

Profilkurs:

**Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste**

**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

JGST.: Q1 + Q2	STUNDEN:	
Q1.1	1)	Gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät
	2)	Formen der Fitnessgymnastik
	3)	Stilgebundene Bewegungskomposition
Q1.2	4)	Stilungebundene Bewegungskomposition
	5)	Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
Q2.1	6)	Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste
	7)	Improvisationstanz
Q2.2	8)	Funktionales Training (Muskeltraining, Dehnübungen, funktionsgerechtes Bewegen im Alltag)

JGST.: Q1.1	DAUER DES UV:	VERNETZUNG MIT UV:	LAUFENDE NR. DES UV: 1
<b>THEMA DES UV: GYMNASTISCHE BEWEGUNGSKOMPOSITIONEN MIT ODER OHNE HANDGERÄT</b>			
<b>BEWEGUNGSFELD / SPORTBEREICH (BF/SB 6)</b> <b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz,</b> <b>Bewegungskünste</b>  <b>(profilbildend)</b>		<b>INHALTSFELDER:</b>	
		<u><b>IF b: Bewegungsgestaltung (akzentuiert)</b></u>  IF a: Bewegungsstruktur und Bewegenslernen	
<b>INHALTLICHE KERNE:</b>		<b>INHALTLICHE SCHWERPUNKTE:</b>	
Gymnastik		Gestaltungskriterien (IFb) Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (IFa)	
<b>BEWEGUNGSFELDSPEZIF. KOMPETENZEN (BWK)</b>		<b>BEWEGUNGSFELDÜBERGREIF. KOMPETENZERWARTUNGEN</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/ Zeit/ Dynamik/ formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BF/SB6 /BWK 1).</li> </ul>		<b>SK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK IF b1)</li> <li>- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. (SK IF a1)</li> </ul>
		<b>MK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nach-, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK IF b1)</li> </ul>
		<b>UK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK IF b1)</li> <li>- Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. (UK IF a1)</li> </ul>

## ABSPRACHEN DER FACHKONFERENZ ZU DIDAKTISCH-METHOD. ENTSCHEIDUNGEN

<b>BF / SB: 6</b>	<b>GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/ TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE</b>
<b>THEMA DES UV:</b>	<b>GYMNASTISCHE BEWEGUNGSKOMPOSITIONEN MIT ODER OHNE HANDGERÄT</b>
<b>STUNDEN:</b>	<b>CA. 8</b>

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	GEGENSTÄNDE / FACHBEGRIFFE	LEISTUNGSBEWERTUNG
<p>Einführung der gymnastischen Grundlagen sowie Wiederholung und Vertiefung der Gestaltungskriterien</p> <p>Ausbau der eigenen Präsentations- und Ausdrucksfähigkeit</p>	<p>Versch. Konzepte des motorischen Lernens (z.B. Teil-lernmethode, Lernen am Modell, Vermittlung der versch. Bewegungsebenen, Videoanalyse, ...)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundformen der Gymnastik (gehen, laufen, hüpfen, springen)</li> <li>- ggf. Erprobung unterschiedlicher Handgeräte und Grundlagentechniken einzelner Handgeräte</li> <li>- Gestaltungskriterien (z.B. Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau, Bewegungsebenen, ...)</li> <li>- Vermittlung des grundlegenden theoretischen Wissens</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend (Beobachtungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement</li> <li>- praktische und mündliche Mitarbeit</li> <li>- vgl. MEISTER-Prinzip (Motorische Leistungsfähigkeit, Einsatz, individuelle Leistungssteigerung, Sozialverhalten, Theorie, Einhalten von Regeln u. Vereinbarungen, Referate u. sonstige Leistungen)</li> </ul>
		<p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Bewegungsgrundformen, Gestaltungskriterien, Geräte: Band, Seil, Reifen, Ball, ...</p> <p>Bewegungsebenen (Frontal-, Sagittal-, Horizontalebene, schräge Ebene)</p>	<p><b>Punktuell (Beobachtungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation einer Choreografie oder weiterer Ergebnisse</li> <li>- Vorbereitung eines Stundenteils, z.B. Aufwärmen, Technik, usw.</li> </ul>

