

# Inhalte des schulinternen Arbeitsplans des Ratsgymnasiums (Schuleigenes Curriculum Sek II)

## Sportkursangebot für die Oberstufe:

### Bewegungsfeld A

Leichtathletik:	Mehrkämpfe durchführen und auswerten
Skilauf alpin:	Gleiten auf Schnee und Eis
Gymnastik/Tanz:	Von der funktionellen Gymnastik zur freien Bewegung
Bewegungskünste:	Turnen
Schwimmen:	Schnell und ausdauernd schwimmen
Fitness:	Entwicklung der körperlichen Leistungsfähigkeit

### Bewegungsfeld B

Volleyball:	Kooperation, Verständigung und Wettkampf, Miteinander Volleyball spielen
Handball:	Das große Sportspiel im Spannungsfeld zwischen individueller und kollektiver Leistung
Basketball:	Optimierung der Spielfähigkeit auf Grundlage von Technik und Taktik
Rugby/Fußball:	Taktik/Technik, Spiel (Schwerpunktsportart nach Vereinbarung)
Badminton:	Handlungsregulation im Sportspiel Badminton
Tischtennis:	Handlungsregulation im Rückschlagspiel Tischtennis

### Jahrgang 11

Im Sportunterricht des 11. Jahrgangs sind beide Bewegungsfelder zu berücksichtigen. In Rücksprache mit den Schülerinnen und Schülern werden daher jeweils zwei Unterrichtsvorhaben aus den Bewegungsfeldern A und B im Wechsel thematisiert z. B. **Leichtathletik** und **Fitness** sowie **Volleyball** und **Badminton**.