

<b>BF Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend)</b>	<b>inhaltliche Schwerpunkte</b>	<b>Jgst.</b>	<b>UE</b>	<b>UV / <math>\Sigma</math> BF</b>	<b>Laufende Nr. des UV</b>
<b>Chinese Jump Rope</b>	b (a)	b1; b2	5	8		

„Let’s jump together“

Angebahnte Kompetenzerwartungen				Jgst. 5
BWK	SK	MK	UK	
<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Hüpfen, Springen) für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen.</li> <li>• eine einfache tänzerische Komposition mit dem Jump Rope präsentieren.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten.</li> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen.</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfacher Zugang zu Bewegungsgestaltung durch übersichtliche Bewegungsmuster (Springen in verschiedenen Mustern)</li> <li>• Förderung koordinativer Fähigkeiten (Schulung der Rhythmisierungsfähigkeit durch Springen im Rhythmus der Gruppe und im Rhythmus der Musik)</li> <li>• Förderung der Kondition (Pausen einplanen! Für Einzelstunden gut geeignet, da relativ hohe Belastung)</li> <li>• Förderung der Kooperation durch Variationen von vorgegebenen Bewegungsmustern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufbau: jeweils 2 kleine Kästen und ein Gummitwist pro Gruppe</li> <li>• Sozialform: 4er-Gruppen</li> <li>• Basics: synchrones Lernen des Grundsprungs (s. Karte), Karte mit Grundsprung sollte den SuS möglichst zu Verfügung gestellt werden</li> </ul> <p>Weiterer methodischer Aufbau</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Springen des Grundsprungs im Rhythmus zu (verschiedener) Musik</li> <li>• Variation der Formationen (z.B. 2 starten von rechts, 2 von links)</li> <li>• Kreation eigener Sprungfolgen</li> <li>• Differenzierung nach oben: ¼ oder ½ Drehungen</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitorganisation/ Zusammenarbeit in der Gruppe (eigene Vorschläge äußern, andere Vorschläge akzeptieren oder konstruktiv Alternativen anbieten)</li> <li>• Einsatz bei Klassengesprächen (z.B. über Möglichkeiten von Variationen)</li> <li>• Vergabe von Feedback nach Präsentationen</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundsprung</li> <li>• Synchronität/ Asynchronität</li> <li>• Formationen</li> <li>• Takt, Rhythmus</li> <li>• 8er</li> </ul>	<p><b>Bezug: Bildung in der digitalen Welt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gggf. MKR 2.1: Informationrecherche (zu Musik und Sprungkombinationen)</li> </ul>	<p><b>Beobachtungskriterien der Gruppenpräsentation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzelnote (50%): Ausführung/ Technik (Füße parallel, „leise“ landen (Knie angewinkelt), effektive Sprunghöhe über das Rope, aufrechte Körperhaltung, Arme am Körper), wenn abweichend von restlicher Gruppe: Synchronität</li> <li>• Gruppennote (50%): Synchronität zueinander und zur Musik, Kreativität/ Originalität der Gestaltung, Schwierigkeitsgrad</li> </ul>
	<p><b>Bezug: Verbraucherbildung</b></p>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kritische Reflexion des eigenen Handels und des Handels anderer (Reflexion der Gruppenprozesse/ Wie wurden Entscheidungen gefunden? Konstruktiv oder nicht? Wer hat welche Rolle eingenommen?)</li> </ul>	

- Gesundheitsförderung als Beitrag zu einer gesunden Lebensführung (Wann brauche ich/ Wann braucht meine Gruppe eine Pause? Wasser trinken nach Belastung! Thematisieren von Wasser und Getränken mit Zucker möglich)



<b>BF Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend)</b>	<b>inhaltliche Schwerpunkte</b>	<b>Jgst.</b>	<b>UE</b>	<b>UV / <math>\Sigma</math> BF</b>	<b>Laufende Nr. des UV</b>
<b>Showtanz – Choreo für Karneval</b>	b (a)	a1;b2	6	8		

