

Jahrgangsstufe

Themen

Einführungsphase

1. Halbjahr

- Fit werden für den Lippstädter Hobbylauf über 5 km – die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.
- Akrobatik 2.0 – Individuelle Höchstleistungen auf koordinativem und konditionellem Gebiet erfahren, ausprobieren und verbessern. Selbstständiges Erarbeiten von Figuren und Übergängen zu Musik.
- Badminton– Spiel dich fit mit Technik und Taktik.

2. Halbjahr

- Rope-Skipping kreativ–Selbstständiges Erarbeiten von Sprüngen und Entwickeln einer Rope-Skipping-Choreographie zur Musik unter besonderer Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien mit anschließender Präsentation und Bewertung.
- „Taktik-Drills im Basketball“ – Mannschaftstaktische Handlungsmöglichkeiten im Spiel 5:5 zur Verbesserung und Vertiefung des Angriffs- und Abwehrspiels erarbeiten und anwenden.

Beschluss der Fachkonferenz Sport vom 28.02.2017, aktualisiert am 13.02.2018