

Inhaltsfeld	5.Klasse	6. Klasse	7. Klasse	8. Klasse	9. Klasse
1. Körper wahrnehmen/ sportmotorische Tests	Spezielle Testreihe zur Erfassung der konditionellen & koordinativen Fähigkeiten (Eine Doppelstunde zu Schuljahresbeginn)  Aufwärmen & Dehnübungen	Wiederholungstest – Supervision  Aufwärmen & Dehnübungen	+ u.- Aspekte konditioneller Beanspruchung erfahren u. thematisieren, Pulsmessung/  Laufabzeichen  BJS(Dreikampf)	Krafttraining, Gerätetraining in richtiger Trainingsdurchführung/  Cooper Test oder 1000m <i>Lagenschwimmen</i>  BJS(Dreikampf)	Ausdauertraining Trainingsprinzipien zur Ausdauerschulung  Geländeangepasste Läufe  Coopertest
2. Das Spielen entdecken	Spiele selbst erfinden, Regeln formulieren, Kleine Spiele (z.B. Völkerball, Brennball)	Spiele selbst erfinden, Regeln formulieren, Kleine Spiele (z.B. Völkerball, Brennball)	Hinführen zu VB: Spielemotto: Ball im Spiel halten		
3. Leichtathletik	Laufen: - 10-15 Min-Lauf - Fang und Laufspiele - Staffelspiele Springen: - Hink, Hüpf und Springspiele - Weitenorientierte Sprünge - Werfen: - Schlagwurf und Zielwürfe aus Stand und Dreierhythmus	Laufen: - Ausdauerndes Laufen, Sprints - Staffelspiele - Hindernisläufe Springen: - Ein- und beidbeiniges Abspringen - Anlaufgestaltung - Werfen: - Schlagwurf mit versch. Wurfgeräten (mit und ohne Anlauf) - Würfe aus der Drehung	Laufen: -25-30 Min-Lauf -Start u. Sprint -Staffellauf  Springen: -Hindernislauf -rhythm. Mehrfach-Springen -Hochsprung: Flop, Schersprung Werfen: -Zielwerfen -Ballweitwurf mit Anlauf -Schleudern aus der einfachen Drehung	Laufen: -35-40 Min-Lauf -Kurzstreckenlauf -Hürdenlauf  Springen: -Weitsprung -Flop  Werfen: -Ballweitwurf mit Anlauf -Schleudern aus der Drehung -Kugel: Standstoß, mit Angleiten	Laufen: -60 Min-Lauf  Springen: -Weitsprung -Flop  Werfen: -Kugelstoßtechnik mit Angleiten
4. Schwimmen	evtl. 50 Meter für Sportabzeichen	evtl. 50 Meter für Sportabzeichen		<i>Einführen in die Grundtechniken</i>	

5. Turnen	Balancieren, Rollen, Drehen, Schwingen, Springen an und mit Geräten oder am Boden. (Grundfertigkeiten)  Erproben verschiedener Turngeräte und Gerätekombinationen Sicherheitserziehung: Hilfestellung: z.B. Sprung über Bock oder Kasten/ Reck, Boden (Stütz-, Balance- und Rollelemente), Stufenbarren.	Balancieren, Rollen, Drehen, Schwingen, Springen an und mit Geräten oder am Boden. (Grundfertigkeiten)  Erproben verschiedener Turngeräte und Gerätekombinationen Sicherheitserziehung: Hilfestellung: z.B. Balancieren auf dem Schwebebalken, Schwingen an Ringen, Boden und Sprung. Stützen und Schwingen am Parallelbarren.	Steigen, Hangeln, Klettern an/auf T.-Geräte, Geräte-Kombinationen, Hindernisbahnen Sprünge mit Drehung um die Körperlängsachse von Geräten, vom Absprungtrampolin auf/über Hindernisse; Schwebebalken: Gehen, Springen, Drehen	Boden:Rollen,Stände, .Rad, Radwende; Reck:Hüftaufschwung, Felgunterschwingung;  Barren: Schwingen, Oberarmrolle vw, Hockwende;  Bock: Grätsche;  Kasten quer: Hocke;  Balken: Gehen vw, rw, Schrittdrehung  Partnerakrobatik mit 2-3 Personen	Planen, Gestalten und Präsentieren von akrobatischen Figuren in der Gruppe
6. Gymnastik/ Tanz	Bewegung oder Aufwärmen zu Musik, Rhythmusschulung.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tanz mit Partner oder in Kleingruppen</li> <li>- Eigene Choreographien</li> <li>- Umsetzung der Musik in Bewegung</li> </ul>	Einzel- u. Großseil Springen mit u. ohne Partner am Ort u. im Lauf	in einer Tanztechnik: -Tanzschritte, -Tanzschrittfolgen, -Formation oder ein Tanz	Step-Aerobic
7. Sportspiele	Fußball, Handball, Hockey	Tischtennis, Basketball	<p>Volleyball: oberes, unteres Zuspiel; 1.1, 2.2</p> <p>Kleinfeldspiel: Handball(HB), Basketball(BB), Fußball(FB), Hockey(HO): Tor-, Korbwurf Ballführen, Passen</p>	<p>TT, BD, TE(Kleinfeld): Aufschlag, Annahme, Vh-, Rh-Schläge;</p> <p>FB, HB, BB, HO: Torschuss/Korb, Tor-, Korbabwehr, Stören bei: -Dribbeln/Ballführen, -Passen</p>	<p>Vertiefung Zielschusspiele FB, HB, BB, HO</p> <p>Problemorientierte Taktikspiele</p> <p>Hinführung zu wettkampforientiertem VBspiel</p>
8. Gleiten, Fahren, Rollen	/	/			
9. Ringen und Kämpfen	Kräftemessen in Zieh- und Schiebekämpfen	Kräftemessen in Zieh- und Schiebekämpfen			