

Volkstanz L2

Choreographie mit Partnerbezug und verbaler Unterstützung

Ziele: - Volkstanz "Jiffy Mixer" erwerben
 - Sich mit verbaler Unterstützung bewegen
 - Vorgegebene Bewegungsmuster im Takt der Musik durchführen können

Umfang: 3 Lektionen
Level / Stufe: L2 / Unterstufe (3. Schuljahr)
Voraussetzungen: Beobachten und nachmachen können
Stichworte: Tanzen, verbale Unterstützung, Volkstanz, Kreisformation, Rhythmus

Übersicht über die Unterrichtseinheit

1. Lektion:

Volkstanz erwerben im Schwarm und in einem grossen Kreis

2. Lektion:

Volkstanz anwenden im grossen Kreis und mit Partnerbezug im Doppelkreis

3. Lektion:

Die SuS präsentieren den gesamten Tanz in Kleingruppen

1. Lektion

Einstimmung

Heisse Kartoffel

Alle SuS laufen zur Musik durch die Halle. Sie reichen einander einen Ball (heisse Kartoffel) weiter (Achtung: nicht werfen!). Man muss die Kartoffel annehmen und möglichst schnell wieder loswerden. Fällt die heisse Kartoffel zu Boden, muss derjenige S sie aufnehmen, für den sie gedacht war. Plötzlich stoppt die Musik. Der S, welcher in diesem Moment die Kartoffel hält, verbrennt sich daran die Finger und muss seine Hände zuerst wieder abkühlen, indem er eine Zusatzaufgabe löst: z.B. zum Teich laufen (im Kreis ausgelegte Seile), die Hände darin kühlen (Boden berühren) und zweimal schnellstmöglich um den Teich hüpfen (verschiedene Arten).

Variationen:

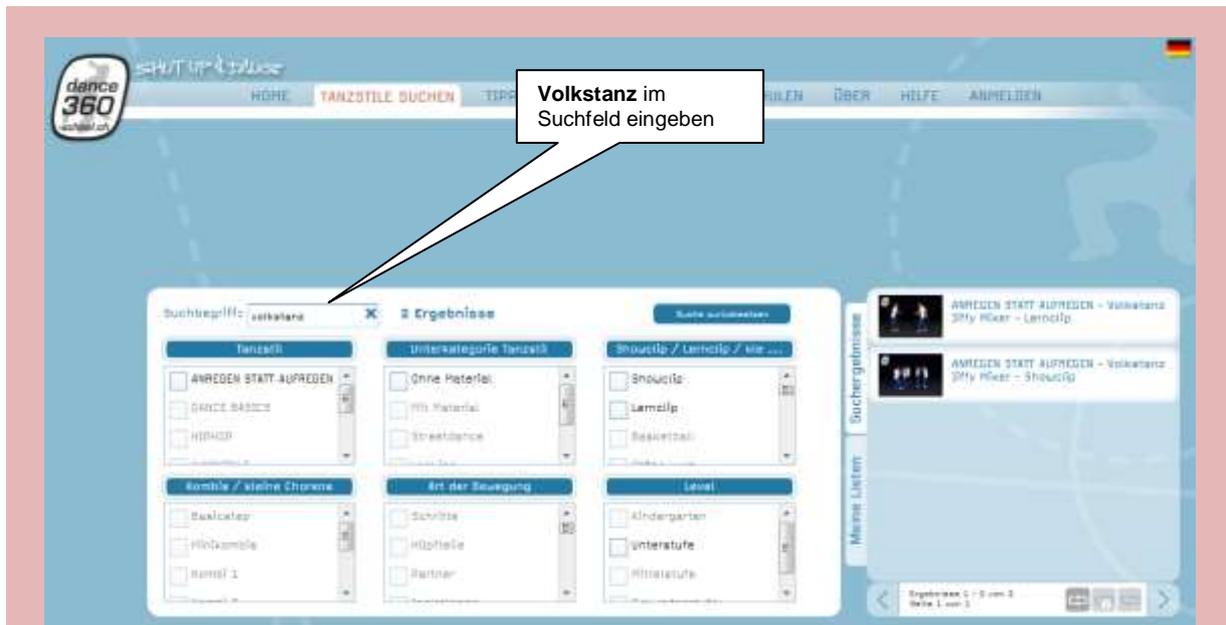
- Der S, welcher die Kartoffel nehmen muss, wird beim Namen genannt.
- Mehrere Kartoffeln werden gleichzeitig herumgereicht.

Hauptteil

Volkstanz erwerben

Im Vorfeld der Lektion schaut sich die Lehrperson den Tanz auf www.dance360-school.ch an ("Tanzstile suchen", im Suchfeld **Volkstanz** eingeben) und übt anhand des Lernclips den gesamten Ablauf oder auch nur den ersten Teil.

