

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Tanzen im Sportunterricht - einfach & anschaulich

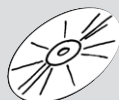
Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de





Einleitung	4
Methoden und Organisationsformen für Tanz im Sportunterricht	5
Erwärmung und Einstimmung	5
Hauptteil – Erlernen der Choreografie	6
Hauptteil – Sichern der Choreografie	7
Hauptteil – Erweitern der Choreografie durch die Schüler	8
Schlussphase/Präsentation	9
Exemplarische Tanzstunde mit Alltagsgegenstand	10
Ideenkiste	13
Choreografien	
1: Hip-Hop mit Alltagsgegenstand	16
2: Afrikanischer Tanz	19
3: Hip-Hop mit dem Basketball	22
4: Seil-Choreografie	25
5: Sommertanz	28
6: Hip-Hop	31
Bildkarten	34



Inhalt des Zusatzmaterials

Videoanleitungen zu allen Choreografien



Tanzen – ein Wort, das vielen Lehrern und Schülern leider ein ungutes Gefühl bereitet.

Dieser Teil des Grundschullehrplans wird oft ausgespart oder lediglich mit Modetänzen in der Faschingszeit umgesetzt.

Doch das Tanzen in der Grundschule kann eine hohe Bewegungsqualität haben und zahlreiche gestalterische Aufgaben enthalten.

In Gesprächen mit Kollegen habe ich herausgehört, dass viele Lehrer ihre eigene Kompetenz dafür zu niedrig halten und jemanden benötigen, der ihnen Bewegungsmöglichkeiten zeigt und Ideen schenkt.

Dieser Band mit Zusatzmaterial vermittelt Ihnen Bewegungsanleitungen und choreografische und methodische Ideen.

Er soll Ihnen Mut machen, sich an die Thematik „Tanz“ heranzuwagen und in kleinen Schritten zum kompetenzorientierten Tanzunterricht führen. Die Handgeräte, die in den Choreografien vorgeschlagen werden, helfen dabei, die Brücke zwischen verschiedenen Sportarten oder dem Musikunterricht zum Tanzen zu schlagen. Mit den richtigen Vorgaben und methodischen Mitteln können die Kinder sinnvolle gestalterische Bewegungsaufgaben erfüllen und beeindruckende Ergebnisse erzielen.

Handgeräte, Sportgeräte und Alltagsmaterialien helfen auch Jungen, Vorurteile abzubauen und geben Impulse, sich in den Tanzunterricht gut einzubringen.

Im Zusatzmaterial bringe ich Ihnen zunächst die Einzelschritte jeder Choreografie nahe und anschließend führe ich Ihnen die gesamte Schrittfolge vor. Sie können also ganz in Ihrem Tempo die Schritte lernen und nach Belieben üben.

Die Bildkarten stehen Ihnen im hinteren Teil dieses Bandes im DIN-A5-Format zur Verfügung. Im vorderen Teil dienen die kleinen Abbildungen nur als Schrittbeschreibung. Es ist zu beachten, dass eine Abbildung, die in mehreren Choreografien vorkommt, für eine leicht veränderte Schrittfolge stehen kann.

Mit den Beschreibungen, den Bildkarten und dem Zusatzmaterial können Sie sich zu Hause ideal auf das Tanzen im Sportunterricht vorbereiten.

Mir liegt diese Sportart sehr am Herzen und ich hoffe, dass Sie mit diesem Werk Ideen und Hilfe finden, um Ihren Sportunterricht um wunderbare Bewegungsmöglichkeiten zu bereichern.

Daniela Eisenhofer



Erwärmung und Einstimmung

Improvisationen

- ▶ In vielen Fällen ist eine Choreografie von einem Thema begleitet.
- ▶ Dieses Thema kann in der Improvisation aufgegriffen werden.
- ▶ Dazu sollte die Musik passend gewählt werden.