JGST.: Q1.1	DAUER DES UV:	VERNETZUNG MIT UV:	LAUFENDE NR. DES UV: 2
<b>THEMA DES UV: FORMEN DER FITNESSGYMNASTIK</b>			
<b>BEWEGUNGSFELD / SPORTBEREICH (BF/SB 1)</b> <b>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>  <b>(profilbildend)</b>		<b>INHALTSFELDER:</b>	
		<u><b>IF f: Gesundheit (akzentuiert)</b></u>	
<b>INHALTLICHE KERNE:</b>		<b>INHALTLICHE SCHWERPUNKTE:</b>	
Formen der Fitnessgymnastik <i>Zusätzlich evtl.: Psychoregulative Verfahren zur Entspannung</i>		Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (IF f) Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (IF f)	
<b>BEWEGUNGSFELDSPEZIF. KOMPETENZEN (BWK)</b>		<b>BEWEGUNGSFELDÜBERGREIF. KOMPETENZERWARTUNGEN</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BF/SB1 / BWK 1).</li> <li>- <i>(Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen (BF/SB1 / BWK 5).)</i></li> </ul>		<b>SK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gesundheitsfördernde und gesundheitschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. (SK IF f1)</li> <li>- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. (SK IF f2)</li> </ul>
		<b>MK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK IF f1)</li> </ul>
		<b>UK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (UK IF f1)</li> </ul>

## ABSPRACHEN DER FACHKONFERENZ ZU DIDAKTISCH-METHOD. ENTSCHEIDUNGEN

<b>BF / SB: 1</b>	<b>DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN</b>
<b>THEMA DES UV:</b>	<b>FORMEN DER FITNESSGYMNASTIK</b>
<b>STUNDEN:</b>	<b>CA. 8</b>

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	GEGENSTÄNDE / FACHBEGRIFFE	LEISTUNGS- BEWERTUNG
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thematisierung gesundheitsfördernder und -schädigender Faktoren bez. auf die körperliche Leistungsfähigkeit</li> <li>- Erläuterung gesundheitlicher Auswirkungen von Sporttreiben (etwa Herz-Kreislaufgesundheit, muskuloskelettale Gesundheit, Stoffwechselgesundheit sowie neurokognitive Gesundheit) auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern</li> <li>- Schulung konditioneller u. koordinativer Fähigkeiten (z.B. Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Rhythmisierungs-, Gleichgewichts-, Kopp-lungs-, Orientierungs-, Differenzierungs-, Umstel-lungs- und Reaktionsfä-higkeit)</li> <li>- Schulung der eigenen Präsentations- und Aus-drucksfähigkeit</li> </ul>	<p>Erarbeitung von Kriterien einer gesundheitsorientierten Fitnessseinheit sowie Durch-führung von Übungen/ Programmen</p>	<p>Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrich-tungen (etwa Kraft, Aus-dauer, Beweglichkeit, Koor-dination) für sich und andere planen und durchführen (etwa Aerobic-Varianten (<i>Step Aerobic, Dance Aero-bic, Kickbox Aerobic, Zumba BallKoRobics</i>), Rope Skip-ping, Gambol Jump etc.)</p> <p>ggf. Entspannungstechniken</p>	<p><b>Unterrichtsbegleitend (Be- obachtungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement</li> <li>- praktische und mündli-che Mitarbeit</li> <li>- vgl. MEISTER-Prinzip (Motorische Leistungsfä-higkeit, Einsatz, indivi-duelle Leistungssteige-rung, Sozialverhalten, Theorie, Einhalten von Regeln u. Vereinbarun-gen, Referate u. sonsti-ge Leistungen)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Punktuell (Beobachtungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation einer Fitness-einheit oder weiterer Er-gebnisse</li> <li>- Vorbereitung eines Stun-denteils, z.B. Aufwärmen, Technik, usw.</li> </ul>

