

Klasse 5 (G9)

Vorbemerkung: An der TSS wird der Sportunterricht in der 5. Klasse 2-stündig erteilt. Das Schuljahr wird mit 35 Unterrichtswochen geplant. Da in der 5. Klasse ein Turnfest im Gerätturnen stattfindet, muss das gesamte Sportkollegium bis Anfang März eine Unterrichtseinheit Gerätturnen durchgeführt haben.

Themenbereich / Dauer	Inhalte	Kompetenzaufbau	Leistungserwartung
Sich fit halten 3 von 35 Wochen	Laufschule Circuit-Training Spiele mit ausgeprägtem Kraft-, Koordinations- und Ausdaueranteil	Pulsmessung	Stundenlauf, Lauftag
Sportspiele 10 von 35 Wochen	Ballschule	Ballkoordination, übergreifendes Taktikverständnis	Wurf- und Fangtechnik
Turnen 14 von 35 Wochen	Grundlagen am: Boden, Reck, Schwebebalken, Sprung (Kasten, Bock), Minitrampolin	Bewegungsprobleme erkennen und in Worte fassen	Turnfest
Laufen, Springen, Werfen 5 von 35 Wochen	Spielleichtathletik, kleine Einzel- und Mannschaftswettbewerbe (Staffelläufe)	Erfassen leichtathletischer Grundbegriffe	Teilnahme am Stundenlauf; 15 min/ 30 min/ 60 min
Bewegungsgestaltung, Tanz 3 von 35 Wochen	Laufen und Bewegungsformen nach Musik	Bewegung im Takt	Musik in passende Bewegung umsetzen
Fakultativ			
AGs / Projekte	werden im Rahmen des FIZ Angebotes umgesetzt		