

Übersicht Unterrichtsvorhaben – Sport Klasse 5

BF	Unterrichtsvorhaben
1.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mein Körper ist fit und gesund – Durch bewegungsintensive Lauf- und Fangspiele Atmung und Puls als Zeichen körperlicher Belastung erfahren und begreifen. Den Unterschied zwischen körperlicher Belastung und Entspannung am Beispiel einer Fantasiereise erleben. 2. Laufen in seiner Vielfalt – die verschiedenen Möglichkeiten des Laufens unter Berücksichtigung individueller Geschwindigkeit erfahren
2.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Heidelberger Ballschule – Erlernen grundlegender Fähigkeiten und Fertigkeiten in vielfältigen Spielformen 2. Wir regeln das! – Entwickeln, durchführen und evaluieren eines selbsterfundenes Sportspiels in und mit Regelstrukturen
3.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Springen in die Welt – Vielfalt durch Sprungvariationen erfahren- Springen mit und ohne Geräte 2. Fit für Olympia- Laufen, Springen, Werfen im leichtathletischen Wettkampf
4.	-
5.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Komm wir entdecken einen Geräteparcours wie Mogli – Rollen, Springen, Stützen, Balancieren und Schwingen an Turngeräten unter Sicherheitsaspekten
7.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Vom Ping Pong zum Tischtennis – Wir lernen die grundlegenden Techniken im Tischtennis 2. Grundlegende Spielfertigkeiten und –fähigkeiten erlernen, Spielregeln und einfache taktische Handlungsweisen verstehen sowie in kleinen Spielen anwenden
8.	-
9.	- -

Übersicht Unterrichtsvorhaben – Sport Klasse 6

BF	Unterrichtsvorhaben
1.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Startbereit für eine körperliche Belastung – funktionales Auf- und Abwärmen erlernen. 2. Wie können wir am schnellsten und am besten schwimmen? Vertiefung einer Schwimmtechnik mit dem Ziel der Verbesserung der MZA (15 min) in einer gesundheitsorientierten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit 3. „Ninja Warrior“- wie meistern einen Hangel-/Stütz-/Kletter- und Balanceparcour
2.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wir zaubern mit dem Ball – Koordinative Fähigkeiten im Umgang mit dem Ball erarbeiten und in kleinen Spielen anwenden
3.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Weitwerfen – verschiedene Wurfgeräte ausprobieren sowie weites Werfen erfahren – Bewusstmachung und Anwendung von Anlauf- und Abwurf
4.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wir gewöhnen uns ans kalte Nass – Erprobung des unterschiedlichen Verhaltens des Körpers bei Auftrieb, Abtrieb, Vortrieb und Rotation um Longitudinale, Transversale und Sagitalachse als Basis der Erlernung einer Schwimmtechnik 2. Wir bewegen uns im Wasser – Auf die Plätze, fertig, los.... Erlernen einer Wechsel oder Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik; Start und Wende mit dem Ziel auf technisch-koordinative grundlegenden Niveau sicher und ausdauernd auszuführen 3. Let's jump into the water - Springen und tauchen in unterschiedlichen Situationen (weit, tief)
5.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Turnen wie Fabian Hambüchen – Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen
6.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Move Ya! – Den Körper mit Hilfe grundlegender Aerobic-Schritte zu Musik bewegen, in einer Gruppenchoreographie unter Einbezug eigener Ideen gestalten und in einer Tanzshow anhand gemeinsam erarbeiteter Gestaltungskriterien präsentieren und evaluieren 2. „Lets Dance“- erlernen eines traditionellenvolks- oder aktuellen Modetanzes
7.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fußball verstehen – Erarbeiten und Umsetzen der Fußballregeln am Beispiel der Abseitsregel und verschiedener taktischer Mannschaftsaufstellungen mithilfe von Taktik-Karten. 2. Mit- und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben in Basketball technisch sicher und situativangemessen bewältigen und regelgeleitet anwenden.
8.	-
9.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Vom Ringen und Raufen zum miteinander Kämpfen – Zweikampfsituationen wagen und verantworten – verantwortungsbewusst handeln

Übersicht Unterrichtsvorhaben – Sport Klasse 7

BF	Unterrichtsvorhaben
1.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fit für die Piste – schneesportspezifische konditionelle Voraussetzungen mithilfe eines Skigymnastik-Programms erarbeiten
3.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Schneller ins Ziel – Erlernen des Tiefstarts und Üben der Sprinttechnik 2. Duathlon – Laufen und Werfen in diversen Variationen erproben und als Wettkampf gestalten
4.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wasserballett und Akrobatik – wir schwimmen synchron und gestalten eine Kür in Kleingruppen 2. Brust, Rücken oder Kraul - Vertiefen einer Wechsel- und Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher auszuführen 3. Bay Watch können wir uns gegenseitig retten? Erlernen elementarer Rettungsrufe und Abschleppetechniken; Schwimmregeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen
5.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Turnen - aber sicher! – Felgbewegungen an Reck oder Barren sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen
6.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Von Aerobic zu BallKoRobics – Schulung im Umgang mit dem Handgerät Ball: Erweiterung der Bewegungserfahrung durch Einbezug des Handgerätes bei technisch-koordinativen Grundformen von Arm- und Beinbewegungen im BallKoRobics sowie kooperatives Gestalten einer Bewegungsfolge als mögliche Grundlage einer Klassenchoreographie für eine Schulaufführung
7.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Die gegnerische Mannschaft besiegen – komplexe Spielsituationen im Basketball lösen.
8.	Skifahrt
9.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Vom Schwitzkasten zur Festhalte – erlernen von Festhaltetechniken, deren Lösung und der situationsangepasste Einsatz in Kämpfen – fair und regelgerecht miteinander umgehen