

Jahrgangsstufe 5 - Übersicht

1. **„Spielen fürs Köpfchen“** – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („*Games for brains*“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben
2. **„Gemeinsam und kooperativ - Wir spielen zusammen“** – Kleine Sportspiele zur Vorbereitung auf die großen Sportspiele (z.B. Hühnerball – Zehnerball – Tigerball – Linienball – Ball unter die Schnur)
3. **„Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“** - LA vielfältig erleben im Hinblick auf den Woku-Orientierungslauf sowie der SBJS (nach den Osterferien)
 - Sich zusammen anstrengen und Spaß haben - bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele durchführen, Belastungssituationen erkennen und verstehen
 - Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt anwenden
 - Weitwerfen ist gar nicht so schwer – wie weites Werfen gelingen kann
4. **„Gemeinsam beginnen wir Fußball zu spielen“** – Wir lernen voneinander und miteinander die Grundtechniken des Fußballspielens (Annahme, Passen, Dribbeln, Torschuss) zur Vorbereitung auf das Alfred-Kleis-Fußballturnier
5. **„Schwingen, Rollen, Klettern, Überschlagen...“** - Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen
6. **„Spielen nach Regeln und mit Verstand“** – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren (Basketball)
7. **„Sicher im und unter Wasser“**
 - Wasserspringen ohne Angst und Übermut! – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten und den Startsprung in Grobform beherrschen
 - Eine Schwimm- lage (Kraul in Bauch- oder Rückenlage / Brustschwimmen) in der Grobform beherrschen
 - Tauchen – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen
 - Fit und leistungsstark – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können