„Jeck danze“

Angebahnte Kompetenzerwartungen				Jgst. 6
BWK	SK	MK	UK	
<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen, elementare Tanzschritte) ggf. mit ausgewählten Handgeräten oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen.</li> <li>• eine einfache tänzerische Komposition präsentieren.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens benennen.</li> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten.</li> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen.</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Förderung des Klassenzusammenhalts durch gemeinsame Entwicklung einer Großgruppenchoreo</li> <li>• Beteiligung der SuS an Wahl des Kostüms, der Musik, Entwicklung der Bewegungen</li> <li>• SuS können, je nach Interesse und Begabung, verschiedene Rollen einnehmen.</li> <li>• Förderung Bühnenwirksamer Elemente (Fokus, Präsenz, ggf. synchrone Bewegungen der ganzen Klasse)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absprache mit Klassenleiterteam im Vorfeld sinnvoll mögliches Vorgehen:</li> <li>• Sammlung von Ideen zum Motto mit der Klasse (als Klassenlehrer)</li> <li>• Sammlung von Ideen zur Choreo, ggf. in Kleingruppen günstiger, dann Präsentation der Kleingruppen</li> <li>• Entscheidung der Klasse für Ideen aus den Präsentationen</li> <li>• Entwicklung einer Choreo auf Basis der Ideen der Klasse</li> <li>• Einüben der Choreo, auch zur Musik</li> <li>• (geschnittene) Musik rechtzeitig bei der Technik-AG abgeben</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitorganisation/ Zusammenarbeit in der Kleingruppe (eigene Vorschläge äußern, andere Vorschläge akzeptieren oder konstruktiv Alternativen anbieten)</li> <li>• Vergabe von Feedback nach Präsentationen</li> <li>• Disziplin/ Durchhaltevermögen beim Einüben der Großgruppenchoreo</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fokus/ Präsenz</li> <li>• Synchronität/ Asynchronität</li> <li>• Formationen/ Aufstellung/ Nutzung des Raumes</li> <li>• Takt, Rhythmus</li> <li>• 8er</li> </ul>	<p><b>Bezug: Bildung in der digitalen Welt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ggff. MKR 2.1: Informationrecherche (zu Musik und Sprungkombinationen)</li> </ul>	<p><b>Beobachtungskriterien der Großgruppenpräsentation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführung/ Technik der Schritte/Sprünge je nach eingeübter Choreographie</li> <li>• Bühnenpräsenz (Fokus, Körperhaltung, ggf. Lächeln)</li> </ul>
	<p><b>Bezug: Verbraucherbildung</b></p>	

	<ul style="list-style-type: none"><li>• kritische Reflexion des eigenen Handels und des Handels anderer (Reflexion der Gruppenprozesse/ Wie wurden Entscheidungen gefunden? Konstruktiv oder nicht? Wer hat welche Rolle eingenommen?)</li></ul>	
--	--	--

<b>BF Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend)</b>	<b>inhaltliche Schwerpunkte</b>	<b>Jgst.</b>	<b>UE</b>	<b>UV / <math>\Sigma</math> BF</b>	<b>Laufende Nr. des UV</b>
<b>Aerobic/Alternative: BallKoRobics</b>	b (f)	b1;b2;b4;f2	7	12		

**„Step and jump“**

<b>Angebahnte Kompetenzerwartungen</b>			
<b>Jgst. 7</b>			
<b>BWK</b>	<b>SK</b>	<b>MK</b>	<b>UK</b>
<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewähltem Handgerät (Ball) in der Gruppe präsentieren.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen.</li> <li>das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben.</li> <li>Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen nutzen.</li> <li>kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.</li> </ul>

