

Bewegungsfeld	Jahrgang 5	Jahrgang 6	Jahrgang 7	Jahrgang 8	Jahrgang 9	Jahrgang 10	Jahrgang 11	Jahrgang 12/13
Spiele	Kleine Spiele Handball I	Fußball I	Volleyball I Endzonenspiele I	Basketball I Badminton I	Fußball II Volleyball II	Badminton II Handball II oder Basketball II	Tischtennis I Endzonenspiele II	2 Inhalte aus: Volleyball III Badminton III Tischtennis II 2 Inhalte aus: Fußball III Basketball III Handball III
Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen		Brustschwimmen Kraulschwimmen Sprünge Startblock Tauchen		Brustschwimmen		Brustschwimmen Kraulschwimmen Rückenschwimmen Startsprung Wende		
Turnen und Bewegungskünste	Bodenturnen I Kastensprung	Akrobatik Minitrampolin	Reck Barren		Bodenturnen II	Parkour		Boden- und Gerätturnen III
Gymnastisches und tänzerisches Bewegen	Seilspringen				Stepaerobic			
Laufen, Springen, Werfen	50m Sprint Ballwurf Ausdauerläufe	50m Sprint Weitsprung I Coopertest	Hochsprung I Hürdenlauf I 30min-Lauf	75m Sprint Weitsprung II Kugelstoßen 30min-Lauf	Hochsprung II Speerwurf Mittelstrecke 30min-Lauf	Hürdenlauf II Schleuderball 30min-Lauf	Fitness technische Disziplinen LA 30min-Lauf	leichtathletischer Vierkampf 30min-Lauf
Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten		Waveboard		Inline-Skating				
Kämpfen	Spiele mit Körperkontakt Ringens I oder Judo I		Ringens II oder Judo II					