

#### 4. Übersicht von möglichen Stundeninhalten für die Grundschule und weiterführende Schule

##### 4.1 Geeignete Stundeninhalte für die Grundschule

###### Grundbewegungsformen und Bewegungsabläufe gestalten

- Beispiele: Laufen, hüpfen, gehen, springen, galoppieren, humpeln, hinken, schleichen
- Allein, mit Partner, in der Gruppe, mit rhythmischer Begleitung oder Musik, im Bewegungs-, Sing-, Tanz- und Darstellungsspiel in den o.g. Bewegungsformen
- Kreative Bewegungsmöglichkeiten erfinden (adäquate Beispiele):
  - Tiere, Pflanzen, Gegenstände und Figuren darstellen (Beispiele):
    - Katze, Hahn, Frosch, Elefant, Schildkröte, Mücke
    - Blume, Grashalm, Baum, Wald
    - Stuhl, Ball, Löffel, Abfalleimer, Schere
    - Flugzeug, Mixer, Waschmaschine, Roboter, Computer
  - Gefühle, Stimmungen, Eigenschaften, Begriffe ausdrücken
    - Fröhlichkeit, Langeweile, Wut, Traurigkeit, Angst
    - vorsichtig, geziert, ruhig, wild, eintönig, kalt, lebhaft, leicht - schwer
    - rund - eckig, geschwungen - gerade, Fülle - Leere
  - Alltagserlebnisse, Vorgänge, Geschichten darstellen
    - Morgens aufwachen und aufstehen, Verlorenes suchen und finden
    - Streit und Versöhnung mit Freunden
    - Eine Seifenblase platzt, ein Vulkan bricht aus, ein Kornfeld im Wind
    - Ein Kartenturm fällt um, ein Vorhang weht, ein Roboter geht
    - Märchen, z.B. "Die Bremer Stadtmusikanten", "Hänsel und Gretel", "Peter und der Wolf", "Bilder einer Ausstellung"

### Tänzerische Bewegungsformen

- Einzel, als Gruppe, als Paare, nebeneinander und gegenüber aufstellen und mit einer Hand oder mit beiden Händen, an den Händen oder an den Hüften/oder an den Schultern, über Kreuz fassen, sich einhaken
- Tanzelemente akzentuieren: Stampfen, klatschen, schnipsen, wippen, federn
- Raumformen kreieren: Kreis, Gasse, Schlange
- Mit einem Luftballon als Tanzpartner tanzen
- Sich beim Tanzen um die eigene Achse drehen
- Allgemeine spielerische Einführung in das Tanzen
  - Bewegte Buchstaben
  - Klatschparade
  - Autospiele
  - Stopp-Tanz (Freeze)
  - Tanz der Atome
- Geeignete Tänze (Auswahl)
  - Polonaise
  - Schneeballtanz
  - Sitzboogie
  - Lateinamerikanischer Tanz Cha Cha Cha (Bandwurm-Cha Cha Cha) und Standardtanz Langsamer Walzer (Lokomotive) in spielerischer Form
  - Folklore
  - Hip Hop
  - Rock 'n' Roll (vereinfachter Grundschrift)
  - Aktuelle Styles

#### 4.2 Geeignete Stundeninhalte für die weiterführende Schule

Die in der Grundschule angeeigneten tänzerischen Bewegungsformen sowie die Erfahrungen mit dem eigenen Körper sollen aufgegriffen werden und unter den Perspektiven „Sich körperlich ausdrücken“ und „Bewegung rhythmisch-dynamisch und räumlich variiert alleine, mit dem Partner oder in der Gruppe tänzerisch gestalten“ entwickelt werden.

Erweist es sich, dass grundlegende Bewegungsformen aus der Grundschule vertieft oder erneut aufgegriffen werden sollten, so kann auch auf o.g. Inhalte und Methoden zurückgegriffen werden.

### **Ausgewählte tänzerische Bewegungsabläufe üben, variieren und gemeinsam gestalten**

- Bewegungsabläufe rhythmisieren
- Einzelbewegungen in Partnerbezug bringen
- Räumliche Variationen finden
- Einzelformen miteinander verbinden
- Kenntnisse einfacher choreografischer Gestaltungsmöglichkeiten
- Ausdrucksmöglichkeiten des eigenen Körpers mit Musik auch in Bezug zum Partner und der Klein- und Großgruppe erfahren
- einfache Schrittfolgen des ausgewählten Tanzes erlernen und vertiefen
- Sich mit dem Partner und in der Gruppe synchron bewegen
- Bewegungsgestaltung mit Partner und in der Gruppe erarbeiten
- Beispiele für Inhalte:

### **Bewegungsrepertoire erweitern, kooperieren und präsentieren**

- Vorgegebene Formen eines Tanzes übernehmen und das Bewegungsrepertoire erweitern
- Kenntnisse zur Herkunft des Tanzes und der verwendeten Musik in der choreografischen Gestaltung verarbeiten
- Erlernen weiterer Tänze
- Im Laufe des Gestaltungsprozesses einer Choreografie sich verständigen, kooperieren, die Ergebnisse umsetzen und reflektieren
- Gestaltungen in einer Präsentation (z.B. in einer Formation) zu passenden schulischen Veranstaltungen aufführen

Exemplarische und bewährte Tanzformen für die Schule und den Einsatz im Ganzttag sind die nachfolgend genannten Tanzarten:

- Standard- und Lateinamerikanische Tänze (Schwerpunkt: Langsamer Walzer, Tango, Quickstep sowie Cha Cha Cha, Rumba, Jive), Jazz and Moden Dance, Rock ´n´ Roll, Videoclip-Dancing, Hip Hop, Line Dance, Jumpstyle und weitere Styles der modernen Tanzszene, Showtanz, Folkloretänze, Darstellender Tanz, Bewegungstheater, Pantomime u.v.a.m.

**Hessischer Tanzsportverband e.V.**



Es wird explizit auf das Buch „Tanz in der Schule“ (Hrsg.: Deutscher Tanzsportverband e.V.), vgl. Literaturverzeichnis, hingewiesen, indem weitere Anregungen sowie die genannten Tänze und spielerischen Einführungen in das Tanzen näher erläutert werden.

Grundsätzlich sind die allermeisten Tanzarten für den Einsatz im Ganztage geeignet, sofern sie didaktisch reduziert und angemessen in den jeweiligen Altes- und Jahrgangsstufen angeboten werden.