Beispiel:

Thema Afrika: „Bewege dich auf zwei Beinen wie ein Löwe, ein Affe, ein Jäger auf der Jagd ... etc.“ (Musikbeispiele: Soundtrack „König der Löwen“)

Bei Choreografien mit Handgerät kann das Handgerät in die Improvisationsphase mit einbezogen werden. Die Kinder probieren das Handgerät zu verschiedenen Musikstücken aus und experimentieren damit.

Kinder, die mit dem Handgerät laufen wollen, sollen dazu die Außenbahn der Halle nutzen, Kinder, die eher statisch experimentieren, können den mittleren Bereich der Halle nutzen.

Nach der Improvisationsphase sollte sich eine Präsentationsphase anschließen, in der die Kinder ihre Bewegungsideen zeigen. Treffen Sie sich dazu mit den Kindern in einem Kreis. Lassen Sie die Kinder die Bewegung des präsentierenden Kindes nachahmen und erzielen Sie somit eine Wertschätzung der Idee. Dazu soll das präsentierende Kind in die Mitte des Kreises kommen und die Bewegung vorzeigen. Anschließend gestalten die anderen Kinder diese Bewegung nach. Das Handgerät sollte im Anschluss in die Gymnastik und Dehnung integriert werden. Seile oder Bälle können beispielsweise zur Dehnung und Mobilisation des Rückens genutzt werden. Bei dieser Gelegenheit kann man die beim Tanz üblichen 8 Zählzeiten einführen, indem die Bewegung immer 8 Zählzeiten dauert und zum Takt der Musik passt.

Beispiele:

- ▶ Armkreis:
 - Takte 1–4: von unten nach oben.
 - Takte 5–8: hinter dem Rücken wieder abwärts.
- ▶ Wirbel für Wirbel Auf- und Abrollen des Rückens bis in die Hocke:
 - Takte 1–7: Den Rücken von oben nach unten abrollen.
 - Takt 8: Beim Ankommen auf den Boden klatschen.
 - Takte 1–7: Von unten nach oben hochrollen.
 - Takt 8: Beim Ankommen in die Hände klatschen.

Von freien Improvisationen wie „Bewege dich einfach zur Musik“ ist jedoch abzuraten, da die Kinder sich oft schämen und überfordert sind. Sie verfügen noch nicht über ein entsprechendes Repertoire, um sich selbstbewusst zu bewegen. Gibt man den Kindern allerdings ein Thema oder ein Handgerät, fällt die Improvisation viel leichter und macht Spaß.

Standbilder:

Wenn die Choreografie ein bestimmtes Thema hat, können die Kinder zur Erwärmung durch die Halle laufen und bei Musikstopp in einer zum Thema passenden Pose einfrieren. Sie als Lehrkraft können dann besonders gute Posen der Kinder hervorheben. Am einfachsten für die Kinder ist es, wenn Sie einen Impuls geben, was das Standbild zeigen soll.

Erwärmung mit Handgerät

Ist das Handgerät beispielsweise ein Basketball, bieten sich auch Erwärmungsspiele aus dem Basketballsport an, die möglichst vielfältige Bewegungsvarianten anbieten.

Beispiel „Feuer-Wasser-Erde-Luft“:

„Feuer“: Der Ball wird als „heiße Kartoffel“ zwischen den beiden Händen hin- und hergeworfen.

„Wasser“: Mit dem Ball in eine Ecke der Halle dribbeln.

„Luft“: Wurf auf einen Korb in der Halle.

„Erde“: Auf den Boden legen und den Ball nach oben werfen.

Die Bewegungen können variieren.



Hauptteil – Erlernen der Choreografie

Grundsätzlich sollte vor dem Erlernen der Choreografie die Taktschulung stattfinden. Das Zählen der Takte 1–8 und die Verwendung der 8 Zählzeiten ist im Tanz dringend notwendig.

Möglichkeiten hierfür sind:

- Musikstücke werden gezählt und geklatscht, um die 8 Zählzeiten herauszuhören.
- Die Kinder versuchen, im Takt zu gehen und dabei mitzuzählen.
- Die Kinder tanzen einen einfachen Schritt (Schritt rechts, Schritt links) und zählen dazu die 8 Zählzeiten mit.

