

Gymnastisches und tänzerisches Bewegen

Alle Schüler/innen können...

Sachkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Rhythmen in Bewegung umsetzen • Grundbewegungsformen mit Bällen, Reifen, Bändern oder Seilen ausführen • Anspannen und Entspannen nach Anleitung durchführen
Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • sich rhythmisch mit Musik aufwärmen (z.B. Aerobic) • in Partner oder Gruppenarbeit eine Choreographie/Raumwege mit oder ohne Geräte erarbeiten und vorführen • funktionelle Übungen des Kräftigens, Dehnens und Entspannens ausführen
Bewusstsein, Reflexion und Urteil	<ul style="list-style-type: none"> • den Körper bewusst wahrnehmen • unterschiedliche Rhythmen erkennen

Erweitertes Niveau

- Bewegungsimprovisation entwickeln
- die geübten Elemente rhythmisch präsentieren

Herausforderndes Niveau

- Handgeräte spezifisch einsetzen
- die geübten Elemente rhythmisch und ausdrucksstark präsentieren

Verbindliche fachmethodische Kompetenz

- eine Choreographie zu zweit vorführen

Verbindliche Lern- und Arbeitstechnik

- Präsentation

Materialhinweise

Gymnastikbänder, Seile, Bälle, Reifen, Musikanlage, CDs, Physiobänder, Matten

Verbindliches Überprüfungsformat

Einbringen in Gruppenarbeitsprozesse
Erarbeiten einer kleinen Choreographie
Leistungsbereitschaft

Mögliche Fächerverbindung

Musik: Thema Rhythmus

Verbindliche Zuordnung zu übergreifenden Curricula

Mobilität

Bildung f. nachhaltige Entwicklung

Schulbibliothek als Lernort

Ergänzende Hinweise: