

2. Ausgewählte Vorgehensweisen (Inhalte und Methoden)

2.1 Sportartbezogene Ziele

Rhythmisch-tänzerische Inhalte sollten sich an den Interessen und Bedürfnissen sowie am Könnensstand der SuS selbst orientieren. Je jünger die SuS desto stärker ist der Bewegungsdrang und umso verspielter die Herangehensweise an die rhythmisch-tänzerische Gestaltung. Je älter die SuS desto mehr treten im Alltag der Heranwachsenden die neuen Medien in den Vordergrund. Hier lassen sich durch Internetrecherche des Unterrichtenden oder der Jugendlichen die aktuellsten Trends aufzeigen und diese können zur Grundlage der eigenen Tanzgestaltung werden. Die Motivation durch diese Video-Clips sollte nicht unterschätzt werden, da die hier gezeigten Tänzerinnen und Tänzer die Ausdrucksweise und Körpersprache sowie die Lebenskultur der SuS verkörpern und vertanzten.

Neben der Vermittlung grundlegender tänzerischer Bewegungselemente am Ort und in der Fortbewegung sollten folgende Schwerpunkte Ziel der Tanzausbildung sein:

- Ganzheitliche Förderung der SuS unter Einbeziehung ihrer Motivation für die tänzerische Bewegung durch das Stellen vielseitigster Aufgaben.
- Förderung der Kreativität durch Anregung der Fantasie mit den entsprechenden Impulsen in den Aufgabenstellungen.
- Prozessorientierte Vorgehensweise in der Entwicklung der tänzerischen Gestaltung, um das „Erleben des eigenen Tuns“ zu ermöglichen.
- Geduld und Einfühlungsvermögen innerhalb des Entstehungsprozesses einer Choreografie entwickeln, insbesondere in schwierigen Phasen der Gestaltung des Projektes
- Kennenlernen einfacher Grundregeln im Verhalten in einer Gruppe

2.2 Sportart- und fächerübergreifende Ziele

Die Sportart Tanzen bietet mit ihren vielseitigen Disziplinen, Richtungen und Stilen wesentliche Beiträge zur ganzheitlichen Erziehung der SuS.

„Jeder Mensch trägt den Tänzer in sich“ (Fred Astaire). Es wird unabhängig von Alter, Kultur, Ort oder Geschlecht getanzt, alleine, zu zweit, in der kleinen oder großen Gruppe. Daher eignet sich Tanzen für den außerunterrichtlichen Schulsport ebenso wie für den Sportunterricht im Ganztags im Bereich der freiwilligen Unterrichtsveranstaltungen in Neigungsgruppen und Arbeitsgemeinschaften.

Die unterschiedlichen Möglichkeiten des Herangehens ermöglichen unerfahrenen wie erfahrenen SuS kreativ zu sein und in der Entwicklung einer Bewegung sowie einer Choreografie sich selbst zu erfahren.

Jeder SuS kann auf seiner Könnensstufe Erfolgserlebnisse erzielen und lernen, sie wahrzunehmen. Somit wird ein wesentlicher Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung geleistet.

In der Auseinandersetzung mit der Körperbewegung im Tanzen gibt es im weiteren Sinne kein richtig oder falsch, dennoch finden in Gruppengestaltungen Entscheidungsprozesse statt die zu Konflikten führen können und den SuS Kooperationsfähigkeit abverlangen und somit ihre soziale Kompetenz fördern.

Im sportlichen Tanzen, das z.B. auf Mannschaftswettbewerbe (Schulsportwettbewerb „Jugend trainiert für Olympia“) ausgerichtet ist, gilt es Erfolge und Niederlagen zu verarbeiten. Das Erlebnis in der Gruppe stellt hier einen wesentlichen Beitrag dar.

Tanzen entwickelt und fördert die konditionellen Fähigkeiten wie Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit mit ihren komplexen Formen sowie insbesondere auch die Beweglichkeit, die gerade bei Kindern und Jugendlichen in der Ganztagskonzeption in der Schule durch die vielen sitzenden Tätigkeiten besonderer Förderung bedarf. Im Bereich der Schulung der koordinativen Fähigkeiten bietet die tänzerische Bewegung enorme positive Möglichkeiten der Entwicklung, da der gesamte Körper in die Tanzbewegung mit eingebunden ist.

