

# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Tanzen: Diskofox mit Partytanzelementen - mit einem Film*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



## VI.18

### Gymnastik und Tanz

# Tänzerisch Geschichten erzählen – Diskofox mit Partytanzelementen

Leon Raoul Theuer



© RAABE 2021

©Yury Karamanenko\_iStock\_GettyImagesPlus

In dieser Unterrichtseinheit lernen die Schülerinnen und Schüler, dass sie tänzerisch Geschichten erzählen können. Dabei entwickeln sie in jeder Schulstunde eine kurze Choreografie, bestehend aus standardisierten Diskofox- und teilweise vorgegebenen Partytanzelementen. Durch die offene Methodik kann hier besonders gut differenziert werden. Um sich gegenseitig zu unterstützen, geben sich die Lernenden kriterienorientiert Feedback.

---

#### KOMPETENZPROFIL

<b>Klassenstufe:</b>	Klassen 7–13, Anfänger
<b>Dauer:</b>	4 Doppelstunden
<b>Kompetenzen:</b>	Bewegungen rhythmisieren und Rhythmen umsetzen, Bewegungen gestalten
<b>Thematische Bereiche:</b>	Paartanz, Diskofox, Bewegung gestalten, Choreografie
<b>Medien:</b>	Übungs- und Stationskarten, Feedbackbogen
<b>Zusatzmaterialien:</b>	Elemente-Video (mp4-Datei auf CD 59)

---

## Allgemeine Hinweise

Das Thema „Paartanz“ löst bei vielen Heranwachsenden ein mulmiges Gefühl aus. Dabei sind es vor allem männliche Jugendliche, die diese Situation überfordert. Obwohl die Mädchen oft weniger Berührungängste zeigen, handelt es sich auch für sie um eine ungewohnte Situation: Es schleicht sich der Gedanke ein, man müsse mit einer wenig vertrauten Person (des anderen Geschlechts) eng umschlungen tanzen. Häufig wird die Situation auch noch von unbeholfenen oder provokanten Kommentaren der Jugendlichen untereinander begleitet. Damit der Sportunterricht aber nicht ungewollt zu einer „Datingshow“ wird, bedarf es von allen Beteiligten ein hohes Maß an gegenseitigem Respekt und charakterlicher Reife. Die Lehrkraft hat hier zusammen mit der Lerngruppe die große Chance, angesichts eines ungewohnten Bewegungsfelds ein offenes Miteinander zu etablieren und so die Teamkompetenz zu fördern.

Wie kann nun der Diskofox einen Mehrwert für die (sportliche) Entwicklung der Jugendlichen schaffen? Der Vorteil ist, dass die Lernvoraussetzungen bei diesem Thema meist homogen sind und es keine Experten gibt – in den meisten Fällen sehen sich alle Schülerinnen und Schüler im selben Boot und vor denselben Problemen, was ein starkes Wir-Gefühl auslösen kann. Die Lernenden werden außerdem zu gegenseitiger Unterstützung angehalten und die jeweiligen Partner müssen kooperieren und können voneinander lernen.

In der Unterrichtseinheit kommt eine spezielle Methodik zum Tragen: Die Schülerinnen und Schüler erlernen grundlegende Elemente, die sie abwechselnd mit freien Elementen tanzen sollen. So besteht eine Choreografie aus einem Wechsel zwischen Pflicht- und freien Teilen. Vor allem die freien Teile sind sehr gut geeignet, um differenzierte Angebote zu machen bzw. eigene Lösungen der Lernenden zuzulassen und zu bestärken (siehe Doppelstunden 2–4). Dabei können leistungsorientierte Schülerinnen und Schüler durch mehr Kombinationsmöglichkeiten oder komplexere Choreografien ihrer persönlichen Motivation nachgehen. Auf der anderen Seite können jene Schülerinnen und Schüler, die es lieben, ihr Inneres durch Gestik und Mimik auszudrücken, die Choreografie nutzen, um sich persönlich zu entfalten.