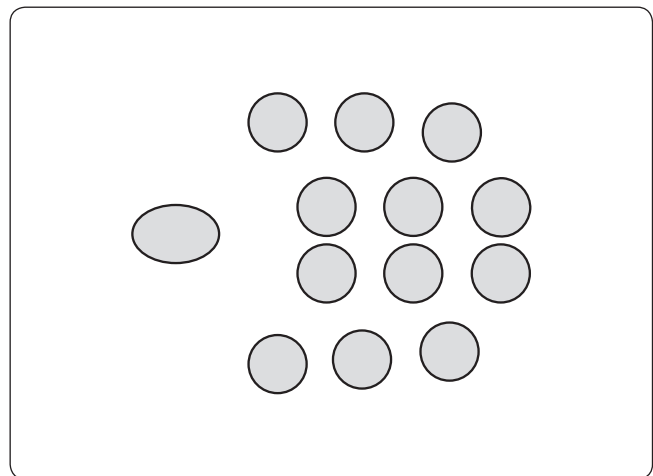
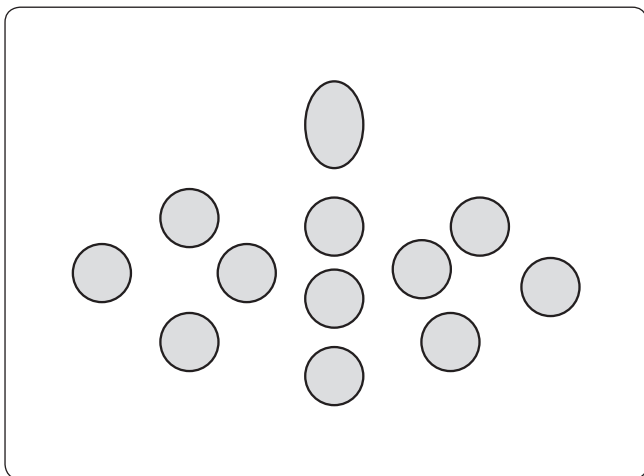
Das Erlernen der Choreografie kann in zwei Teilen erfolgen:

1. Erlernen der einzelnen Schritte
2. Erlernen der Reihenfolge

Zum Erlernen der einzelnen Schritte eignet sich im Besonderen Instrumentalmusik, da so die Ablenkung durch Texte vermieden wird. Außerdem erzielen Sie einen Motivationsschub, wenn die „richtige Musik“ erst zum späteren Zeitpunkt gezeigt wird (beim Erlernen der Reihenfolge).

Der Tanzkreis zum Erlernen/Wiederholen einzelner Schritte:

Sie als Lehrkraft stehen mittig in der Halle und die Kinder verteilen sich in einem Halbkreis um Sie herum. Bewegen Sie sich, so bewegt sich der Halbkreis mit. Das schafft Aktivität und die Möglichkeit, zwischen den erlernten Schritten eine Merkpause zu machen, indem man 8 Takte geht und die Position des Kreises verändert. Die Reihenfolge der erlernten Schritte soll hierbei noch nicht die des Tanzes sein.



Schritte bekommen Namen:

Die einzelnen Schritte/Bewegungen sollten mit Namen besetzt sein (z. B. „der Skateboarder“, „die Sonne“, „das Känguru“). Damit schaffen Sie einen akustischen Impuls und stellen bei den Kindern eine einfache Verknüpfung her. Der Name sollte genau zur Bewegung passen.

So zeigen Sie beispielsweise „die Sonne“ im Tanzkreis und die Kinder ahmen diese nach. Danach wird die Bewegung wiederholt und der Tanzkreis ändert seine Position. Anschließend folgt der nächste Schritt.

Diese Phase wird komplett auf Instrumentalmusik oder einen einfach Beat durchgeführt, damit sich die Kinder auf die Schritte und den leicht hörbaren Takt konzentrieren können.