JGST.: Q1.1	DAUER DES UV:	VERNETZUNG MIT UV:	LAUFENDE NR. DES UV: 3
<b>THEMA DES UV: STILGEBUNDENE BEWEGUNGSKOMPOSITION</b>			
<b>BEWEGUNGSFELD / SPORTBEREICH (BF/SB 6)</b> <b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz,</b> <b>Bewegungskünste</b>  <b>(profilbildend)</b>		<b>INHALTSFELDER:</b>	
		<u><b>IF b: Bewegungsgestaltung (akzentuiert)</b></u>  IF e: Kooperation und Konkurrenz	
<b>INHALTLICHE KERNE:</b>		<b>INHALTLICHE SCHWERPUNKTE:</b>	
Tanz		Gestaltungskriterien (IFb) Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (IFe)	
<b>BEWEGUNGSFELDSPEZIF. KOMPETENZEN (BWK)</b>		<b>BEWEGUNGSFELDÜBERGREIF. KOMPETENZERWARTUNGEN</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständig entwickelte stilgebundene tänzerische Bewegungskomposition unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/ Zeit/ Dynamik/ formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (vgl. BF/SB6 /BWK 2).</li> </ul>		<b>SK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK IF b1)</li> <li>- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. (SK IF e1)</li> </ul>
		<b>MK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nach-, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK IF b1)</li> <li>- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. (MK IF e1)</li> </ul>
		<b>UK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK IF b1)</li> </ul>

## ABSPRACHEN DER FACHKONFERENZ ZU DIDAKTISCH-METHOD. ENTSCHEIDUNGEN

<b>BF / SB: 6</b>	<b>GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/ TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE</b>
<b>THEMA DES UV:</b>	<b>STILGEBUNDENE BEWEGUNGSKOMPOSITION</b>
<b>STUNDEN:</b>	<b>CA. 8</b>

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	GEGENSTÄNDE / FACHBEGRIFFE	LEISTUNGSBEWERTUNG
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wiederholung der bisher erlernten Gestaltungskriterien sowie Erarbeitung weiterer Gestaltungskriterien</li> <li>- Ausbau der eigenen Präsentations- und Ausdrucksfähigkeit</li> <li>- Thematisierung von Kooperations- und Konkurrenzsituationen, z.B. durch kriteriengeleitete Rollenspiele bei einem Tanz-Battle</li> </ul>	<p>Versch. Zugänge zur Bewegungsgestaltung (z.B. Teilnehmende Methode, Lernen am Modell, Vermittlung der versch. Körperebenen, Videoanalyse, Rollenspiele, ...)</p>	<p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- grundlegende Techniken eines ausgewählten Tanzstils (z.B. HipHop, Lateinamerikanischer Tanz, Contemporary, JMC (Jazz, Modern, Contemporary), ...) sowie grundlegendes theoretisches Wissen vermitteln (etwa Herkunft/ Entstehung, Bedeutung, Turnierformen ...)</li> <li>- z.B. ein Breakdance/ Hip-Hop-Battle gestalten und hinsichtlich der besprochenen „wettkampfbezogenen“ Kriterien reflektieren (Kooperations- und Konkurrenzgedanken aufgreifen 😊)</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend (Beobachtungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement</li> <li>- praktische und mündliche Mitarbeit</li> <li>- vgl. MEISTER-Prinzip (Motorische Leistungsfähigkeit, Einsatz, individuelle Leistungssteigerung, Sozialverhalten, Theorie, Einhalten von Regeln u. Vereinbarungen, Referate u. sonstige Leistungen)</li> </ul>
			<p style="text-align: center;"><b>Punktuell (Beobachtungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation einer Choreografie oder weiterer Ergebnisse</li> <li>- Vorbereitung eines Stundenteils, z.B. Aufwärmen, Technik, usw.</li> </ul>