Sporttreiben im Unterricht sollte intelligent und reflexiv geschehen. Die Schülerinnen und Schüler sollen über ihre und die Bewegungen der Mitschüler bewusst nachdenken und sich so gegenseitig kriterienorientiert Feedback geben. Die Kriterien werden sukzessive im Lauf der Unterrichtseinheit zusammengetragen und dienen allen als transparente Bewertungsgrundlage (siehe Doppelstunde 2). Durch diese Art der Rückmeldung lernen die Jugendlichen, sich gegenseitig in einer größtenteils unbekanntem Sportart zu unterstützen und dabei sachlich zu bleiben.

Es geht weniger um die perfekte Umsetzung von standardisierten Tanzschritten, sondern um kreative Ausdrucksformen, gegenseitige Wertschätzung (auch durch die Lehrkraft) und das „tänzerische Geschichtenerzählen“.

## Praktische Tipps

Es hat sich bewährt, dass die Schülerinnen und Schüler nicht die gesamte Unterrichtszeit mit Tanzen verbringen. Die Motivation dazu hält sich vor allem bei jüngeren Schülerinnen und Schülern in Grenzen. Die Unterrichtsstunden können deshalb immer mit einem ausgiebigen Aufwärm- und Abschlussspiel umrahmt werden.

Sollte die Lerngruppe aus einer ungeraden Anzahl von Schülerinnen und Schülern bestehen, gibt es eine Dreiergruppe. Dies ist nicht weiter schlimm, da man auch zu dritt eine Choreografie entwickeln kann. Eine mögliche Choreografie könnte lauten: Person A tanzt den Grundschrift mit Person B, während Person C einen freien Teil tanzt, der bereits die erzählende Geschichte einleitet.

Nachdem sich A und B getrennt haben (Figur „Dame geht“), haben alle drei Tänzer ihren freien Teil, der damit endet, dass B und C zusammenkommen (Figur „Dame kommt“) und den Grundschrift tanzen. So wird also der Tänzer für den Grundschrift zwischen den freien Teilen durchgewechselt. (Genauerer zu den Rahmenbedingungen einer Choreografie wird in Doppelstunde 2 erläutert.)

Häufig passiert es im Sportunterricht, dass sich feste Gruppen nach einer gewissen Zeit streiten, weil der eine mehr arbeitet als die andere. Die vorliegende Unterrichtseinheit stellt eine alternative Idee zu diesen Gruppenstrukturen dar: Hier ist es möglich, dass man jede Stunde mit einem anderen Partner tanzt und die Mini-Choreografie für den Abschluss entwickelt. Anstelle einer Abschlussprüfung wird hier eher begleitend als final diagnostiziert, was den Lernenden den Druck nimmt und die Note nicht tagesformabhängig macht. Da manche Jugendliche Scham empfinden, vor der ganzen Klasse zu tanzen, empfiehlt es sich, mit dezentralem Feedback zu arbeiten. Damit ist gemeint, dass den Tanzpaaren ca. ab der dritten Doppelstunde die Gelegenheit gegeben werden sollte, ihre Choreografie einem anderen Paar zu präsentieren. Das beobachtende Team kann mithilfe eines Feedbackbogens sachlich Rückmeldung geben. Sie als Lehrkraft können das Geschehen zielführend beobachten und diagnostizieren. Formulieren Sie die Bewertungskriterien möglichst früh und gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern.

Geht es um Musik im Sportunterricht, wollen die Jugendlichen oft ihre eigene mitbringen. Diskofox ist jedoch nicht auf jeden Beat tanzbar. Die Musik sollte bei ungefähr 120 bpm (= beats per minute) liegen. Zugunsten eines zielführenden und strukturierten Unterrichts ist es daher empfehlenswert, dass Sie die Musik vorgeben, sodass die Schülerinnen und Schüler konzentriert arbeiten können. Vorschläge vonseiten der Lernenden können dennoch berücksichtigt werden, sofern sie sich für den Diskofox eignen. Sprechen Sie sich außerdem mit den Kolleginnen und Kollegen im benachbarten Hallenteil wegen der möglichen Dauerbeschallung durch Musik ab.