Das Beschäftigen mit Bewegung im Tanzen in Verbindung mit der Musik als eine elementare Form des Ausdrucks eines Menschen trägt entscheidend zur stärkeren Vernetzung neuronaler Strukturen bei. Auch das heutzutage weniger ausgeprägte Hin- und Zuhören ist über die Verbindung Musik und Tanz gegeben und erfordert eine hohe Konzentrationsfähigkeit.

Ein fächerübergreifender Unterricht ist mit mehreren Fachrichtungen möglich. Nachfolgend exemplarisch einige Vorschläge: Musik und Tanz (z.B. Taktarten/Musikanalyse, Singen und Bewegung); Erdkunde und Tanz (z.B. Weltreise); Kunst und Tanz (z.B. Bilder werden vertanzt und damit in Bewegung umgesetzt); Biologie und Tanz (z.B. Tiere in ihrer Bewegung und Lebenswelt nachahmen)

2.3 Erwartungen von Schülerinnen und Schülern, langfristige Motivation

Tanzinteressierte SuS, die man für die Sportart Tanz motivieren möchte, haben in ihrer Altersgruppe entsprechend häufig Vorbilder in der Tanz- und Musikszene. Verschiedene Musikgruppen und Solisten präsentieren in den entsprechenden Videoclips ihre Musik in Verbindung mit Tanzeinlagen. Hier entsteht oft der Wunsch, sich einmal so bewegen zu können wie das Idol, für das man schwärmt, oder die in die Gesamtpräsentation integrierte Tanzgruppe.

Jungen reagieren gerne auch auf die akrobatischen Teile und fühlen sich hiervon angezogen. Solche Einflüsse sollte man nutzen, um den SuS ein Gefühl zu geben, tanzen zu können wie die Stars.

Des Weiteren sollten die Jugendlichen ein erreichbares Ziel vor Augen zu haben, bspw. einen Auftritt bei einem Klassen- und/oder Schulfest und Schul- und Abiturball. Gestaltet sich die Aktivität in Zusammenarbeit der Schule mit einem Verein, bietet sich auch die Möglichkeit, Präsentationen zu verschiedenen anderen Gelegenheiten durchzuführen. Auch die Einbeziehung der Eltern zu solchen Anlässen ist hier gewinnbringend.

Die Abnahme des Tanzsternchens für jüngere SuS oder des Tanzsportabzeichens des Deutschen Tanzsportverbands e.V. für Jugendliche ist ebenfalls eine Möglichkeit, langfristig zielgerichtet das Angebot aufrecht zu erhalten und die Motivation zu fördern.

2.4 Darstellung von Beispielstunden

2.4.1 Möglichkeiten der Gestaltung tänzerischer Bewegungen in einer Tanzchoreographie

Nachfolgend werden zwei Unterrichtsstunden zweier verschiedener Tanzarten exemplarisch dargestellt: Hip Hop und der Lateinamerikanische Tanz Cha Cha Cha.

2.4.1.1 Hip Hop

Die Unterrichtsstunde „Hip Hop als Ausdrucksform im Tanzen“ innerhalb der Unterrichtseinheit „Die Gestaltung einer Tanzchoreographie“ wird im Folgenden dargestellt.

Die SuS lernen Hip Hop spezifische Tanzbewegungen kennen und bekommen eine Vorstellung von einem genrebewussten Ausdruck, indem sie sich zunächst zu unterschiedlichen Musikrichtungen bewegen, Hip Hop spezifische Tanzschritte deduktiv erlernen, diese anschließend in einer arbeitsteiligen Gruppenarbeit Neu-, Um- und

Nachgestalten und die erarbeiteten Schritte auf der Basis zuvor gesammelter Kriterien in Hinblick auf den Ausdruck besprechen.

Nachfolgend sind die Förderziele mit den intendierten Kompetenzen und deren Indikatoren der exemplarisch dargestellten Unterrichtsstunde aufgeführt.