JGST.: Q1.2	DAUER DES UV:	VERNETZUNG MIT UV:	LAUFENDE NR. DES UV: 4
<b>THEMA DES UV: STILUNGEBUNDENE BEWEGUNGSKOMPOSITION</b>			
<b>BEWEGUNGSFELD / SPORTBEREICH (BF/SB 6)</b> <b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz,</b> <b>Bewegungskünste</b>  <b>(profilbildend)</b>		<b>INHALTSFELDER:</b>	
		<u><b>IF b: Bewegungsgestaltung (akzentuiert)</b></u>	
<b>INHALTLICHE KERNE:</b>		<b>INHALTLICHE SCHWERPUNKTE:</b>	
Tanz		Gestaltungskriterien (IFb)	
<b>BEWEGUNGSFELDSPEZIF. KOMPETENZEN (BWK)</b>		<b>BEWEGUNGSFELDÜBERGREIF. KOMPETENZERWARTUNGEN</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständig entwickelte stilungebundene tänzerische Bewegungskomposition unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/ Zeit/ Dynamik/ formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (vgl. BF/SB6 /BWK 2).</li> </ul>		<b>SK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK IF b1)</li> </ul>
		<b>MK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nach-, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK IF b1)</li> </ul>
		<b>UK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK IF b1)</li> </ul>



JGST.: Q1.2	DAUER DES UV:	VERNETZUNG MIT UV:	LAUFENDE NR. DES UV: 5
<b>THEMA DES UV: AEROBE AUSDAUERFÄHIGKEIT IN UNTERSCHIEDLICHEN BEWEGUNGSBEREICHEN (30-MIN.-LAUF)</b>			
<b>BEWEGUNGSFELD / SPORTBEREICH (BF/SB 1)</b> <b>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>  <b>(profilbildend)</b>	<b>INHALTSFELDER:</b>		
	<u><b>IF f: Gesundheit (akzentuiert)</b></u>  IF c: Wagnis und Verantwortung		
<b>INHALTLICHE KERNE:</b>	<b>INHALTLICHE SCHWERPUNKTE:</b>		
Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (IF f) Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (IF f) Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (IF c)		
<b>BEWEGUNGSFELDSPEZIF. KOMPETENZEN (BWK)</b>	<b>BEWEGUNGSFELDÜBERGREIF. KOMPETENZERWARTUNGEN</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten (BF/SB1 / BWK 2).</li> </ul>	<b>SK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. (SK IF f1)</li> <li>- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. (SK IF f2)</li> <li>- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. (SK IF c1)</li> </ul>	
	<b>MK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK IF f1)</li> <li>- Mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden. (MK IF c1)</li> </ul>	
	<b>UK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (UK IF f1)</li> </ul>	

## ABSPRACHEN DER FACHKONFERENZ ZU DIDAKTISCH-METHOD. ENTSCHEIDUNGEN

<b>BF / SB: 1</b>	<b>DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN</b>
<b>THEMA DES UV:</b>	<b>AEROBE AUSDAUERFÄHIGKEIT IN UNTERSCHIEDLICHEN BEWEGUNGSBEREICHEN (30-MIN.-LAUF)</b>
<b>STUNDEN:</b>	<b>CA. 12</b>

