Stoffverteilungsplan

Jahrgangsstufe: **10** **Fach:** **Sport**

Die Unterrichtsinhalte werden noch auf die jeweiligen Klassen (Größe) und die organisatorischen Rahmenbedingungen (Belegung der Sporthalle) abgestimmt.

Unterrichtsthemen/-inhalte/-schwerpunkte:

1. Entwicklung / Erprobung von Fitnessparcours/Stationsläufen
2. Unbekannte Sportspiele kennen lernen: Ultimate Frisbee oder Baseball
3. Leichtathletik: Vertiefung bekannter leichtathletischer Disziplinen; Weit- und Hochsprung, Sprint, Kugelstoßen, evtl. Hürdenlauf
4. Ausdauerndes Laufen erfahren, Variationen von Laufzeit und Laufstrecke
5. Bewegen an und mit Geräten: Auf- und Abbau von Geräten, Sicherheit im Turnen, Hilfestellungen, Turnen an Geräten, Le Parkour
6. Gestalten und Darstellen: Einführung in die Partnerakrobatik, Sicherheitsregeln und –griffe, einfache Partner- und Gruppenakrobatik, Präsentationen in der Gruppe
7. Sportspiele: Vertiefung der Sportart Basketball (Technik und Taktik), mögliche Übernahme von Übungseinheiten durch Schüler, Spiele nach Wettkampfregeln
   Rückschlagspiel Badminton: Wiederholung der Grundschläge und der Regeln des Einzel- und Doppelspiels, Regelkunde
   Planung und Durchführung eines Turniers durch die Schüler

Während des ganzen Schuljahres:

1. Angeleitete Vorbereitung und Durchführung der Aufwärmphase (teilw. durch die Schüler)
2. Ausdauer-, Kraft- und Koordinationsübungen

Erforderliches Arbeitsmaterial:

Sportkleidung, Hallenschuhe mit heller Sohle; nach Ankündigung: Schuhe für die Außenanlagen

Leistung:

Regelmäßige Teilnahme, aktive Mitarbeit, sportliche Weiterentwicklung, pers. Verhalten

Sonstiges: ----

Änderungen vorbehalten