

Unterrichtsinhalte Sport Jgst. 6

1. Aufwärmen und Funktionsgymnastik
2. Entspannung
3. Von „kleinen Spielen“ zum „großen Spiel“ – spielerische Annäherung an das „große Spiel“ Basketball
4. Über einen Zeitraum durchgehend laufen – Puls und Atmung
5. Schnelles Laufen und weites Springen – Sprint und Weitsprung
6. Drehen, Stützen, Springen – Turnerische Grundelemente mit situationsgerechter Sicherheits- und Hilfestellung erlernen und miteinander verbinden können (Akrobatik und Turnen)
7. Jumpstyle, Hip-Hop und Co. – sich körperlich passend zu einer Musik in Bewegung bringen und damit ein Gefühl ausdrücken
8. Partnerschaftlich gemeinsam spielen – Vom Ball über die Schnur zur Spielform 2 mit/gegen 2 (Volleyball)
9. Wir gleiten übers Wasser – Projekt Wasserski (Ausflug Wasserskianlage)
10. „Spielerisch Kämpfen“ – miteinander und gegeneinander
11. „Umdrehen und Halten“ – Bodenkampf
12. „Fallen und Werfen“ – Fallprinzipien und verschiedene Wurfgruppen im Stand kennenlernen, (erlernte) Techniken kombinieren und im Übungskampf situativ reagieren