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	GEGENSTÄNDE / FACHBEGRIFFE	LEISTUNGS- BEWERTUNG
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thematisierung gesundheitsfördernder und -schädigender Faktoren bez. auf die körperliche Leistungsfähigkeit</li> <li>- Erläuterung gesundheitlicher Auswirkungen von Sporttreiben (etwa Herz-Kreislaufgesundheit, muskuloskelettale Gesundheit, Stoffwechselgesundheit sowie neurokognitive Gesundheit) auch unter Berücksichtigung geschlechterdifferenter Körperbildern</li> </ul>	<p>Erarbeitung von Kriterien eines gesundheitsorientierten Ausdauertrainings sowie Durchführung von Übungen/ Programmen</p>	<p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainingsmethoden (etwa Dauer- und Intervallmethode, ...)</li> <li>- Flowmodell</li> <li>- Thematisierung von Frustration und Umgang damit bei Ausdauerläufen</li> <li>- mind. 30-Min.-Lauf</li> <li>- eigenständige Erarbeitung und Durchführung von Trainingseinheiten in unterschiedlichen Bewegungsbereichen – evtl. auch spielerisch.</li> <li>- Erstellung individueller Trainingspläne</li> <li>- Lauftagebuch</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend (Beobachtungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement</li> <li>- praktische und mündliche Mitarbeit</li> <li>- vgl. MEISTER-Prinzip (Motorische Leistungsfähigkeit, Einsatz, individuelle Leistungssteigerung, Sozialverhalten, Theorie, Einhalten von Regeln u. Vereinbarungen, Referate u. sonstige Leistungen)</li> </ul>
			<p style="text-align: center;"><b>Punktuell (Beobachtungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation einer Fitness-einheit oder weiterer Ergebnisse</li> <li>- Vorbereitung eines Stundenteils, z.B. Aufwärmen, Technik, usw.</li> </ul>

JGST.: Q2.1	DAUER DES UV:	VERNETZUNG MIT UV:	LAUFENDE NR. DES UV: 6
<b>THEMA DES UV: DARSTELLEND BEWEGUNGSFORMEN UND BEWEGUNGSKÜNSTE</b>			
<b>BEWEGUNGSFELD / SPORTBEREICH (BF/SB 6)</b> <b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz,</b> <b>Bewegungskünste</b>  <b>(profilbildend)</b>		<b>INHALTSFELDER:</b>	
		<u><b>IF b: Bewegungsgestaltung (akzentuiert)</b></u>	
<b>INHALTLICHE KERNE:</b>		<b>INHALTLICHE SCHWERPUNKTE:</b>	
Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste		Gestaltungskriterien (IFb)	
<b>BEWEGUNGSFELDSPEZIF. KOMPETENZEN (BWK)</b>		<b>BEWEGUNGSFELDÜBERGREIF. KOMPETENZERWARTUNGEN</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime, Bewegungstheater, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/ Zeit/ Dynamik/ formaler Aufbau) allein oder in der Gruppe präsentieren (BF/SB6 /BWK 3).</li> </ul>		<b>SK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK IF b1)</li> </ul>
		<b>MK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nach-, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK IF b1)</li> </ul>
		<b>UK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK IF b1)</li> </ul>

## ABSPRACHEN DER FACHKONFERENZ ZU DIDAKTISCH-METHOD. ENTSCHEIDUNGEN

<b>BF / SB: 6</b>	<b>GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/ TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE</b>
<b>THEMA DES UV:</b>	<b>DARSTELLEND BEWEGUNGSFORMEN UND BEWEGUNGSKÜNSTE</b>
<b>STUNDEN:</b>	<b>CA. 10</b>

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	GEGENSTÄNDE / FACHBEGRIFFE	LEISTUNGSBEWERTUNG
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wiederholung und Anwendung aller bisher erlernter Gestaltungskriterien</li> <li>- Ausbau der eigenen Präsentations- und Ausdrucksfähigkeit</li> </ul>	<p>Versch. Konzepte des motorischen Lernens (z.B. Teilernmethode, Lernen am Modell, Vermittlung der versch. Körperebenen, Videoanalyse...)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kriteriengeleitete Erstellung einer Präsentation aus einem ausgewählten Bewegungsbereich der darstellenden Künste (etwa Pantomime, Bewegungstheater, Jonglage, ...)</li> <li>- z.B. Weiterentwicklung oder Umgestaltung einer vorgegebenen Sequenz</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Unterrichtsbegleitend (Beobachungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement</li> <li>- praktische und mündliche Mitarbeit</li> <li>- vgl. MEISTER-Prinzip (Motorische Leistungsfähigkeit, Einsatz, individuelle Leistungssteigerung, Sozialverhalten, Theorie, Einhalten von Regeln u. Vereinbarungen, Referate u. sonstige Leistungen)</li> </ul> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin: 10px 0;"/> <p style="text-align: center;"><b>Punktuell (Beobachungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation einer Choreografie oder weiterer Ergebnisse</li> <li>- Vorbereitung eines Stundenteils, z.B. Aufwärmen, Technik, usw.</li> </ul>

