

Jahrgangsstufe 5

1	Ganz schön aus der Puste!?! – Mit Freude und ohne Unterbrechung ausdauernd laufen.	8
2	Wir sind bereit! – Laufschule und sportartübergreifende Aufwärmübungen sachgerecht nutzen	10
3	Kleine Spielerei – Verbesserung technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten durch Regelmodifikationen mit Hilfe ausgewählter kleiner Spiele (z.B. Völker- und/oder Brennball	12
4	Mit Ausscheiden, aber ohne Leerlauf! – Spiele kooperativ weiterentwickeln	8
5	Vielfältige leichtathletische Erfahrungen beim Springen, Werfen und Laufen erleben und erfahren.	12
6	Sprung-, Wurf- und Laufdisziplinen in der Leichtathletik entdecken.	12
7	Turn around – mithilfe von verschiedenen Bodenelementen eine Turnkür erarbeiten.	10
8	Seilspring-Urkunde – einfache technisch-koordinative Grundformen erlernen	12
9	„Balla balla“ – sportartübergreifende Ballschule.	12
10	„Wir spielen gemeinsam“ – einfache Aufgaben im Sportspiel Basketball taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen.	12
11	Shorttrack, Eishockey und Co – Die Broicher Winterspiele als Möglichkeit zur Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten beim Gleiten.	10
12	Let`s get ready to rumble – kleine kämpferische Spiele um Gegenstände und Körperpositionen in der Bodenlage	8

Jahrgangsstufe 6

1	„Schwimmen, schwimmen, schwimmen“ – ausdauernd in einer selbst gewählten Schwimmtechnik schwimmen.	6
2	Kleine Spiele im Wasser – Mithilfe von kleinen Aufgaben zur Wasserbewältigung die eigene Sicherheit im Wasser verbessern.	6
3	Schwimmen wie Phelps – Erlernen und verbessern ausgewählter Schwimmtechniken.	16
4	Vom Brett ins Wasser! – Angst und Wagnis in Zusammenhang mit verschiedenen Sprungarten.	6
5	Barren, Reck oder „Kasten“ - Verschiedene Elemente an Turngeräten sachgerecht turnen.	8
6	Im Dreierpack – Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfs.	16
7	„Denk doch mal nach“ – wir entwickeln ein eigenes regelgeleitetes Spiel.	8
8	„Regeln hin oder her“ – verschiedene Spiele kennenlernen und deren Regeln kriterienorientiert variieren.	6

Jahrgangsstufe 7

Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	Zeitlicher Umfang
Alles „kappes“? – kleine Spiele analysieren, vergleichen und regelgeleitet verändern	2.5	12
„Spielend lernen“ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln	2.6	10
Neues im Dreikampf: Kugel, Hürde und Co. – Optimieren der bisher bekannten Techniken und Einführen neuer Techniken	3.4	14
Die Pyramiden von Broich – Pyramiden erarbeiten, präsentieren und beurteilen	5.3	12
„Auf in die Manege“ – Eine Zirkuspräsentation gestalten	6.3	10
„Lasst die Spiele beginnen“ – ein Turnier planen, realisieren und evaluieren (bspw. Badminton)	7.4	14
Gemeinsam schaffen wir das – in gruppentaktischen Situationen unterschiedliche Lösungswege spielerisch anwenden (bspw. Basketball)	7.5	14
„Du bleibst da!“ – Fixierungs- und Befreiungsstrategien in Zweikampfsituationen (am Boden) erarbeiten und erproben	9.2	10

Jahrgangsstufe 8

Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	Zeitlicher Umfang
Fit wie ein Broicher – Unterschiedliche Formen des Ausdauertrainings	1.4	8
„Fit wie ein Turnschuh“ – Unterschiedliche Fitnessprogramme erproben und reflektieren	1.5	6
„Reise um die Welt“ – Spiele aus anderen Kulturen	2.7	12
„Höher, schneller, weiter“ – leichtathletische Disziplinen vorbereiten und durchführen	3.5	12
„Turn around“ – An Barren, Reck und Ringen auch schwierige Übungen sicher turnen	5.4	12
„Lass den Ball tanzen“ – Verbesserung der Bewegungsqualität durch (Fremd-)beobachtung	6.4	15
Floorball – eine Sportspielvariante spielen und verstehen	7.6	12

Jahrgangsstufe 9

Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	Zeitlicher Umfang
„Unser Fitnessstudio in der Turnhalle“ - Planung, Durchführung und Reflexion eines erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen	1.6	12
Koordinationsschulung – Planung und Durchführung eines vielfältigen Koordinationstrainings	1.7	12
„Sei (k)ein Flop!“ - Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und erlernen	3.6	12
„Gemeinsam schaffen wir das“ – Im Basketball unterschiedliche Lösungswege spielerisch in gruppentaktischen Situationen anwenden	7.7	12
„Die Kräfte des Gegners nutzen“ – Techniken und Prinzipien des Judos vertrauensvoll und kontrolliert anwenden	9.3	12

Jahrgangsstufe 10

Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	Zeitlicher Umfang
Ausdauertraining geht auch anders – ausgewählte Ausdauertrainingsformen aus dem Fitnessstudio unter Berücksichtigung von Fitnesstrends und Gesundheitsaspekten durchführen	1.8	12
Pentathlon - einen alternativen leichtathletischen Wettkampf in fünf Disziplinen planen, durchführen und auswerten	3.7	12
„Run around“- Eine turnerische Gestaltung an einer Hindernisbahn entwickeln und präsentieren	5.5	12
„Let's Dance“ - Selbständige Erarbeitung einer tänzerischen Komposition	6.5	12
„Ab in die Endzone“ – Ein körperloses Endzonenspiel unter Berücksichtigung der besonderen taktischen Herausforderungen kennen lernen	7.8	12