|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1. Einheit | 2. Einheit | 3. Einheit | 4. Einheit | 5. Einheit | Sportl. „Wandertage“ |
| Jahrgang 5 | SPIELENIntegr. Ballschule(z.B. Handball) | SPIELENHockey | ROLLEN & GLEITENRollbrett | KÄMPFENZieh- & Schiebekämpfe | TURNENSchwebebalken | *Rudern auf dem Maschsee* |
| Jahrgang 6 | SPIELENFußball | SCHWIMMEN | LSW50 m SprintSchlagball | GYMNASTIK & TANZ[[1]](#footnote-1)Rope SkippingoderStep-Aerobic | Wahlfrei |  |
| Jahrgang 7 | SPIELENBasketball | TURNENBoden | LSW75m1000mWeitsprung  | KÄMPFENRingen/Judo | Wahlfrei |  |
| Jahrgang 8 | SPIELENFlag-Football | GYMNASTIK & TANZHip Hop | SCHWIMMEN | SPIELENVolleyball | Wahlfrei |  |
| Jahrgang 9 | SPIELENTischtennis | TURNENReck & Sprung | LSWMaschseelauf/AusdauerFitness | SPIELENWahlfrei | Wahlfrei | „DanceDay“ in Kooperation mit der Tanzschule Bothe |
| Jahrgang 10 | SPIELENEmpfehlung: Unihockey | GYMNASTIK & TANZPaartanz | LSW[[2]](#footnote-2)HochsprungKugelstoß | SPIELENWahlfrei | Wahlfrei |  |
| Jahrgang 11 | BEWEGUNGSFELD AFitness | BEWEGUNGSFELD BEndzonenspiele | BEWEGUNGSFELD AWahlfrei | BEWEGUNGSFELD BWahlfrei | 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)