Der Kinokreis für das Erlernen der Reihenfolge:

Nachdem die Kinder alle Schritte und die entsprechenden Namen kennen, treffen sie sich mit Ihnen in einem Halbkreis (Kinokreis) an der Tafel, in der Halle oder einer Wand (es muss die Möglichkeit gegeben sein, die Bildkarten aufzuhängen).

Die Bildkarten werden vorher schon in der korrekten Reihenfolge an die Wand/Tafel gehängt und mit einem DIN-A4-Papier abgedeckt (eine Büroklammer eignet sich, um das Papier zu befestigen).

Nun decken Sie die Bilder nacheinander auf. Zu jedem Bild werden die Kinder den Namen des Tanzschrittes wissen und auch, wie dieser getanzt wird. Einzelne Schüler können den Tanzschritt vorzeigen und die anderen Kinder machen diesen gleich danach zur Festigung nach. Diese Phase wird nur von den Zählzeiten, nicht von Musik begleitet. Hier haben Sie die Chance, auf Einzelheiten (linkes Bein, rechtes Bein) einzugehen.

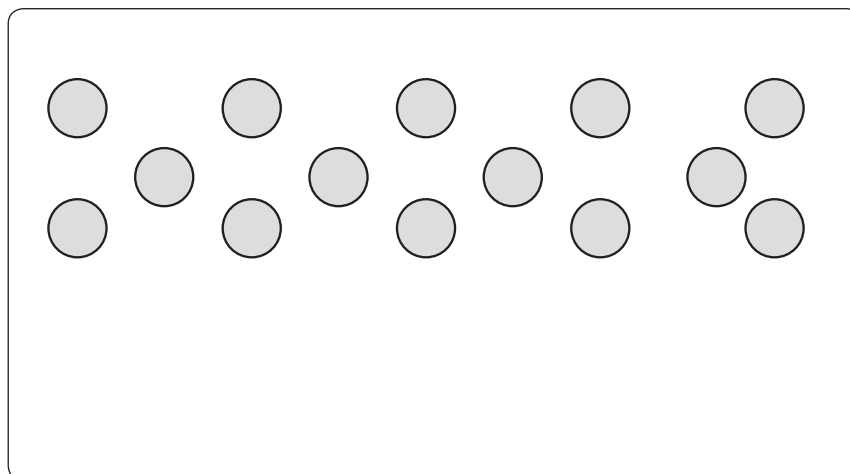
Kennen die Kinder nun die Abfolge, dienen die Bildkarten als Stütze für Sie und die Schüler, um die Reihenfolge nicht zu vergessen. Sie können an dieser Stelle die Motivation mit dem Anspielen der „richtigen“ Musik steigern.

Tanzaufstellung:

Damit alle Kinder die Bildkarten im Auge haben und gut verteilt sind, eignet sich zum ersten Tanzen der Choreografie eine große Lückenaufstellung. Die Kinder stellen sich dazu in drei Reihen auf. Damit alle Schüler eine möglichst optimale Sicht nach vorne haben, stellt sich die vordere Reihe in die Lücken der dahinterliegenden Reihe.

Damit die Schüler die Aufstellung halten können, bieten sich Klebepunkte auf dem Boden an. Wichtig ist, dass die Reihen immer mal wieder gewechselt werden. Ideal ist es, wenn die Aufstellungsform innerhalb einer Choreografie wechselt. Mit Kindern bieten sich einfach Formen wie Kreise oder Dreiecke als Reihen an.

Ein methodischer Trick: Die Farbe der Klebepunkte variiert je nach Aufstellung. Beispiel: Kreis – blaue Punkte, Dreieck – rote Punkte.



Hauptteil – Sichern der Choreografie

In Folgestunden werden die einzelnen Schritte zu Beginn der Unterrichtsstunde aufgefrischt und an ihrer Ausführung geübt. Dazu gibt es folgende Methoden:

Schritte würfeln:

Die Kinder werden in Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe erhält einen oder zwei Spielwürfel. Ein Kind würfelt eine Augenzahl.