JGST.: Q2.1	DAUER DES UV:	VERNETZUNG MIT UV:	LAUFENDE NR. DES UV: 7
<b>THEMA DES UV: IMPROVISATIONSTANZ</b>			
<b>BEWEGUNGSFELD / SPORTBEREICH (BF/SB 6)</b> <b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz,</b> <b>Bewegungskünste</b>  <b>(profilbildend)</b>		<b>INHALTSFELDER:</b>	
		<u><b>IF b: Bewegungsgestaltung (akzentuiert)</b></u>	
<b>INHALTLICHE KERNE:</b>		<b>INHALTLICHE SCHWERPUNKTE:</b>	
Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste		Gestaltungskriterien (IFb) Improvisation und Variation von Bewegung (IFb)	
<b>BEWEGUNGSFELDSPEZIF. KOMPETENZEN (BWK)</b>		<b>BEWEGUNGSFELDÜBERGREIF. KOMPETENZERWARTUNGEN</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation – nutzen (BF/SB6 /BWK 4).</li> <li>- Ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen (BF/SB6 / BWK 5).</li> </ul>		<b>SK</b>	- Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK IF b1)
		<b>MK</b>	- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nach-, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK IF b1)
		<b>UK</b>	- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK IF b1)

## ABSPRACHEN DER FACHKONFERENZ ZU DIDAKTISCH-METHOD. ENTSCHEIDUNGEN

<b>BF / SB: 6</b>	<b>GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/ TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE</b>
<b>THEMA DES UV:</b>	<b>IMPROVISATIONSTANZ</b>
<b>STUNDEN:</b>	<b>CA. 10</b>

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	GEGENSTÄNDE / FACHBEGRIFFE	LEISTUNGSBEWERTUNG
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wiederholung und vertiefte Anwendung aller bisher erlernter Gestaltungskriterien</li> <li>- Maximaler Ausbau der eigenen Präsentations- und Ausdrucksfähigkeit</li> <li>- Vermittlung von Möglichkeiten der Bewegungsanalyse zur besseren Gestaltung der eigenen körper-sprachlichen Darstellung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation – nutzen</li> <li>- Ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen</li> </ul>	<p>Etwa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Auf Grundlage eines vorgegebenen Impulses (z.B. Emotionen, Musikstück, Gegenstand, Thema, Sprichwort usw.) mit verschiedenen Umsetzungsmöglichkeiten experimentieren und eine Bewegungssequenz improvisieren</li> <li>- Bewegungsanalyse bspw. nach Laban (Laban Movement Analysis:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- polare Gegensatzpaare (eng-weit, indirekt-geradlinig, langsam-schnell, ...)</li> <li>- Bewegungskategorien (Körper, Antrieb, Raum, Form, ...)</li> </ul> </li> <li>- Fantasiereisen zur Körperteil-Wahrnehmung</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Unterrichtsbegleitend (Beobachungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement</li> <li>- praktische und mündliche Mitarbeit</li> <li>- vgl. MEISTER-Prinzip (Motorische Leistungsfähigkeit, Einsatz, individuelle Leistungssteigerung, Sozialverhalten, Theorie, Einhalten von Regeln u. Vereinbarungen, Referate u. sonstige Leistungen)</li> </ul> <hr/> <p style="text-align: center;"><b>Punktuell (Beobachungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation einer Improvisationsdarstellung oder weiterer Ergebnisse</li> <li>- Vorbereitung eines Stundenteils, z.B. Aufwärmen, Technik, usw.</li> </ul>

