

Schulinternes Curriculum Fach Sport

Jahrgang 5	Zielschussspiel: Floorball, Heidelberger Ballschule Leichtathletik: 50, 800-1000m, Schlagball 80g, Weitwurf mit 80g, Ausdauer (25 Minuten) Turnen: Boden, Balken Schwimmen: Lage Brust, evt. Brustwende, 400m, Streckentauchen und Sprung
Jahrgang 6	Zielschussspiel: Fußball oder Handball Leichtathletik: 50, 800-1000m, Weitsprung, Schlagball 80g, Schleuderball, Ausdauerlauf Turnen: Akrobatik, Parallelbarren Gymnastik/Tanz: Rhythmen spüren und umsetzen Kämpfen: Kämpfen um Objekte, Zieh- und Schiebekämpfe
Jahrgang 7	Zielwurfspiel: Basketball Leichtathletik: 75m, 800-1000, Schlagball 200g, Sprint/Technik, Weitsprung, Rhythmusläufe, Spiele, Ausdauer (30 Minuten) Turnen: Sprung, Reck, ggf. Stufenbarren Schwimmen: Rückenkräul, Brustkräul, Rettungsschwimmen
Jahrgang 8	Rückschlag: Tischtennis oder Badminton Leichtathletik: 75m, 800-1000, Hochsprung, Kugelstoßen, Ausdauer Turnen: Ringe, ggf. Trapez, Minitramp Gymnastik/Tanz: Gymnastisches Bewegen mit Handgerät zur Musik Kämpfen: ringen, raufen, kämpfen – Fall- und Bodentechniken
Jahrgang 9	Endzonenspiel: Flagfootball oder Ultimate Frisbee oder Rugby Leichtathletik: 75/100m, 800-1000m, Kugelstoßen, Weitsprung, Hürdenlauf, Ausdauer (30 Minuten) Turnen: Le Parkours
Jahrgang 10	Ziel- bzw. Rückschlagspiel: Volleyball plus optional Wiederholung Handball/Fußball Leichtathletik: 75/100m, 800-1000m, Kugelstoßen, Weitsprung, Diskus oder Speer, Orientierungslauf Gymnastik/Tanz: Rhythmen spüren und umsetzen
Jahrgang 11	Zielspiel: Floorball oder Basketball (Wiederholung) Fitness
Jahrgang 12 und 13	Verschiedene Sportkurs zur Auswahl, Belegungspflicht von 2 Angeboten aus Bereich A (Individualsportart) und Bereich B (Spiel- bzw. Partnersportarten)