**Kursprofil – Sequenzbildung[[1]](#footnote-1)**

|  |  |
| --- | --- |
| BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen  BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste  BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Flag-Football) | IF b Bewegungsgestaltung  IF f Gesundheit  sowie alle **fettgedruckten** KE der SK/MK/UK aus den IF a / c / d / e |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Halb-jahr** | **Bezug zu den KE**  BWK SK / MK / UK | | **Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben** | **Prüfungsrelevante Gegenstände[[2]](#footnote-2)** | |
| wettkampfbezogen | fakultativ |
| **Q 1.1.** | **BWK 1.2** | IF d SK 1,  MK 1+2;  If f SK 2 | **UV 1: *Alles im grünen Bereich*** – Trainingsprinzipien zur Optimierung der allgemeinen aeroben Ausdauer beim Laufen oder Inlineskaten am Phönixsee anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern | 5.000m laufen  10.000m skaten |  |
| **BWK 6.1** | IF b SK 1,  UK 1 | **UV 2: *Technik und Raum*** –Eine Choreographie mit dem Handgerät Band unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Partnerbezüge präsentieren und beurteilen | gymnastische Präsentation | Bewegungskomposition (Gymnastik) |
| **Q 1.2** | **BWK 1.3 BWK 1.4** | IF f SK 1,  MK 1, UK 1 | **UV 3: *So werde ich stark!*** –Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Muskelgruppen und Dehnmethoden differenziert nach Leistungsvermögen gezielt für sich selbst nutzen |  | Bewegungskonzept Handlungsplan |
| **BWK 6.3 BWK 6.4** | IF b SK 1,  MK 1,  UK 1 | **UV 4: *Von der Improvisation zur Komposition*** – Eine themenbezogene Bewegungs­komposition mit begründeter Wirkung (kongruent/kontrastierend/formanalog) auf den Zuschauer unter Einbezug von Objekten (z.B. Gießkanne/Handtuch) und Ausgangs­punkten (z.B. Text/Musik/Emotion) skizzieren, gestalten und präsentieren |  | Improvisation Bewegungskomposition |
| **BWK 7.3** | IF e MK 1 | **UV 5: *Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen*** –Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen z.B. am Beispiel Flag-Football | *Dieses UV ist für die Abiturprüfung nicht rele­vant, jedoch wichtig, um alle KE anzubahnen!* | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Halb-jahr** | **Bezug zu den KE**  BWK SK / MK / UK | | **Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben** | | **Prüfungsrelevante Gegenstände2** | |
| wettkampfbezogen | fakultativ |
| **Q2.1** | **BWK 1.1** | IF a SK 2,  MK 1;  IF d SK 1,  MK 1;  IF f MK 1 | **UV 6: *Gekonnt koordinieren*** – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen und ggfs. weiteren Materialien zum gezielten Training der einzelnen koordinativen Fähigkeiten auswählen und in einem Bewegungskonzept anwenden | |  | Bewegungskonzept |
| **BWK 1.3** | IF f SK 1,  MK 1,  UK 1 | **UV 7: *Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig*** – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung durch gezielten Geräteeinsatz von Langhanteln gesundheitsbewusst für sich selbst nutzen 🡪 Handlungsplan (5 Besuche im Fitnessstudio) | |  | Handlungsplan |
| **BWK 6.2** | IF a SK 1, UK1 | **UV 8: *Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe***– Eine Jumpstyle- oder Hip-Hop-Choreographie je nach Interessenlage auf der Grundlage selbst gesteuerten Lernens (🡪 Expertenpuzzle) entwerfen, üben, präsentieren und beurteilen | | tänzerische Präsentation | Improvisation Bewegungskomposition |
| **Q 2.2** | **BWK 1.5** | IF f MK 1 | *In Verbindung mit nachfolgendem UV* | **UV 9: *Yoga für Einsteiger*** – einen gezielten Handlungsplanzur Harmonisierung von Körper und Psyche durch den gezielten Einsatz einzelner Übungen/Übungsverbindungen für sich und andere entwerfen, umsetzen und reflektieren |  | Handlungsplan |
| **BWK 6.3 BWK 6.4** | IF b MK 1, UK 1;  IF c SK 1 | **UV 10: *Mit Masken auf die Bühne*** –Gefühle (z.B. Wut, Trauer, Liebe, Freude) in einer Bewegungskomposition durch unterschiedliche Bezüge in der Gruppe sowie die Gestaltung der Masken tänzerisch/pantomimisch darstellen und in ihrer Wirkung beurteilen | tänzerische Präsentation |  |
| **BWK 1.1** | IF f SK 2, UK 1,  MK 1 | **UV 11: *Kämpf dich fit*** – ein Bewegungskonzept zur Gestaltung einer Trainingseinheit im Blick auf die Kombination von Angriffs- und Verteidigungstechniken im Thai Bo für die 2er Gruppe planen, umsetzen und beurteilen | |  | Bewegungskonzept |

1. Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben. [↑](#footnote-ref-1)
2. Hier sind ***kurz*** die möglichen Prüfungsformen einzutragen, wie z. B. „2 mit 2 VB“, „Weit-, Dreisprung“, „Komposition (im Tanz)“! [↑](#footnote-ref-2)