Wird beispielsweise die Vier gewürfelt, gehen die Kinder wie folgt vor:

1. Der 4. Schritt muss von allen wiederholt werden. Dabei ist es wichtig, dass die Bildkarten noch in der richtigen Reihenfolge an der Wand hängen.
2. Ein Schritt wird von dem würfelnden Kind ausgewählt und dieser muss viermal hintereinander getanzt werden.



So können einige Schritte wiederholt werden und Sie haben Zeit, um Ausführungen zu korrigieren/zu verfeinern. Achten Sie stets auf die Bewegungsqualität.

Eckentraining:

Es werden vier Kinder als Experten ausgewählt, die vielleicht schon Tanzerfahrung haben oder die sich besonders gut im bisherigen Tanzunterricht machen.

Diese können dann mit einer ihnen zugeteilten Gruppe entweder einen Schritt oder eine bestimmte Anzahl an Schritten üben und den anderen Schülern helfen, die Ausführung zu verbessern. Die Kinder arbeiten in den Ecken der Halle.

Hauptteil – Erweitern der Choreografie durch die Schüler

Die Choreografien können beliebig durch die Schüler erweitert werden. Da das Bewegungsrepertoire erfahrungsgemäß im Grundschulalter noch nicht groß ist, sollten Sie den Kindern unterstützende Impulse anbieten.

Fragezeichen-Impuls:

Um die Kinder für das eigene Gestalten von Tanzschritten zu motivieren, kann am Ende der Bildkartenreihe ein Fragezeichen gezeigt werden. Die Kinder sind nun gefragt, sich etwas zu überlegen.

Dies kann in Einzelarbeit, Partnerarbeit oder Gruppenarbeit geschehen. Mit einem Handgerät (z. B. Basketball, Seil) fällt den Schülern das eigene Choreografieren sehr viel leichter.

Haben die Kinder kein Handgerät, sollten weitere Impulse folgen.

Themen-Impuls:

Ein Bild kann das „Thema“ des Tanzschrittes vorgeben. Die Kinder wissen, dass jedem Tanzschritt ein Name gegeben wird. So entwickeln sie nun einen Tanzschritt, der zu dem Gegenstand der Bildkarte passt – beispielsweise ein Moskito bei einem Tanz zum Thema Urwald oder Afrika. Dabei entstehen in den Kleingruppen oder Paaren verschiedenste Schrittfolgen.

Zeichnen eigener Bildkarten:

Bei größeren Tanzprojekten können Kinder eine eigene Choreografie gestalten. Es bietet sich an, dass die Kinder in ihrer Gruppe ebenso Bildkarten gestalten oder den Namen des Schrittes auf Karten schreiben, die sie dann in der richtigen Reihenfolge aufhängen. Das hilft ihnen bei der Präsentation vor der Klasse.

Einfaches Gestalten:

Tänzerisches Gestalten kann auch sein, wenn die Reihenfolge von Tanzschritten geändert, die Aufstellungen variiert oder nur teilweise Schritte ergänzt werden. Den Kindern kann genauso Schrittmaterial beigebracht werden, welches sie dann in Gruppen neu sortieren. Teilen Sie die Bildkarten, die das Schrittmotiv zeigen, in den Gruppen aus. So können sie sich besser beraten.

Wenn Sie nun noch ein bis zwei Fragezeichenbilder mit austeilen, wissen die Schüler, dass sie noch ein bis zwei Schritte selbst erfinden dürfen. Zur Präsentation können die Gruppen dann ihre Reihenfolge aufhängen.

Sie können den Kindern die Bilder auch in kleinerer Version austeilen. So können sie diese während der Gestaltungsphase auf ein DIN-A3-Blatt kleben und dieses dann zu ihrer Präsentation als Merkhilfe nutzen.

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Tanzen im Sportunterricht - einfach & anschaulich

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