Auf der nächsten Seite ist zudem eine verbale Ausformulierung des Tanzes zu finden.



Zum Erlernen des Tanzes mit den SuS verschiedene Methoden (siehe auch Organisationshilfen/methodisch-didaktische Hinweise) wählen:

- Die LP zeigt vor, die ganze Klasse macht nach. Die SuS stellen sich im Schwarm auf.
- Eine Hälfte tanzt, die andere Hälfte schaut zu und klatscht im Takt mit.
- Als verbale Unterstützung (siehe unten) sprechen die SuS den Text mit.
- Die SuS üben in einem grossen Kreis, in Paaren oder im Schwarm.

Der Volkstanz kann zu verschiedenen Musikstücken getanzt werden (siehe Material).

Ausklang

Rücken an Rücken

Die SuS stellen sich paarweise Rücken an Rücken hin und verhaken die Arme ineinander. Dann versuchen sie sich hinzusetzen ohne dabei die Arme voneinander zu lösen.
(Tipp: Rücken fest aneinander pressen und dabei vorsichtig die Füsse nach vorne bewegen).
Danach probieren die Paare wieder aufzustehen ohne sich dabei loszulassen.

Variation:

Die Übung mit mehreren SuS ausprobieren. Hierzu einen Kreis bilden. Je mehr SuS desto schwieriger.

Tanzbeschreibung und verbale Unterstützung zum Volkstanz „Jiffy Mixer“:

1. Teil (4x8 Zeiten)

Schritt	Zähleinheiten:
<p>1a. 1x8 Den rechten Fuss abwechselnd mit der Ferse oder der Fussspitze auf den Boden tippen. Danach 2 Schritte zur rechten Seite machen.</p>	<p>1 ("Ferse") 2 ("Spitze") 3 ("Ferse") 4 ("Spitze") 5 ("Seite") 6 ("Schliessen") 7 ("Seite") 8 ("Schliessen")</p>
<p>1b. 1x8 Den linken Fuss abwechselnd mit der Ferse oder der Fussspitze auf den Boden tippen. Danach 2 Schritte zur linken Seite machen.</p>	<p>1 ("Ferse") 2 ("Spitze") 3 ("Ferse") 4 ("Spitze") 5 ("Seite") 6 ("Schliessen") 7 ("Seite") 8 ("Schliessen")</p>
Wiederholen von 1a und 1b (2x8)	Dito oben

2. Teil B (4x8 Zeiten)

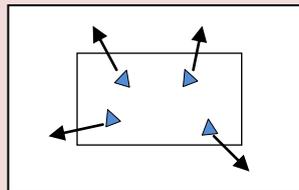
Schritt	Zähleinheiten:
<p>2a. 1x8 Beidbeinig nach hinten hüpfen und dabei klatschen</p>	<p>1 ("Hüpf ") 2 ("Klatsch") 3 ("Hüpf") 4 ("Klatsch") 5 ("Hüpf") 6 ("Klatsch") 7 ("Hüpf") 8 ("Klatsch")</p>
<p>2b. 1x8 Locker und langsam 4 Schritte nach vorne laufen und dabei mit den Fingern schnippen</p>	<p>1 ("Schritt") 2 ("Schnipp") 3 ("Schritt") 4 ("Schnipp") 5 ("Schritt") 6 ("Schnipp") 7 ("Schritt") 8 ("Schnipp")</p>
Wiederholen von 2a und 2b (2x8)	Dito oben

2.Lektion

Einstimmung

Farbenspiel

Alle SuS bewegen sich frei im Volleyballfeld (oder anderer abgegrenzter Bereich). Die LP ruft nun laut eine bestimmte Farbe oder den Namen eines bestimmten Materials, welches sie ausserhalb des Feldes verteilt hat (z.B. Bänder, Reifen, Springseile). Die SuS müssen nun möglichst schnell diese Farbe oder das Material berühren und sofort wieder zurück in die ursprüngliche Hallenhälfte laufen. Wer ist zuerst wieder zurück?



Variante:

- Die SuS führen einen Ball (prellen oder mit dem Fuss). Beim Signal der Lehrperson lassen sie den Ball liegen und verlassen das Spielfeld. Bei Rückkehr ins Spielfeld müssen sie sich einen freien Ball suchen.

Hauptteil

Volkstanz anwenden

Die SuS stellen sich zuerst in einem grossen Kreis auf und repetieren den Volkstanz. Je nach Niveau der Klasse kann die LP die Geschwindigkeit der Musik wählen.

Nun wird ein Doppelkreis geformt bei dem sich die S aus dem inneren Kreis und die S aus dem äusseren Kreis gegenüberstehen.