Bewegungskompetenz	Indikatoren
Die SuS	indem sie
<ul style="list-style-type: none"> - erweitern ihre Bewegungskennnisse, - verbessern ihre Körpererfahrung, - verbessern ihre Ausdrucksfähigkeit, 	<ul style="list-style-type: none"> - neue Hip Hop-Schritte deduktiv erlernen. - verschiedene Tanzschritte ausprobieren und sich gegenseitig Rückmeldung geben. - in der Erarbeitungsphase auf ihren Ausdruck achten und sich gegenseitig Rückmeldung geben.
Teamkompetenz/Sozialkompetenz	
Die SuS	indem sie
<ul style="list-style-type: none"> - übernehmen Verantwortung für sich selbst und ihre Mitschüler/- innen, - kooperieren, - verhalten sich hilfsbereit und nehmen Rücksicht aufeinander, - unterstützen sich, 	<ul style="list-style-type: none"> - sich gegenseitig bei der Erarbeitung der Tanzschritte unterstützen. - bestimmte Rollen einnehmen. - aufeinander zugehen und Kritik konstruktiv äußern. - sich gegenseitig Rückmeldung geben.
Urteils- und Entscheidungskompetenz	
Die SuS	indem sie
<ul style="list-style-type: none"> - erweitern ihre Entscheidungskompetenz, - erweitern ihre Urteilskompetenz, 	<ul style="list-style-type: none"> - sich einigen, welche Tanzschritte sie präsentieren möchten. - die Präsentationen reflektieren.
Sachkompetenz	
Die SuS	indem sie
<ul style="list-style-type: none"> - erkennen wichtige Aspekte, die für einen guten Ausdruck beim Tanzen relevant sind, 	<ul style="list-style-type: none"> - diese zunächst benennen, umsetzen und in der Reflexion Rückmeldung geben und bekommen.
Methodenkompetenz	
Die SuS	indem sie
<ul style="list-style-type: none"> - erweitern ihre Präsentationskompetenz, 	<ul style="list-style-type: none"> - die erarbeiteten Tanzschritte präsentieren.



Geplanter Unterrichtsverlauf „Hip Hop als Ausdrucksform im Tanzen“

Phase/ Unterrichts Schritte	Unterrichtsgeschehen	Didaktische Funktion/ Intendierte Kompetenzerweiterung/ Förderaspekte	Sozialform/ Methode	Material
Einstieg	<p>Lehrkraft begrüßt SuS</p> <p>Einheitsverlauf wird visualisiert (z.B. an einem Plakat).</p> <p>SuS bewegen sich selbstständig zu verschiedenen Musiksamples durch die Halle und sollen ihre Bewegung auf die Musikrichtungen anpassen. Auf Musikstopp erfolgt die „Freeze“-Position</p>	<p>Visuelle Auseinandersetzung des Stundenthemas. [Eisbrecher]</p> <p>Transparenz</p> <p>Förderung der Bewegungskompetenz. Auditive Wahrnehmung der verschiedenen Musikrichtungen, antizipieren und selbstständiges Umsetzen in eine rhythmische Bewegung.</p>	Unterrichtsgespräch	<p>Plakat</p> <p>Musik (Freeze-Spiel), CD-Player</p>
Kognitive Phase I	<p>Allgemeine Ausdruckskriterien werden im Gespräch mit SuS gesammelt</p> <p>➔ Schülerbeiträge werden stichpunktartig an der Flipchart festgehalten.</p>		Unterrichtsgespräch	Flipchart

