

Inhalt:	Erlernen gymnastischer, rhythmischer und tänzerischer Grundformen		
Kompetenzen: Die Schülerinnen und Schüler können:	Sachkompetenz	<p>Grundlegende Kompetenzen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen 2. Unterschiedliche Rhythmen erkennen 3. Körperliche Leistungsfähigkeit gesundheitsorientiert erhalten und steigern (z.B. Aerobic, Stepaerobic, Einsatz von Physiobändern...) 4. Funktionelle, gymnastische Formen des Kräftigens, Dehnens und Entspannens kennen lernen (Einsatz von Physiobändern, Kurzhanteln, ...) <p>Erweiterte Kompetenzen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bewegungsimprovisationen entwickeln 2. Handgeräte einsetzen (Gymnastikbänder, Reifen, Seile, Bälle ...) 3. Raumwege erarbeiten 	
	Methoden	<ul style="list-style-type: none"> - Aufwärmphasen mit Musik durchführen und sie rhythmisch umsetzen - Partnerarbeit/ Gruppenarbeit - Wandplakate erstellen (Choreographie/ Raumwege) 	
	Körperbewusstse in, Reflexion und Urteil	<ul style="list-style-type: none"> - den Körper bewusst wahrnehmen - Rhythmus als grundlegendes, sportliches Element wahrnehmen 	
Reihenvorschlag		Materialhinweise	
<ul style="list-style-type: none"> - Aufwärmphasen mit Musik gestalten Aerobic, Steppaerobic - Kennenlernen unterschiedlicher Rhythmen 		<ul style="list-style-type: none"> - Musikanlage, CD - Gymnastikbänder, Seile, Reifen, Bälle 	
Fächerübergreifende Themen (Vorschläge)		Leistungsbeurteilung	
RWN:- Kinder der Welt Musik:- Rhythmik, Gruppenimprovisation, Lieder und Tänze verschiedener Völker -		<ul style="list-style-type: none"> - Leistungsbereitschaft - Einbringen in Gruppenarbeitsprozesse - Erarbeiten von kleinen Choreographien 	