

Thema	Leichtathletik – ausdauernder, kräftiger, schneller, koordinativer.
Zeitraum	2. Schulhalbjahr
Ziel	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Erprobung und Analyse der Bewegungen unterschiedlicher leichtathletischer Disziplinen ➤ Entwicklung der motorischen Grundfertigkeiten ➤ Verbesserung der konditionellen Faktoren Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer sowie Koordination ➤ Gesamtziel: Erfolgreiches absolvieren des „Deutschen Sportabzeichens“
Mögliche Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ausdauer (= Dauerlauf, Nordic Walking, Radfahren) ➤ Kraft (= Kugelstoßen, Medizinballwurf, Standweitsprung) ➤ Schnelligkeit (= Sprint, Radfahren, Schwimmen) ➤ Koordination (= Weitsprung, Hochsprung, Schleuderball, Seilspringen)
Bewertung	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft bei der Durchführung des Unterrichts ➤ Mitarbeit bei Auf- und Abbau ➤ Mitarbeit an Unterrichtsgesprächen ➤ Überprüfung der disziplinspezifischen Leistungsfähigkeit anhand des deutschen Sportabzeichens