

2.4.5 Jahrgangsstufe 9 – Obligatorik: 80 Stunden / Freiraum: 55 Stunden*

33	Siegen durch Nachgeben – Variationen bekannter judospezifischer Prinzipien und Techniken hinsichtlich situationsangepassten Kampfes mit unterschiedlich starken Gegnern.
34	Rollhockey, rasant, aber sicher! – Fähigkeiten des Rollens auf ein Sportspiel übertragen.
35	„Den Anforderungen eines Turnier gewachsen sein“ – Spielsituationen im ausgewählten Partnerspiel wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln.
36	Fit und in Form – Erstellen und Präsentieren einer tänzerischen Gruppengestaltung.
37	Das kann ich jetzt schon besser! – Neue Disziplinen in der Leichtathletik festigen.
38	„Wie bereite ich mich gezielt für spezifische Sportarten vor und nach?!“ – selbstständige spezifische Aufwärm- und Trainingsmethoden für ausgewählte Sportarten anwenden und im „Cool Down“ passende Entspannungsmethoden einsetzen.

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
33	9.2	E AF	16	1, 2	1, 2	1, 2	1				1,2,3,4	1
34	8.3	C E	12	(1)	(1)	(1)	(1)					
35	7.5	E A	16	1,2	1,2,3	1	1,2,3				1,3,4	
36	6.4	BF AE	14	1,2,3,4	1	1	1	1,2,3			1,2	2,3
37	3.5	A, C	12	1,2	1,2	1	1,2,3		1,2			
38	1.5	D, A, F	10	1,2,3	1,2	1	1			1		1

* u. a. zum Auffangen der Klassenfahrt und des Praktikums.