|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1. Einheit | 2. Einheit | 3. Einheit | 4. Einheit | 5. Einheit | Sportl. „Wandertage“ |
| Jahrgang 5 | SPIELEN  Integr. Ballschule  (z.B. Handball) | SPIELEN  Hockey | ROLLEN & GLEITEN  Rollbrett | KÄMPFEN  Zieh- & Schiebekämpfe | TURNEN  Schwebebalken | *Rudern auf dem Maschsee* |
| Jahrgang 6 | SPIELEN  Fußball | SCHWIMMEN | LSW  50 m Sprint  Schlagball | GYMNASTIK & TANZ[[1]](#footnote-1)  Rope Skipping  oder  Step-Aerobic | Wahlfrei |  |
| Jahrgang 7 | SPIELEN  Basketball | TURNEN  Boden | LSW  75m  1000m  Weitsprung | KÄMPFEN  Ringen/Judo | Wahlfrei |  |
| Jahrgang 8 | SPIELEN  Flag-Football | GYMNASTIK & TANZ  Hip Hop | SCHWIMMEN | SPIELEN  Volleyball | Wahlfrei |  |
| Jahrgang 9 | SPIELEN  Tischtennis | TURNEN  Reck & Sprung | LSW  Maschseelauf/Ausdauer  Fitness | SPIELEN  Wahlfrei | Wahlfrei | „DanceDay“  in Kooperation mit der Tanzschule Bothe |
| Jahrgang 10 | SPIELEN  Empfehlung: Unihockey | GYMNASTIK & TANZ  Paartanz | LSW[[2]](#footnote-2)  Hochsprung  Kugelstoß | SPIELEN  Wahlfrei | Wahlfrei |  |
| Jahrgang 11 | BEWEGUNGSFELD A  Fitness | BEWEGUNGSFELD B  Endzonenspiele | BEWEGUNGSFELD A  Wahlfrei | BEWEGUNGSFELD B  Wahlfrei | Wahlfrei |  |

1. Empfehlung: Soll selbständig ein Kür entwickelt werden, Einheit auf das letzte Quartal legen. [↑](#footnote-ref-1)
2. Verpflichtend: Nutzung eines digitalen Feedback-Mediums zur individuellen Technikverbesserung [↑](#footnote-ref-2)