### Weiterführende Literatur/Internetseiten

- **Beinhauer, Lena; Kühl-Decker, Torben; Müller, Moritz; Rau, Janina (2018):** *Disco-Fox mit Showtanzelementen*. Abrufbar unter der Website des Kompetenznetzwerks Sportunterricht (KNSU): <https://raabe.click/sp-disco-fox-mit-showtanzelementen> (zuletzt abgerufen am 06.10.2021)

*Dieser Beitrag wurde an die Überlegungen von Beinhauer et al. (2018) im Rahmen des Kompetenznetzwerks Sportunterricht (KNSU) der Universität Koblenz angelehnt und für den Unterricht mit Jugendlichen angepasst. Hier können hilfreiche methodische Tipps nachgelesen werden.*

---

## Auf einen Blick

---

### 1. Doppelstunde

**Thema:** Diskofox – Rhythmus, Takt und Choreografie

**M 1** Der Grundschrift

**M 2** Die halbe Drehung

**M 3** Dame kommt, Dame geht

**Benötigt:** 1 Hallendrittel, ggf. Flipchart und Stifte, Musikanlage

---

### 2. Doppelstunde

**Thema:** Wir entwickeln unsere erste Choreografie

**Elemente-Video (digital als mp4-Datei auf CD 59)**

**M 4** Ideentresor für die Choreografie

**Benötigt:** 1 Hallendrittel, Flipchart, TV/Beamer, Musikanlage, ggf. Pylonen

---

### 3. Doppelstunde

**Thema:** Wir entwickeln eine zweite Choreografie und geben Feedback

**M 5** 3er-Feedback-Zielscheibe

**M 6** 4er-Feedback-Zielscheibe

**M 7** 5er-Feedback-Zielscheibe

**M 8** 6er-Feedback-Zielscheibe

**Benötigt:** 1 Hallendrittel, 1 Plakat/Tafel, ggf. TV/Beamer, ggf. Pylonen

---

### 4. Doppelstunde

**Thema:** Wir entwickeln eine dritte Choreografie und geben Feedback

**Material:** siehe DS 3

**Benötigt:** siehe DS 3

---

# Stundenverläufe

*Hinweis:* Im Folgenden wird „Schülerinnen und Schüler“ mit SuS abgekürzt.

## Doppelstunde 1: Diskofox – Rhythmus, Takt und Choreografie

### Aufwärmen

#### Zahlensport im Kreis

Die SuS werden im weitesten Sinn an das Sporttreiben nach Zahlen und Musik gewöhnt. Alle stellen sich in einen großen Kreis, im Hintergrund läuft motivierende Musik. Geben Sie Zahlen vor, auf die bestimmte Bewegungen gemeinsam ausgeführt werden müssen.

*Beispiel:* 1 = locker zum Takt der Musik hüpfen; 2 = sich hinsetzen; 3 = auf den Bauch legen; 4 = Luftgitarre zum Takt der Musik spielen. (Vor allem die Zahl 4 hilft den SuS dabei, über sich selbst zu lachen und die Atmosphäre aufzulockern.)

*Hinweis:* Machen Sie ggf. mit, um den SuS auf Augenhöhe zu begegnen.

### Hauptteil

#### Kognitive Phase

Geben Sie den SuS einen Einblick in die wichtigsten theoretischen Aspekte der Einheit. Besprochen werden sollten folgende Punkte:

- Diskofox: Form des Paartanzes zu Popmusik als platzsparende Variation des Foxtrotts
- Rhythmus: 1, 2, Tap
- Takt: 4/4 Takt
- (Tanz-)Choreografie: (künstlerische) Tanzgestaltung oder tänzerische Bewegungsabfolge

*Hinweis:* Es gibt zahlreiche Variationen im Bereich Diskofox, z. B. beim Rhythmus oder Takt. Es hat sich im Sportunterricht bewährt, diese Informationen als Grundlage zu nehmen.

