

# Ratsgymnasium Münster

## Internes Sportcurriculum

(Stand: 12.11.2013)

### - Unterrichtsvorhaben in der Klasse 8 -

- Alles fit? - Beurteilung und Verbesserung der körperlich-geistigen Leistungsfähigkeit (z. B. mithilfe von Entspannungstechniken)
- Miteinander und gegeneinander Laufen, Springen und Werfen – einen leichtathletischen Teamwettbewerb planen, durchführen und auswerten
- Pyramiden und Co. - eine akrobatische Gruppengestaltung erproben, präsentieren und bewerten
- Step by Step – in Gruppen eine Step-Aerobic-Choreographie gestalten und präsentieren
- Badminton wird nun variantenreicher - Technik verbessern und Taktik anwenden beim Partnerspiel Badminton
- Auf das Zusammenspiel kommt es an - Basketball regelgerecht spielen und individual- und gruppentaktische variabel einsetzen
- Skifahren, aber sicher! - Bewegungssituationen auf dem Ski sicher meistern – Skiexkursion nach Reinswald/Italien