JGST.: Q2.2	DAUER DES UV:	VERNETZUNG MIT UV:	LAUFENDE NR. DES UV: 8
<b>THEMA DES UV: FUNKTIONALES TRAINING (MUSKELTRAINING, DEHNÜBUNGEN, FUNKTIONSGERECHTES BEWEGEN IM ALLTAG)</b>			
<b>BEWEGUNGSFELD / SPORTBEREICH (BF/SB 1)</b> <b>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>  <b>(profilbildend)</b>	<b>INHALTSFELDER:</b>		
	<u><b>IF f: Gesundheit (akzentuiert)</b></u>  IF d: Leistung		
<b>INHALTLICHE KERNE:</b>	<b>INHALTLICHE SCHWERPUNKTE:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung.</li> <li>- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden</li> <li>- Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung</li> </ul>	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (IF f) Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (IF f) Trainingsplanung und -organisation (IF d)		
<b>BEWEGUNGSFELDSPEZIF. KOMPETENZEN (BWK)</b>	<b>BEWEGUNGSFELDÜBERGREIF. KOMPETENZERWARTUNGEN</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BF/SB1 / BWK 3).</li> <li>- Unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden (BF/SB1 / BWK 4).</li> <li>- Funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden (BF/SB1 / BWK 6).</li> </ul>	<b>SK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. (SK IF f1)</li> <li>- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. (SK IF f2)</li> <li>- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (SK IF d1)</li> </ul>	
	<b>MK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK IF f1)</li> <li>- Die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). (MK IF d1)</li> <li>- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. (MK IF d2)</li> </ul>	
	<b>UK</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (UK IF f1)</li> <li>- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/ koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK IF d1)</li> </ul>	

## ABSPRACHEN DER FACHKONFERENZ ZU DIDAKTISCH-METHOD. ENTSCHEIDUNGEN

<b>BF / SB: 1</b>	<b>DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN</b>
<b>THEMA DES UV:</b>	<b>FUNKTIONALES TRAINING (MUSKELTRAINING, DEHNÜBUNGEN, FUNKTIONSGERECHTES BEWEGEN IM ALLTAG)</b>
<b>STUNDEN:</b>	<b>CA. 12</b>

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	GEGENSTÄNDE / FACHBEGRIFFE	LEISTUNGSBEWERTUNG
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden</li> <li>- Unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden</li> <li>- Funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden</li> </ul> <p>Vgl. BWK auf der Vorderseite</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fitnesszirkel erstellen, erproben, reflektieren und hinsichtlich des Trainingsziels anpassen</li> <li>- Dokumentation der individuellen Leistung</li> </ul>	<p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung.</li> <li>- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching)</li> <li>- Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung</li> <li>- Erstellung individueller Trainingspläne, Portfolios, ... unter Berücksichtigung von versch. Belastungsgrößen (z.B. Belastungsdichte, -umfang, -dauer, -intensität) u. Zielsetzung</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend (Beobachungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement</li> <li>- praktische und mündliche Mitarbeit</li> <li>- vgl. MEISTER-Prinzip (Motorische Leistungsfähigkeit, Einsatz, individuelle Leistungssteigerung, Sozialverhalten, Theorie, Einhalten von Regeln u. Vereinbarungen, Referate u. sonstige Leistungen)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Punktuell (Beobachungskriterien):</b></p> <p>z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation einer Fitness-einheit oder weiterer Ergebnisse</li> <li>- Vorbereitung eines Stundenteils, z.B. Aufwärmen, Technik, usw.</li> </ul>