#### Grundschrift (M 1), Halbe Drehung (M 2), Dame geht, Dame kommt (M 3)

In der folgenden Phase sollen die SuS die Grundlagen für den Diskofox kennenlernen. Oft haben einzelne SuS bereits Vorerfahrungen, z. B. vom privaten Tanzunterricht.

*Hinweis:* Platzieren Sie am besten eine Musikbox in der Mitte des Hallenteils, sodass die Tanzteams ringförmig um die Box tanzen können. So ist auch die Musik für alle gleich laut.

Es bieten sich zwei Herangehensweisen – je nach Kompetenzstand der SuS – an:

- 1) Die SuS können in einem offenen Lernsetting eigenständig von Station zu Station laufen, ohne dass eine Übungszeit vorgegeben wird. **M 1–M 3** können dann in mehrfacher Ausführung in der Halle platziert werden und als Stationskarten fungieren. Dabei ist die Maßgabe, dass die Paare erst zur nächsten Übung gehen sollen, wenn sie die vorherige sicher ausführen können.
- 2) Sie können die Übungszeit vorgeben, um die Lernaktivität der SuS zu strukturieren.

*Hinweis:* Die Figuren „Halbe Drehung“ und „Dame geht, Dame kommt“ sollten beim Üben aus dem Grundschrift heraus getanzt werden, da ein Einstieg in die Figuren ohne vorangegangenen Grundschrift unnatürlich und koordinativ unnötig herausfordernd ist.

Damit sich die SuS eine Vorstellung der einzelnen Figuren machen können, bietet es sich an, sie mit einem Freiwilligen oder allein vorzutanzten. Vor allem der Tap beim Grundschrift kann so nachvollzogen werden.

## Ausklang

### Reflexion der Lerninhalte mit eventueller Präsentation und Abschlusspiel

Möglich ist, dass die Teams eine Choreografie aus vier Grundschritten, zwei halben Drehungen, einmal „Dame geht, Dame kommt“ und einer Abschlusspose tanzen. Falls es kein freiwilliges Team gibt, sollte niemand zum Vortanzen gezwungen werden. Eleganter wäre ein Verweis auf wichtige Merkmale des Diskofox. Diese sind: kleine Schritte, 3er-Rhythmus und ein nicht zu enger Körperkontakt zwischen den Tanzpartnern, da sonst die halbe Drehung erschwert wird.

Beim Abschlusspiel kann auf die Wünsche der SuS eingegangen werden.

## Doppelstunde 2: Wir entwickeln unsere erste Choreografie

### Aufwärmen

#### Jailbreak

Dies ist eine Variante des klassischen „Wer hat Angst vorm weißen Hai?“. Alle SuS (= Jailbreaker) bis auf 2–3 Fänger stehen an einer Hallenseite und müssen versuchen, zur gegenüberliegenden Hallenseite zu laufen, ohne dabei gefangen zu werden. Dies wird über mehrere Spielrunden wiederholt. Die Fänger leiten jede Spielrunde ein, indem sie gemeinsam laut „Jailbreak“ rufen. Wer gefangen wurde, wird ebenfalls zum Fänger. Welcher Jailbreaker schafft es, nach fünf Runden noch nicht gefangen worden zu sein?

*Sicherheitshinweis:* Es ist ratsam, das Zurückrennen zu untersagen. So kommt es nicht zu „Last-Minute-Verfolgungsjagden“ mit gefährlich hoher Geschwindigkeit vor der Zielwand.

#### Mimikry

Zwei SuS stellen sich gegenüber. Partner A macht langsam eine Bewegung vor, Partner B imitiert sie. Auf Musik werden die Bewegungen noch variantenreicher.

*Tipp:* Für ruhige Musik eignet sich z. B. „Watermark“ von Enya, für anregende Musik „Popcorn Techno Remix“ von Hot Butter.

