

Inhaltsverzeichnis

Stundenübersicht Klassenstufen 5–7	9
1. Gumboot Dance: Schüler rhythmisch aus der Reserve locken	9
Stundenbild 1: „Gumboot Dance – Was ist das?“ – Den kulturellen Hintergrund kennenlernen und erste Schrittfolgen ausprobieren	11
Stundenbild 2: „Das können wir auch!“ – Entwickeln und Präsentieren eigener Schrittfolgen in Gruppenarbeit	21
Stundenbild 3: „Wo stehen und wie gehen wir?“ – Gestalten der Gruppenchoreographie unter besonderer Berücksichtigung von Aufstellungsformen und Raumwegen	27
Stundenbild 4: „Fehlt noch was?“ – Kriteriengeleitetes Feedback zur Verbesserung der eigenen Präsentation nutzen	36
Stundenbild 5: Präsentation und Prüfung	40
2. Bewegungstheater: Ich bin..., du bist..., wir sind... Mit Bewegungen darstellen	41
Stundenbild 1: Mit allen Sinnen – Wahrnehmungsübungen	42
Stundenbild 2: Bewegungsaufgaben folgen und Bewegungen erfinden	48
Stundenbild 3: „Wer bin ich?“ – Sich selbst und andere(s) darstellen	53
Stundenbild 4: Luftballon, Stab & Tuch – Was kannst du alles damit tun? Objekte als Gestaltungsanlass nutzen	58
Stundenbild 5: Zeitraffer und Zeiltlupe: Kleine Szenen spielen	64
Stundenübersicht Klassenstufen 8–10	66
3. Just Dance: Wir entwickeln eine Choreographie und tanzen, tanzen, tanzen...	66
Stundenbild 1: Jeder kann tanzen!	68
Stundenbild 2: Erlernen des Basicsschritts	71
Stundenbild 3: Einen eigenen Schritt entwickeln	75
Stundenbild 4: Lerner und Lehrer – Wir bringen uns selbst unsere Schritte bei	80
Stundenbild 5: Entwickeln einer eigenen Choreographie	83
Stundenbild 6: Übungszeit (+ Gestaltungsprinzip „Zeit“)	88
Stundenbild 7: Präsentation und Prüfung	91
4. Hip-Hop lernen und zur Musik gestalten: Wie lerne ich Tanzbewegungen am besten?	93
Stundenbild 1: Erarbeiten von Hip-Hop-Grundschriften über unterschiedliche Vermittlungswege	94
Stundenbild 2: Festigen und Üben der erlernten Hip-Hop-Grundschrifte	100
Stundenbild 3: Das Gestaltungselement Musik kennenlernen und nutzen	105
Stundenbild 4: Entwickeln und Festigen der Schrittfolge zur Musik	107
Stundenbild 5: Übungszeit	108
Stundenbild 6: Präsentation und Prüfung	109

<i>Stundenübersicht Oberstufe</i>	110
5. Einen eigenen Videoclip gestalten: Gestaltungsanlässe für soziale Lernerfahrungen nutzen	110
Stundenbild 1: Jeder kann tanzen!	113
Stundenbild 2: Übungen zur Gestaltungskreativität	116
Stundenbild 3: Einführung in Methoden des Bewegungstheaters	119
Stundenbild 4: Klären des Projektablaufs und Erstellen eines Projektplans	122
Stundenbilder 5–9: Freie Arbeitszeit	128
Stundenbild 10: Projektpräsentation	130
6. „Wir trainieren einmal anders, aber was genau?“ – Sh’Bam als tänzerisches Fitnessprogramm ausprobieren und kritisch hinterfragen	133
Stundenbild 1: „Sh’Bam – Was ist das?“ – Kennenlernen und Durchführen eines 45-minütigen Fitnessprogramms	135
Stundenbild 2: „Wir bringen uns selbst einen Tanz bei“ – Videogestütztes Erlernen der Grundschritte eines einfachen Sh’Bam-Tanzes in Kleingruppen I	137
Stundenbild 3: „Wir bringen uns selbst einen Tanz bei“ – Videogestütztes Erlernen der Grundschritte eines einfachen Sh’Bam-Tanzes in Kleingruppen II	140
Stundenbild 4: „Ist das wirklich ein Ausdauertraining?“ – Überprüfen von Anspruch und Wirklichkeit des Sh’Bam-Programms mithilfe des individuellen Trainingspulses	144
Stundenbild 5: „Wie geht es anstrengender?“ – Variieren des Grundtanzes mit dem Ziel der Steigerung der Intensität	153
Stundenbild 6: „Jetzt wird’s ernst“ – Das Fitnessprogramm präsentieren und kritisch reflektieren	154
Literaturverzeichnis	155
Die Autorin	156