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Förderung koordinativer Fähigkeiten (Schulung der Rhythmisierungsfähigkeit)</li> <li>Förderung der Kondition</li> <li>Förderung der Kooperation durch Variationen von vorgegebenen Bewegungsmustern</li> <li>Koedukatives Arbeiten in gemischten Gruppen (in 7 und/oder 8)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>4er-Gruppen (zunächst Eingrenzung des Gestaltungskriteriums Raum) sinnvoll</li> <li>Vorgabe/Einüben einer verbindlichen Abfolge (z.B. 4 8er), die jedes Mal bei der Erwärmung wiederholt wird, gemeinsames Einzählen</li> <li>Variation der Abfolge durch das Gestaltungskriterium Raum (Änderung der Formationen durch verschiedene Raumwege und Bewegungsrichtungen)</li> <li>Kreativer Einsatz von Armbewegungen möglich</li> <li>Eigene Entwicklung von 8 8ern (2 Zyklen), um insgesamt 12 8er zu präsentieren</li> <li>Jede Gruppe hat einen zugewiesenen Raum zur Verfügung.</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mitorganisation/ Zusammenarbeit in der Kleingruppe (eigene Vorschläge äußern, andere Vorschläge akzeptieren oder konstruktiv Alternativen anbieten)</li> <li>Vergabe von Feedback nach Präsentationen</li> <li>Übernahme des Einzählens in der Gruppe</li> <li>Motivation der Gruppe in schwierigen Phasen</li> <li>Einsatz/ Disziplin bei der Erwärmung</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spezifische Schritt- und Sprungbezeichnungen</li> <li>Low impact: Tap Front, Step Touch, Double Step, Out-In, V-Step, Grapevine)</li> <li>High Impact: Jumping Jack, Twist Jump, ggf. weitere s. Skript</li> <li>High-impact, Low-impact</li> </ul>	<p><b>Bezug: Bildung in der digitalen Welt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gggf. MKR 2.1: Informationrecherche (zu Musik und Sprungkombinationen)</li> </ul>	<p><b>Beobachtungskriterien der Gruppenpräsentation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Einzelnote (50%): Ausführung/ Technik (exakte und dynamische Ausführung der Schritte und Sprünge, Körperspannung, aufrechte Haltung, wenn abweichend von restlicher Gruppe: Synchronität</li> <li>Gruppennote (50%): Synchronität zueinander und zur Musik, Kreativität/ Originalität der Gestaltung, Schwierigkeitsgrad</li> </ul>
	<p><b>Bezug: Verbraucherbildung</b></p>	

- Gestaltungskriterium Raum (Formationen, Raumwege, Raumebenen, Bewegungsrichtungen)
- Synchronität und Asynchronität
- Symmetrie und Asymmetrie
- Beat (Bpm), Takt, 8/er/ Phrase, Zyklus (alles s. Skript)
- einzählen

- kritische Reflexion des eigenen Handelns und des Handelns anderer (Reflexion der Gruppenprozesse/ Wie wurden Entscheidungen gefunden? Konstruktiv oder nicht? Wer hat welche Rolle eingenommen?)
- Wie kann ausdauernde Bewegung auf eine gesunde Lebensführung wirken?

Hilfreiches Skript mit Hinweisen zu Grundsritten, Aufbau usw.:  
[https://www.schulportal-thueringen.de/services/resources/download/public/22994/Rhythmik\\_Tanz.pdf](https://www.schulportal-thueringen.de/services/resources/download/public/22994/Rhythmik_Tanz.pdf)

<b>BF Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend)</b>	<b>inhaltliche Schwerpunkte</b>	<b>Jgst.</b>	<b>UE</b>	<b>UV / <math>\Sigma</math> BF</b>	<b>Laufende Nr. des UV</b>
<b>Hip Hop</b>	<i>b</i>	<i>b2;b3</i>	8	12		