Überleitung	<p>Überleitung zum heutigen Stundenthema: „ <i>Mit welchem Stil wollen wir uns heute beschäftigen?</i>“</p> <p>SuS begrüßen sich im Hip Hop-Stil</p>	Bewusste Auseinandersetzung mit dem Stundenthema, Transparenz		
Erarbeitungsphase I	<p>Lehrkraft zeigt Mini-Choreographie mit einfachen Schritten (frontal). Vier 8er Zählzeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ein 8er side steps rechts • ein 8er side steps links • 8 Zählzeiten zu je vier jump kicks double time • ein 8er Sternschritt 	Förderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung. Die vorgegebene Übung in eine möglichst rhythmische und synchrone Bewegung umsetzen (Bewegungskompetenz).	L-Demonstration	Musik, CD-Player
Kognitive Phase II	Lehrkraft erklärt das weitere Vorgehen in Kleingruppen. Schüler und Schülerinnen entscheiden sich selbstständig für eine Gruppe je nach Leistungsstand	Förderung der Selbsteinschätzung. Urteils- und Entscheidungskompetenz.	Unterrichtsgespräch	
Erarbeitungsphase II	<p>Die Begriffe „NEUGESTALTEN“ (Gruppe A) „UMGESTALTEN“ (Gruppe B), „NACHGESTALTEN“ (Gruppe C) werden via Zettel an die Wand gehängt und von der Lehrkraft erläutert. Die Schüler/innen ordnen sich nach Interesse den Gruppen zu.</p> <p>SuS haben nun die Möglichkeit, in ihren selbst eingewählten Kleingruppen zu üben. Es sollen zwei bis vier 8er Zählzeiten erstellt werden.</p> <ol style="list-style-type: none"> a) gute Tänzer: Kreative Gruppe – Tanz wird erweitert b) mittlere Tänzer: Grundschrifte 	Förderung der Bewegungskompetenz sowie der Teamkompetenz	<p>Gruppenarbeit</p> <p>Gruppengröße A und B = 3-5 SUS Gruppengröße C = unbegrenzt</p>	AB mit Zählzeiten

	<p>umgestalten z.B. durch Armbewegungen</p> <p>c) unerfahrene Tänzer: geleitete Erweiterung der Choreographie →AB mit Zählzeiten zum Notieren der Gruppenergebnisse</p>			
Präsentation	<p>Lehrer erklärt den Ablauf: Zu Beginn wird gemeinsam der Grundschrift getanzt. Danach beginnt die erste Gruppe ihr Ergebnis zu präsentieren, die anderen Gruppen sitzen auf dem Boden. Die weiteren Gruppen stellen nach dem gleichen Prinzip vor.</p>	<p>Förderung der Präsentationskompetenz, Rhythmisierungs- und Umstellungsfähigkeit</p>	Lehrer-Vortrag	Musik, Videokamera
Reflexion	<p>Die Präsentation wird SuS gezeigt.</p> <p>Beobachtungsauftrag: Beschreibe Unterschiede im Ausdruck. → Bezug auf die Einstiegsphase</p>	<p>Sprachkompetenz. Förderung der Beobachtungsfähigkeit zum einem durch das Reflektieren der eigenen Bewegungskompetenz und das Wahrnehmen von Bewegungen der anderen Gruppenteilnehmer/innen (Selbst-/Fremdwahrnehmung)</p>		Videokamera, Laptop, Beamer, Flipchart

2.4.1.2 Cha Cha Cha

Im Rahmen der Unterrichtseinheit „Vom Grundschrift zur Choreographie im Lateinamerikanischen Tanz Cha Cha Cha“ wird nachfolgend die Unterrichtsstunde „Vom Cha Cha Cha im Kreis in eine weitere Raumform tanzen“ exemplarisch dargestellt.