*Variation:* Eine einzelne Person macht die Bewegungen als „Dirigent“ vor und die gesamte Gruppe macht sie nach. Die Rolle des Dirigenten wechselt nach ein paar Bewegungen.

### Hauptteil

#### Kognitive Phase (Elemente-Video auf CD 59)

Die SuS haben in dieser und der darauffolgenden Stunde die Aufgabe, tänzerisch kurze Geschichten zu erzählen bzw. Alltagssituationen nachzustellen. Sie befinden sich also zwischen Tanz und Theater. Präsentieren Sie der Klasse das Elemente-Video (siehe mp4 auf CD 59). Es dient den SuS später zur Ideenfindung. Die SuS sollen sich das Video aufmerksam anschauen und anschließend Möglichkeiten nennen, wie man verschiedene Elemente daraus in eine Geschichte verpacken kann. So kann z. B. die „Heckenschere“ zusammen mit der „Kettensäge“ in einer „tanzenden Gartenarbeit“ dargestellt werden oder man kann ein Basketballmatch mit passenden Bewegungen nachstellen.

Nach dieser ersten kognitiven Annäherung an das Thema entwickeln die Paare (bzw. das 3er-Team) eine erste kurze Choreografie. Den folgenden Rahmen können Sie vorgeben und visualisieren. Eine mögliche Choreografie könnte aus folgenden Teilen bestehen: 4x Grundschritt (12 Taktschläge) – Dame geht (3 Taktschläge) – freier Teil (16 Taktschläge) – Dame kommt (3 Taktschläge) – Endpose.



### Ideentresor (M 4)

Die Choreografie kann bei leistungsstarken Paaren verlängert werden, indem jeder Teil vor der Endpose doppelt getanzt wird. Er sollte aber nicht gekürzt werden, um eine Mindestverbindlichkeit zu verdeutlichen. Sollten einige Teams Probleme mit dem Erstellen einer Choreografie haben, kann der „Ideentresor“ (M 4) angeboten werden.

### Geschichten erzählen

Heben Sie für die SuS hervor, dass es jetzt nicht mehr nur darum geht, Figuren nachzutanzten, sondern durch Tanzbewegungen alltägliche Situationen darzustellen und dadurch selbst zu entwickeln. Dabei ist es vollkommen in Ordnung, wenn die Partner nicht durchgehend Körperkontakt haben, sondern sich kurzzeitig trennen.

*Hinweise:* Oft können sich die SuS nicht so recht vorstellen, wie man tänzerisch Geschichten erzählen kann. Deuten Sie oder ein Schüler/eine Schülerin eine Beispielgeschichte im Stehkreis an und zeigen Sie, wie man diese mit (Tanz-)Bewegungen zu einem vorgegebenen Rhythmus darstellen kann. Der Grundschrift sowie „Dame geht“ dienen als Basis für ein strukturiertes Auseinandergehen, bevor der freie Teil beginnt. Bei diesem müssen die SuS auf die Taktschläge (Beats) achten und mit dem 16. Taktschlag des freien Teils wieder leicht voneinander entfernt stehen, bevor sie anschließend „Dame kommt“ tanzen. Die Endpose eröffnet die Möglichkeit, die Geschichte aus dem freien Teil zu beenden. *Tipps:* Es bietet sich hier wieder an, eine Musikbox mit einem passenden Musikstück in der Mitte zu platzieren, sodass die Teams kreisförmig darum herumtanzen können. Das Musikstück sollte in Dauerschleife gespielt werden und auch das Elemente-Video kann als Anregung im Hintergrund laufen. Um für Übersichtlichkeit und Struktur zu sorgen, können zusätzlich Pylonen im Raum aufgestellt werden. So haben vor allem unsichere Paare einen abgesteckten Platz zum Üben.