**„Dancing Hip Hop“**

<b>Angebahnte Kompetenzerwartungen</b>			
<b>Jgst. 8</b>			
<b>BWK</b>	<b>SK</b>	<b>MK</b>	<b>UK</b>
<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewähltem Handgerät (Ball) in der Gruppe präsentieren.</li> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (Hip-Hop) allein oder in der Gruppe präsentieren.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen.</li> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen nutzen.</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.</li> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.</li> <li>• gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen.</li> </ul>

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Förderung koordinativer Fähigkeiten (Schulung der Rhythmisierungsfähigkeit)</li> <li>• Förderung der Kooperation durch die Kreation eigener Bewegungsmuster, ggf. unter Einbezug von Hip-Hop-Videos</li> <li>• Koedukatives Arbeiten in gemischten Gruppen (in 7 und/oder 8)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorgabe/Einüben einer verbindlichen Abfolge (z.B. 4 8er), die jedes Mal bei der Erwärmung wiederholt wird, gemeinsames Einzählen</li> <li>• Variation der Abfolge durch das Gestaltungskriterium Raum (Änderung der Formationen durch verschiedene Raumwege und Bewegungsrichtungen), Steigerung im vgl. zur Jgs. 7 durch Vergrößerung der Gruppe, z.B. 6er- oder 8er-Gruppen</li> <li>• Eigene Entwicklung von 8 8ern (2 Zyklen), um insgesamt 12 8er zu präsentieren</li> <li>• Arbeit mit Tablets, wenn möglich, um sich gegenseitig zu filmen und sich zu verbessern</li> <li>• Jede Gruppe hat einen zugewiesenen Raum zur Verfügung.</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitorganisation/ Zusammenarbeit in der Gruppe (eigene Vorschläge äußern, andere Vorschläge akzeptieren oder konstruktiv Alternativen anbieten)</li> <li>• Vergabe von Feedback nach Präsentationen</li> <li>• Übernahme des Einzählens in der Gruppe</li> <li>• Motivation der Gruppe in schwierigen Phasen</li> <li>• Einsatz/ Disziplin bei der Erwärmung</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spezifische Schrittbezeichnungen: u.a. Bounce, Step Touch, Slide Step, Kick (ball change), Turn</li> <li>• Footwork, moves, ggf. downrocks und freezes</li> <li>• Gestaltungskriterium Raum (Formationen, Raumwege, Raumebenen, Bewegungsrichtungen)</li> <li>• Synchronität und Asynchronität</li> </ul>	<p><b>Bezug: Bildung in der digitalen Welt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gggf. MKR 2.1: Informationrecherche (zu Hip-Hop-Videos), Bewertung dieser nach vorgegebenen Kriterien</li> </ul> <p><b>Bezug: Verbraucherbildung</b></p>	<p><b>Beobachtungskriterien der Gruppenpräsentation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzelnote (50%): Ausführung/ Technik (exakte und dynamische Ausführung der Schritte und Sprünge, Lockerheit in Knien/ Gelenken vs. Körperspannung, stabiler, bodennaher Stand, wenn abweichend von restlicher Gruppe: Synchronität, Schwierigkeitsgrad</li> <li>• Gruppennote (50%): Synchronität zueinander und zur Musik, Kreativität/ Originalität der Gestaltung, Schwierigkeitsgrad</li> </ul>

- Symmetrie und Asymmetrie
- Beat (Bpm), off- Beat, Takt, 8/er/ Phrase, Zyklus
- Einzählen (1 **und** 2 **und** 3...)

- kritische Reflexion des eigenen Handels und des Handels anderer (Reflexion der Gruppenprozesse/ Wie wurden Entscheidungen gefunden? Konstruktiv oder nicht? Wer hat welche Rolle eingenommen?)