Didaktisch-methodische Überlegungen zur Unterrichtseinheit und -stunde

- Die Unterrichtseinheit „Vom Grundschrift zur Choreographie im Lateinamerikanischen Tanz Cha Cha Cha ist dem Bewegungsfeld „Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten“ zuzuordnen unter Berücksichtigung der Pädagogischen Perspektive „Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten“.
- Die Auswahl des Tanzes Cha Cha Cha sowie die Figurenvariationen orientieren sich dabei an den Ausführungsbestimmungen zur sportpraktischen Abiturprüfung.
- Der Cha Cha Cha hat für viele SuS verschiedenen Alters aufgrund seiner musikalisch-rhythmischen Struktur einen hohen Motivationscharakter und die meisten Basic-Figurenfolgen sind für Tänzerinnen und Tänzer identisch, sodass eine Rollenverteilung nicht notwendig ist.
- Kennzeichnend für diesen Lateinamerikanischen Tanz ist das Tanzen am Platz ohne größere Fortbewegung im Raum, wobei die Positionswechsel der Paare in einer Formation eine große Anforderung an das koordinative Vermögen der Gruppe darstellen, da die Schülerinnen selbstständig Schrittkombinationen entwickeln müssen, um über einen festgelegten Raumweg eine neue Position in der neuen Raumform der Formation zu erreichen.
- Entsprechend meiner Konzeption, die SuS weitestgehend an der Planung und Durchführung der Unterrichtseinheit zu beteiligen, übernahmen in der ersten Stunde der Unterrichtseinheit die tänzerisch erfahrenen Schülerinnen die Vermittlung einfacher Figurenvariationen wie New Yorker, Hand to Hand und Spot Turn. In der darauffolgenden Stunde wurde der Cha Cha Cha im Kreis eingeführt mit der Möglichkeit Partnerwechsel durchzuführen.
- Heute sollen die SuS zu Beginn in Kleingruppen schriftlich mögliche Raumformen innerhalb einer Formation erarbeiten und untereinander im Plenum austauschen. Die Ergebnisse dienen als Grundlage für die anschließende praktische Erarbeitung vom Cha Cha Cha im Kreis in Gruppen von drei bis vier Paaren in eine oder auch alternativ zwei andere selbst gewählte Raumformen zu tanzen.
- Die methodische Vorgehensweise vom Bekannten zum Unbekannten bietet den Schülerinnen zum einen die Sicherheit auf bekannte Schritte zurückzugreifen, zum anderen verlangt sie Flexibilität und Kreativität in der Anwendung in Verbindung mit den Raum- und Positionswechseln innerhalb der Formation.

- Sollten in den Gruppen in Hinsicht motorischer, kognitiver oder sozial-affektiver Form Probleme auftreten, können diese zunächst in der Kleingruppe thematisiert werden, um sie später im Plenum vorzutragen und gemeinsam Lösungsmöglichkeiten zu finden.
- Die Gruppen sollen ihr Ergebnis im letzten Teil der Stunde präsentieren, um die verschiedenen Gestaltungsmöglichkeiten aufzuzeigen. Ist eine Gruppe noch nicht in der Lage ihr Ergebnis vorzustellen, so werde ich nicht auf eine Präsentation bestehen. Im Laufe der Erarbeitung kann ich mich in den Gruppen über den Verlauf der Gruppenarbeit informieren, um dies bereits im Vorfeld abzuklären. Eingangs in der Lerngruppenbeschreibung genannte Gründe könnten hierauf einen Einfluss haben.
- In einer anschließenden aufbauenden Unterrichtseinheit werden die SuS mit der Analyse von Musikstücken vertraut gemacht werden, ein fächerübergreifender Aspekt kommt somit zum Tragen. Sie sind danach in der Lage, Ihre Bewegungsformen nach räumlichen, zeitlichen, dynamischen und rhythmischen Aspekten in Form einer Gesamtchoreographie zu gestalten sowie in schriftlicher Form zu fixieren, was in die Beurteilung der Gestaltung mit eingeht.

Einordnung der Unterrichtsstunde in die Unterrichtsreihe

Std.	Thema und Inhalte	Zentrale Kompetenzen
2	Lateinamerikanischer Tanz auf dem Prüfstand – Erarbeitung von Charakteristika des Lateinamerikanischen Tanz sowie Einführung des Cha Cha Cha-Grundschriffs und einer Variation im Paartanz	SuS erweitern ihre Urteils- und Entscheidungskompetenz, indem sie Merkmale des Cha Cha Cha anhand eines Videos erarbeiten und diese (z.B. Rhythmus, Fußtechnik, Armposition, Körperhaltung) zuordnen.
4	Festigung des Grundschriffs und Erweiterung der Choreographie unter Berücksichtigung der Tanzhaltung und des Rhythmus	SuS erweitern ihre Bewegungskompetenz, indem sie ein Repertoire von Figuren aufbauen und eine Choreographie mit Tanzpartner selbständig beginnen und tanzen.
6	Festigung und Vertiefung der Cha Cha Cha-Choreographie unter Berücksichtigung von Tanz-kontrastierenden Aspekten zur Führung (Druck- und Gegendruck)	SuS erweitern ihre Urteils- und Entscheidungskompetenz/Bewegungskompetenz, indem sie erfahren, wie man einen Partner in unterschiedlichen Haltungen im Raum führt.
8	Vom Miteinander-Nebeneinander zum Miteinander-Voreinander – Erarbeitung des Cha Cha Cha im Kreis	SuS erweitern ihre Bewegungskompetenz, indem sie Möglichkeiten entwickeln, aus einer nebeneinander stehenden in eine voreinander stehenden Position zu tanzen.
10	s.o.	(s. Unterrichtsstunde)