### Ausklang

#### Präsentation, Sammeln von Bewertungskriterien und Abschlussspiel

Ein Team präsentiert seine Choreografie und der Rest der Gruppe soll den Inhalt der Geschichte erraten. Welches andere Team dies zuerst erraten hat, ist als Nächstes an der Reihe usw.

*Hinweis:* SuS sind in der Regel gut in der Lage, ein Lernergebnis aus dem Bauch heraus zu bewerten. Dies kann ruhig zugelassen werden. Erklären Sie ihnen jedoch ggf. die Vorgehensweise beim Feedback („Feedback-Sandwich“): Man beginnt mit einem positiven Aspekt, fügt einen Verbesserungsvorschlag hinzu und endet wieder mit einem Lob.

In den folgenden Stunden sollen sich die SuS gegenseitig Feedback zu ihren Choreografien geben. Dafür brauchen sie von allen akzeptierte Bewertungskriterien, die nun gesammelt werden sollen. Die Leitfrage könnte lauten:

- Was macht eine gute Tanzchoreografie aus? Oder:
- Worauf sollte man achten, wenn man eine gute Tanzchoreografie entwickeln will?

Es sollten drei bis fünf Bewertungskriterien formuliert werden, die in den Folgestunden herangezogen werden. Versuchen Sie, mit den SuS auch konkret beobachtbare Indikatoren zu sammeln, was eine Gruppe tun muss, um bei einem Kriterium gut bzw. schlecht abzuschneiden. Wird z. B. das Bewertungskriterium „Rhythmus“ angegeben, ist dies zunächst recht nichtssagend. Hier könnte ein Indikator die „ständige Bewegung auf den Beat“ sein, was man wiederum beobachten kann.

Zum Abschluss kann eine Variante des klassischen Zombiebolls gespielt werden, bei dem man sich umziehen gehen darf, sobald man abgeworfen wurde.



## Doppelstunde 3: Wir entwickeln eine zweite Choreografie und geben Feedback

### Aufwärmen

#### Kettenfangen

Je nach Gruppengröße gibt es zu Beginn 2–3 Fänger, die mit Parteibändern gekennzeichnet sind. Wer gefangen wurde, wird ebenfalls zum Fänger. Die Fänger müssen jeweils durch Handfassung Ketten bilden und dürfen sich nur so fortbewegen.

*Hinweis:* Eine 4er- (oder 6er-)Kette darf sich in zwei kleinere Ketten teilen.

#### Das Modell

Die SuS bilden Paare. Ein Partner ist eine Gliederpuppe, der andere der Künstler, der die Puppe „verformen“ darf, z. B. Arme, Beine oder Schultern in andere Positionen bringen. Ist der Künstler mit seinem Werk zufrieden, stellt er sich seinem Modell in derselben Pose gegenüber. Danach werden die Rollen getauscht.

*Variation:* Ein Künstler kann auch mehrere Modelle formen und fügt sich dann mit einer eigenen Figur in das Gesamtbild ein.

### Hauptteil

#### Kognitive Phase: Wiederholung der Bewertungskriterien (M 5–M 8)

Die SuS wiederholen die Inhalte der letzten Doppelstunde. Stellen Sie den Inhalt der heutigen Stunde vor. Dieser ist mit dem der letzten Stunde identisch mit einer kleinen Änderung: Heute stellen die SuS wieder Choreografien auf die Beine und werden sich dann in einem Rotationsprinzip gegenseitig Rückmeldung geben. Genutzt werden die Kriterien, die am Ende der letzten Stunde gesammelt und auf der Feedback-Zielscheibe vorbereitet werden. Die fertige Zielscheibe kann groß auf ein Plakat oder eine Tafel gezeichnet werden. Für die spätere Feedbackphase, in der die einzelnen Tanzteams herumgehen und den anderen Teams dezentral Feedback geben sollen, gibt es bei **M 5–M 8** die entsprechenden Vorlagen.

*Hinweis:* Es ist nicht empfehlenswert, mehr als sechs Kriterien aufzustellen, da sonst die Bewegungszeit der SuS durch die Bewertung zu sehr reduziert würde.

