Trampolin** **Barren, Ringe** - Schwingen / Stützen	10	**Turnerische Sprünge an Geräten** - Bock, Pferd	5	**Parkour** Ergänzung turnerischer Bewegungsfertigkeiten an Geräten:	5
Gymnastisches und tänzerisches Bewegen			**Seilspringen** Allgemeine Rhythmus- und Koordinations-schulung.	5			Weiterentwicklung tänzerischer Bewegungsfertigkeiten. **Jumpstyle / HipHop / Rock'n Roll**	6			**Jazz oder Step-Aerobic** Weiterentwicklung der tänzerischen Bewegungsfertigkeiten.	6
Laufen, Springen, Werfen	**Ausdauerlauf** **Schlagball**	6	**Sprint** (Spielerisch + 50 m) **Weitsprung**	8	**Ausdauer** (800 m)	4	**Sprint** (Tiefstart + 75 m) **Werfen** (Wurfball)	6	**Ausdauer** (3000 m) **Hochsprung** (Flop)	7	**Sprint** (Hürden) **Werfen** (Kugelstoßen, Schleuderball)	8
Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten	**Rollbrett**	5	**Waveboard**	5					**Fitness** Krafttraining ohne Geräte	3	**Fitness** Krafttraining mit Geräten	3
Kämpfen	**Partnerkämpfe** Kämpfen am Boden. Kämpfen an Gegenständen. Kämpfen um Raum.	5							**Partnerkämpfe** a) Kämpfen im Stand b) Einführung Judo	7		
	Stunden zur freien Verfügung (individuelle Exkurse, Vertretungsstunden, Ausfälle)	4	Stunden zur freien Verfügung (individuelle Exkurse, Vertretungsstunden, Ausfälle)	4	Stunden zur freien Verfügung (individuelle Exkurse, Vertretungsstunden, Ausfälle)	4	Stunden zur freien Verfügung (individuelle Exkurse, Vertretungsstunden, Ausfälle)	4	Stunden zur freien Verfügung (individuelle Exkurse, Vertretungsstunden, Ausfälle)	4	Stunden zur freien Verfügung (individuelle Exkurse, Vertretungsstunden, Ausfälle)	4
Gesamtstundenzahl		40		40		40		40		40		40