12	<p>Cha Cha Cha unter Beobachtung – Vertiefung der Formation durch Lernpartnerschaften und Feedback zur Ausführung und des Ausdrucks</p>	<p>SuS erweitern ihre Teamkompetenz, indem sie anhand eines Kompetenzrasters mit den bereits erarbeiteten Merkmalen (vgl. Std. 2) mit dem eigenen Tanzpartner zusammen ein anderes Paar beobachten und Feedback zur Bewegungsoptimierung geben.</p>
14	<p>Let's Dance – Überprüfung koordinativer Fertigkeiten im Cha Cha Cha</p>	<p>Leistungsüberprüfung (Paartechnik und Formation)</p>

Geplanter Stundenverlauf „Vom Cha Cha Cha im Kreis in eine weitere Raumform tanzen“

Phase	Lerninhalte	Organisationsform	Medien
Einstieg	Begrüßung Vorstellung des Themas der Stunde Hinweise zur Durchführung der Erarbeitung 1	L-Vortrag L-S-Gespräch	Vorlage
Erarbeitung 1	Theorie: Raumformen für Gestaltung einer Formation aufzeichnen und benennen	Gruppenarbeit	Arbeitsunterlagen
Plenum	Austausch der Ergebnisse der Gruppenarbeit	S-S- u. L-S-Gespräch L-Vortrag	

Erwärmung	Cha Cha Cha im Kreis	Gesamtgruppe, Kleingruppen	Musikgerät, CD
Erarbeitung 2	Von der bekannten Raumform „Kreis“ in eine (alternativ) selbständig erarbeitete weitere Raumformen tanzen auf der Grundlage der Ergebnisse von Erarbeitung 1	Gruppenarbeit	Musikgerät, CD Arbeitsunterlagen
Präsentation	Präsentation der Ergebnisse mindestens einer Gruppe	S-Demonstration	Musikgerät, CD
Plenum	Austausch eventuell aufgetretener Probleme	S-S-Gespräch L-S-Gespräch	
Abschluss	Ausblick	L- Vortrag	

2.4.2 Hilfreiche Ratschläge für die Konzeption von Unterrichtsstunden

- Lerngruppenadäquate Themen anbieten
- Vom Bekannten zum Unbekannten:
 - Eine kleine Bewegungsfolge vorgeben (selbst entworfen); eine kurze Sequenz aus einem Videoclip; Arbeitskarten mit Schrittkombinationen vorlegen; Experten-SuS einbeziehen), Einstudieren der Bewegungsfolge und weiter entwickeln lassen
- Vom Leichten zum Schweren:
 - Rhythmusschulung, Festigung des Hörens über z.B. Klatschen oder Stampfen
 - Zunächst auf die Schrittkombination eingehen und die Bewegung der Arme weglassen und in einem weiteren Schritt die Arme einbeziehen
 - Binnendifferenzierte Vorgehensweise: Unerfahrene SuS üben die Schrittkombination weiter, die erfahrenen SuS entwerfen entsprechende Armbewegungen und studieren mit den anderen SuS ein
- Unterschiedliche Stilrichtungen, multikulturelle Tanzformen in einer Gruppe integrieren z.B. in Form eines Themas (z.B. Musical West Side Story)
- Kleine Zwischenziele setzen, erfahrene SuS überfordern sich schnell, weil sie zu viel wollen
- Experten finden, SuS helfen sich gegenseitig in den unterschiedlichen Tanzstilrichtungen z.B. Hip Hop-Experte/Cha Cha Cha-Experte
- SuS, die in anderen Sportarten eher zurückhaltend agieren finden im Tanzen ein neues Betätigungsfeld, werden aktiv und begeistern andere SuS