#### Choreografien entwickeln

Der Rahmen ist derselbe wie in Doppelstunde 2 (ggf. kann auch hier wieder das Elemente-Video parallel oder nochmals zentral für alle abgespielt werden). Außerdem ist es sinnvoll, die Tanzteams in durch Hütchen abgegrenzten Bereichen tanzen zu lassen, um das spätere Rotationsprinzip zu erleichtern.

Während die SuS an ihren Choreografien arbeiten, können Sie (oder ein beauftragter Schüler) die Feedback-Zielscheiben (**M 5–M 8**) dort aufhängen, wo die Paare üben (und Stifte auslegen).

*Hinweis:* Je nachdem, wie viele Kriterien in der Stunde zuvor aufgestellt wurden, wird die entsprechende Zielscheibe aufgehängt.

#### Dezentrale Feedbackphase

Nachdem wieder auf der Grundlage der letzten Stunde Choreografien entstanden sind, teilen Sie die Lerngruppe so ein, dass sich je zwei Tanzteams zu einer Gruppe treffen und sich an dem Übungsort einer der zwei Paare einfinden. Hier startet dann das „Gastgeber-Paar“ mit der Präsentation seiner Choreografie und das andere Team beobachtet. Nachdem die Choreografie präsentiert wurde, geht das Beobachter-Paar zur Feedback-Zielscheibe und markiert mit dem Stift, wie gut die einzelnen Kriterien seiner Meinung nach umgesetzt wurden. Je näher das Kreuz am „Bull’s Eye“ liegt, desto besser ist die Bewertung. Danach wechseln die Rollen und es wird noch einmal getanzt. Nach der ersten Feedbackrunde rotiert ein Tanzteam zu einem anderen und das Procedere fängt von vorn an: Präsentation mit Beobachtung, Rückmeldung auf Feedback-Zielscheibe, kurzer Austausch, Rotation der Gruppen.

*Hinweis:* Seien Sie trotz dieser theoretischen und selbst organisierten Phase stets präsent und motivieren Sie Ihre SuS dazu, ihre Geschichten auch mehrmals hintereinander zu tanzen. Die SuS werden sehen, dass sie durch das ständige Wiederholen Sicherheit und Routine bekommen.

## **Ausklang**

### **Reflexion der Stunde**

Das Rotationsprinzip erfordert relativ viel Zeit. Dennoch sollten die SuS ihre Erfahrungen reflektieren. Auf zwei Dinge kann hier eingegangen werden: Zum einen können die SuS reflektieren, inwiefern sich die eigene Choreografie verbessert, wenn man sie wiederholt. Hier kann die eigene Feedbackzielscheibe hinzugezogen werden, die bei einigen SuS eine schrittweise Verbesserung aufzeigen wird. Zum anderen sollten die SuS reflektieren, inwiefern sie einem anderen Team durch ihr Feedback dazu verhelfen können, sich zu verbessern.

### **Körperteile-Fangen**

Es gibt 2–3 Fänger, die durch Parteibänder gekennzeichnet sind. Wer angetippt wurde, muss eine Hand an diese Stelle legen (z. B. an die linke Schulter) und so weiterlaufen. Wird er ein zweites Mal angetippt (z. B. am rechten Knie), muss er die andere Hand an diese Stelle legen. Nun wird es kritisch: Wird man ein drittes Mal angetippt, ist man aus dem Spiel oder tauscht die Rolle mit dem Fänger.

## **Doppelstunde 4: Wir entwickeln eine dritte Choreografie und geben Feedback**

### **Aufwärmen**

#### **Weichboden-Völkerball**

Die Regeln sind die vom klassischen Völkerball. Es gibt aber den Zusatz, dass in der Mitte beider Feldhälften je ein Weichboden steht, der unbedingt stehen bleiben muss. Das Ziel jeder Mannschaft ist es, entweder den gegnerischen Weichboden zu Fall zu bringen (indem man die Spieler von der Matte wegtreibt) oder den König abzuwerfen. Wer abgeworfen wurde, kann sich wie beim klassischen Völkerball wieder ins Spiel bringen, indem er einen gegnerischen Spieler abwirft.

