



Stufe	7. - 9. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Rhythmisch bewegen
Kompetenz	Sich zu Musik rhythmisch bewegen können
Niveau C	Ich kann mich variantenreich und rhythmisch korrekt mit langsamen und schnellen Bewegungen zu einem vorgegebenen Rhythmus/ zu vorgegebener Musik bewegen.



Rhythmisch bewegen (C)

Aufgabe und Durchführung	4 selbst gewählte Bewegungsmuster (A-D, 4x8 Schläge) abwechselnd langsam (z.B. A) und schnell (z.B. A') zu vorgegebener Musik passend auf die 8er-Bogen der Musik 2x durchführen (A,A', B,B', C,C', D,D')x2= 16x8 Schläge). Die Schülerin/der Schüler hat 2 Versuche.	
Bewertung/ Anforderung	Bei 2 Versuchen mind. 1x ohne Fehler ausführen: 16x8 Schläge (A,A', B,B', C,C', D,D')x2); jedes Bewegungsmuster wird langsam/schnell oder schnell/langsam direkt hintereinander durchgeführt. Alle unten stehenden Beobachtungspunkte sind erfüllt.	
Beobachtungspunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Die Bewegungsgeschwindigkeit wird korrekt verdoppelt/halbiert. • Jeweils auf 1 des 8er-Bogens wird das neue Hüpfmuster begonnen oder der Tempowechsel eingeleitet. • Direktes Abwechseln von langsam/schnell oder schnell/langsam. • Die 4 Bewegungsmuster (je langsam/schnell, (A,A', B,B', C,C', D,D')x2=16x8 Schläge) werden ohne Fehler durchgeführt. 	
Anweisung für die Schüler/-innen	«Du hast 2 Versuche zur zweimaligen korrekten Demonstration deiner eigenen Bewegungsfolge. Jeweils nach 8 Schlägen folgt der Tempowechsel. Nach dem langsamen und schnellen (oder umgekehrt) Vorzeigen eines 8er-Bogens folgt der neue 8er-Bogen.»	
Aufbau	-	
Material	Klar strukturiertes Musikstück mit einem deutlichen Grundschlag (Beat), Tempo: 100-120 Schläge/Min., Musikanlage	
Quelle	Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). <i>Lehrmittel Sporterziehung Band 5, 6.-9. Schuljahr</i> . Bern: EDMZ. Bro 2, S. 2, 5.	
Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte	Zeit	ca. 4 Min. pro Schüler/-in
	Organisation	Im Rahmen von Postenarbeit oder selbständigen Gruppenarbeiten (z.B. Erarbeitung eines Tanzes in Gruppen). Die Aufgaben sollten vor allem koordinativ und nicht konditionell anspruchsvoll sein. Wichtig: Die getestete Schülerin bzw. der getestete Schüler muss die Musik ohne störende Nebengeräusche hören können.
	Testpersonen	1 Schüler/-in
	Probleme	-