Hilfreiche Videos zu Grundschriften:

<https://www.youtube.com/watch?v=ujREExEP7g>

<https://www.youtube.com/watch?v=NM-2XSQc2q0>

<b>BF Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend)</b>	<b>inhaltliche Schwerpunkte</b>	<b>Jgst.</b>	<b>UE</b>	<b>UV / <math>\Sigma</math> BF</b>	<b>Laufende Nr. des UV</b>
<b>Step Aerobic</b>	b (f)	b1;b2;b4;f2	9	12		

„Let’s step together“

Angebahnte Kompetenzerwartungen				Jgst. 9
BWK	SK	MK	UK	
<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung in der Gruppe präsentieren.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen.</li> <li>das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben.</li> <li>Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen nutzen.</li> <li>kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.</li> <li>Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten.</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.</li> <li>gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen.</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Förderung koordinativer Fähigkeiten (Schulung der Rhythmisierungsfähigkeit)</li> <li>Förderung der Kondition</li> <li>Förderung der Kooperation durch Variationen von vorgegebenen Bewegungsmustern</li> <li>Aufbau auf Aerobic-Kenntnissen der Jgs. 7</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vorgabe/Einüben einer verbindlichen Abfolge (z.B. 4 8er), die jedes Mal bei der Erwärmung wiederholt wird, gemeinsames Einzählen</li> <li>Variation der Abfolge durch das Gestaltungskriterium Raum (Änderung der Formationen durch verschiedene Raumwege und Bewegungsrichtungen)</li> <li>Kreativer Einsatz von Armbewegungen möglich</li> <li>Eigene Entwicklung von 8 8ern (2 Zyklen), um insgesamt 12 8er zu präsentieren</li> <li>Jede Gruppe hat einen zugewiesenen Raum zur Verfügung.</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mitorganisation/ Zusammenarbeit in der Kleingruppe (eigene Vorschläge äußern, andere Vorschläge akzeptieren oder konstruktiv Alternativen anbieten)</li> <li>Vergabe von Feedback nach Präsentationen</li> <li>Übernahme des Einzählens in der Gruppe</li> <li>Motivation der Gruppe in schwierigen Phasen</li> <li>Einsatz/ Disziplin bei der Erwärmung</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spezifische Schritt- und Sprungbezeichnungen (s. Skript) einfach: Basic Step, V-Step, Tap up, Step Kick, Step Knee Lift, Step Leg Curl usw. schwieriger (Differenzierung): Reverse, Knee Straddle, Mambo, Pivot Turn</li> </ul>	<p><b>Bezug: Bildung in der digitalen Welt</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gggf. MKR 2.1: Informationrecherche (zu Musik und Sprungkombinationen)</li> </ul>	<p><b>Beobachtungskriterien der Gruppenpräsentation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Einzelnote (50%): Ausführung/ Technik (exakte und dynamische Ausführung der Schritte und Sprünge, Körperspannung, aufrechte Haltung, wenn abweichend von restlicher Gruppe: Synchronität, Schwierigkeitsgrad</li> <li>Gruppennote (50%): Synchronität zueinander und zur Musik, Kreativität/ Originalität der Gestaltung, Schwierigkeitsgrad</li> </ul>
	<p><b>Bezug: Verbraucherbildung</b></p>	

- Gestaltungskriterium Raum (Formationen, Raumwege, Raumebenen, Bewegungsrichtungen)
- Synchronität und Asynchronität
- Symmetrie und Asymmetrie
- Beat (Bpm), Takt, 8/er/ Phrase, Zyklus (alles s. Skript)
- einzählen

- kritische Reflexion des eigenen Handels und des Handels anderer (Reflexion der Gruppenprozesse/ Wie wurden Entscheidungen gefunden? Konstruktiv oder nicht? Wer hat welche Rolle eingenommen?)
- Wie kann ausdauernde Bewegung auf eine gesunde Lebensführung wirken?

Hilfreiches Skript mit Hinweisen zu Grundsritten, Aufbau usw.:  
<https://www.svenboehme.de/app/download/5804575714/Grundschritte+Step+Handout.pdf>