*Hinweise:*

- Spannend wird es, wenn der König allein den Weichboden vor dem Umstürzen bewahren und gleichzeitig den Bällen ausweichen muss.
- Indirekte Treffer, die zuerst gegen den Weichboden und dann gegen einen Spieler gehen, zählen nicht.

#### **Marionetten**

Die SuS bilden Paare. Ein Partner stellt die Marionette dar, der andere den Marionettenspieler. Die Marionette sitzt zu Beginn in sich zusammengesunken auf dem Boden. Der Marionettenspieler richtet sie nun durch Ziehen an imaginären Fäden auf und lässt sie dann „tanzen“. Nach einiger Zeit werden die Rollen getauscht.

*Tipp:* Im Hintergrund kann das Stück „Caravansary“ von Kitaro eingespielt werden; es schafft eine ruhige, aber dennoch kreative Atmosphäre.

### **Hauptteil**

Diese Phase ist identisch mit der aus Doppelstunde 3. Die sich wiederholenden Abläufe schaffen für die SuS eine klare und transparente Struktur sowie eine zielführende Arbeitsatmosphäre. Das Hauptaugenmerk liegt nun wieder auf der Entwicklung der Choreografien.

Die SuS können in dieser Abschlussstunde nochmals alle Kompetenzen, die sie in den vorherigen Stunden erworben haben, einsetzen, und Sie können die Stunde für Beobachtung und Diagnose nutzen.

## Ausklang

### Reflexion der gesamten Unterrichtseinheit

Hier kann gemeinsam mit den SuS der Mehrwert eines solchen Unterrichtsinhalts zusammengefasst werden. Leitfragen könnten sein:

- Inwieweit kann ein solcher Unterrichtsinhalt, bei dem frei choreografiert wird, genau das Richtige für jeden Einzelnen sein?
- Inwiefern kann es zu Problemen kommen, wenn einem sehr viele Gestaltungsmöglichkeiten gegeben werden (Stichwort: Die Qual der Wahl)?
- Warum kann es jedoch wichtig sein, bei der Gestaltung von Choreografien auf Probleme zu stoßen?
- Warum kann eine Tanzchoreografie für den Kopf und für den Körper anspruchsvoll und anstrengend sein?

Die Reflexion kann den SuS bewusst machen, dass ein Inhalt, der zunächst Desinteresse oder Unsicherheit ausgelöst hat, Spaß machen kann, wenn man sich darauf einlässt und intensiv – gemeinsam mit anderen – daran arbeitet.

### Aussagen-Fangen

Die SuS stellen sich in der Mitte der Halle paarweise gegenüber auf und bilden so eine Gasse. (Die Rücken der SuS sollten zu den kurzen Seiten der Halle zeigen.) Stellen Sie sich an ein Ende der Gasse. Ziel ist es, den Partner gegenüber zu fangen, bevor dieser die hinter ihm liegende Wand erreicht hat, bzw. selbst davonzulaufen, ohne gefangen zu werden.

*Hinweise:* Jeder muss geradlinig davonlaufen, nicht kreuz und quer.

Formulieren Sie nun Aussagen, die entweder wahr oder falsch sind. Ist die Aussage wahr, wird die Person rechts von Ihnen gefangen, ist sie falsch, wird die Person links von Ihnen gefangen.

*Hinweis:* Die Aussagen können sich auf die vorangegangenen Stunden beziehen und Inhalte zum Thema wiederholen, z. B.: „Diskofox tanzt man auf einen 4/4-Takt.“ oder „Diskofox ist ein langsamer und ruhiger Tanz.“

# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Tanzen: Diskofox mit Partytanzelementen - mit einem Film*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](https://www.school-scout.de)

