NIGE Fachgruppe Sport

Schuleigener Arbeitsplan Klasse 5 bis 10 - Gesamtübersicht mit Obligatorik und Freiraum

Jahrgang 5	DS	Jahrgang 6	DS	Jahrgang 7	DS	Jahrgang 8	DS	Jahrgang 9	DS	Jahrgang 10	DS
Laufen - Springen - Werfen											
Schnell laufen - Sprintspiele - Werfen mit und ohne Anlauf	4	Gelände- und Stationslauf - Springen: weit und hoch	8	Sprint - Staffel - Dreikampf - Wurf - Stoß	6	Triathlon oder Dauerlauf - Springen: weit und hoch	8	Hürdensprint - Sprintstaffeln	8	Hochsprung - Flop - Ausdauertraining	6
Spiele (3 Zielschussspiele - 1 Endzonenspiel - 1 Rückschlagspiel bis Jg. 9)											
Kleine Spiele - Fußball - Tischtennis	6	Kleine Spiele - Basketball - Badminton	8	Handball - Fußball - Frisbee / Flag-Football / Rugby	6	Basketball - Hallenhockey - Volleyball	8	Fußball - Handball - Badminton	10	Basketball - Handball - Volleyball	6
Schwimmen - Tauchen - Wasserspringen											
Zielgerichtete Orientierung; Brust- und Rückenschwimmen	20			Schwimmen - Wasserspringen - Helfen - Retten	20					3 Schwimmtechniken- Ausdauerschwimmen - Helfen - Retten	20
Turnen und andere Bewegungskünste											
Boden -Sprung - Ringe - Minitramp	6	Boden / Sprung - Schwebebalken - Minitramp - Reck / Barren - Akrobatik	8	Boden - Sprung - Akrobatik	4	Boden - Reck / Barren	6	Boden / Sprung - Schwebebalken - Minitramp / Kasten - Reck / Barren	8	ausgewählte Turngeräte - Gruppenakrobatik, Jonglage	4
Gymnastisches und tänzerisches Bewegen											
		Rhythmische Gymnastik mit Handgeräten	3	Aerobic - Funktionsgymnastik	2	Bewegungsgestaltung	4	Improvisation und Bewegungsgestaltung	4	Tanz und Improvisation - Funktionsgymnastik	2
Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten											
		Rollbretter, Pedalos und/oder Rad/Einrad	3			Triathlon und /oder Rad/Pedalo	3				
Kämpfen											
		Grundlagen Kämpfen	4			Würfe und Fallen lernen	4				
Gesamtstundenzahl:	40		40		40		40		40		40
Obligatorik:	36		34		38		33		30		38
Freiraum:	4		6		2		7		10		2