Sport Sport

Schwerpunktsvorhaben der Jahrgangsstufe EF

Leichtathletik

- ***Laufen und Springen im Rhythmus***

Eine neu erlernte Lauftechnik im Hinblick auf den Lernweg und persönlichen Erfolg bewerten.

- ***Teste dich!***

Durchführung und Organisation eines leichtathletischen Mehrkampfes unter realistischer Einschätzung der persönlichen Leistungsfähigkeit.

Mannschaftsportart (Basketball oder Volleyball)

- ***Die spezielle Spielfähigkeit verbessern***

Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten in einer Mannschaftssportart zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

Fitness

- ***Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein***

Entwicklung eines Fitnessprogramms im Bereich Circuit-Training zur Steigerung der Kraft.

Gymnastik Tanz

- ***Stars auf dem Parkett***
- *Erarbeitung und Präsentation eines Tanzes unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien skizzieren, präsentieren und bewerten.*

Badminton

- ***Neue Partner und wechselnde Gegner***

Unterschiedliche Turnierformen im Badminton organisieren, durchführen und beurteilen.

Arbeitsweisen: Beobachten, wahrnehmen, entscheiden, ausführen, organisieren, vereinbaren, unterstützen, kommunizieren, präsentieren, auswerten und bewerten.

Voraussetzungen:

- Freude an der Bewegung und am Spiel
- Teamfähigkeit
- Konditionelle und koordinative Fähigkeiten

Schwerpunktsvorhaben in der Q1 und Q2: Badminton und Fitness