

Schulinterner Lehrplan Sport am RSG – SII/EF

1. Wir trainieren unsere Ausdauer für den Phoenixsee-Lauf (3,3 km)
2. Aggression und Fairness der „Kontaktsportarten“ Fußball und Handball – Zusammenhang von der Beherrschung technischer Fertigkeiten und aggressivem Verhalten.
3. Normgebundenes und normungebundenes Turnen in Partner- oder Gruppengestaltung (Drehungen, Sprünge, Stütz- und Balance-Bewegungen an und um ein Gerät)
4. Verbesserung der technischen und taktischen Spielmöglichkeiten im Tischtennis
5. Über die Hüfte stolpern – Fallen, Werfen und Kämpfen
6. Ein kursinterner Mehrkampf - Dreikampf: Wurf, Sprung und Sprint Trainieren, teilnehmen, durchführen und auswerten!