- Der äussere Kreis tanzt den Ablauf, der innere Kreis sitzt ab und klatscht im Takt und bestaunt den äusseren Kreis beim Tanzen
- Dito, aber äusserer Kreis sitzt und innerer Kreis tanzt.
- Beide Kreise tanzen gleichzeitig vis-à-vis

Ein Video mit der Aufstellung und Ideen für einen Ausbau der Kombi ist auf dem Online Lehrmittel www.dance360-school.ch zu finden („Jiffy Mixer - Showclip“).

Ausklang

Weisser Hai

Eine Schülerin wird von der Lehrperson als weisser Hai bestimmt und stellt sich an einem Ende der Halle auf, die restlichen Schüler befinden sich am anderen Ende. Auf das Kommando der Lehrperson versuchen alle SuS gegenüberliegende Hallenwand zu erreichen, ohne dass der weisse Hai sie berührt. Wer vom weissen Hai gefangen wird, nimmt bei der nächsten Runde ebenfalls die Rolle des Fängers ein. Der Ablauf wird so oft wiederholt, bis alle Kinder gefangen wurden.

3.Lektion

Einstimmung

Jasskartenlauf

Der Jasskartenlauf ist eine Staffettenform. Die Klasse wird in 4 Gruppen (variieren je nach Grösse der Klasse) aufgeteilt. Die Jasskarten werden am Hallenende in einem Reifen verkehrt auf den Boden verteilt.

Die ersten 4 der Gruppen spurten nach vorne und decken je eine Karte auf. Beim ersten und allen weiteren Durchgängen darf die Karte nur mitgenommen werden, wenn sie die richtige **Farbe** hat (rot oder schwarz). Welche Farbe welche Gruppe sammeln muss, wird zu Beginn den Gruppen mitgeteilt. Ist es nicht die richtige Farbe, muss er/sie die Karte wieder verkehrt ablegen und ohne Karte zurückrennen - > der nächste der Gruppe darf jeweils nach Handschlag hinter der Startlinie starten. Welche Gruppe hat am Schluss am meisten Karten?

Varianten

- Jede Gruppe darf nur noch bestimmte Karten holen (z.B Ass, 2, König...etc)
- Spiel nach einer bestimmten Dauer beenden, oder wenn ein Team eine gewisse Anzahl Karten hat
- Beim Laufen einen Ball prellen oder mit dem Fuss führen. Nächstes Kind darf erst starten, wenn der Ball hinter der Startlinie übergeben wurde.

Hauptteil

Showtime

Die SuS formen kleine Gruppen (mind. 6) und präsentieren in diesen Kleingruppen den gesamten Tanz. Während eine Gruppe tanzt sitzen die anderen SuS auf der Seite und applaudieren den Tanzenden. Jede Gruppe tanzt die Kombi einige Male.

Diese Lektion dient der Lehrperson zur genauen Beobachtung der einzelnen SuS. Zu diesem Zwecke empfiehlt sich auch eine Videoaufnahme der Tanzenden.

Ausklang

Feedback

Lehrperson gibt Feedback an die SuS über die gesamte Unterrichtseinheit und gratuliert ihnen zu ihrer Leistung.

Material

- Immer ca. 3-4 verschiedene Musikstücke dabei haben, dies fördert das Lernen der Bewegungen. Abwechslung und Tempounterschiede der Musikstücke erhöhen zudem die Motivation der SuS. Infos bezüglich wann man welche Musik verwendet gibt es auf dem online Lehrmittel www.dance360-school.ch in der Sektion „Über“
- Musik zum Einwärmen: Lauf- und Hüpfmusik wählen (120-160 bpm) damit die SuS zum Laufen animiert werden.
- Für den Volkstanz Musikstücke mit klaren und dominanten Beats verwenden, die motivierend sind. Wenn möglich auch aktuelle Musikstücke verwenden, wie beispielsweise:
 - Jiffy Mixer, Volkstanz original (150 bpm)
 - Bruno Mars, The lazy song (88 bpm)
 - Michael Jackson, The way you make me feel (104 bpm)
 - Adele, Rolling in the Deep (104 bpm)
 - Mis-Teeq, Scandalous (105 bpm)
 - Lady Gaga, Pokerface (120 bpm)
- Einige Bälle (1. Lektion)
- Farbige Bänder oder beliebiges Material (2. Lektion)

Organisationshilfen / Methodisch–didaktische Hinweise

- Auf dem Online Lehrmittel www.dance360-school.ch findet man weitere hilfreiche Tipps zum Gestalten von Tänzen (Sektion „Tipps & Tricks“) sowie Videoanleitungen zu einer Vielzahl anderer Tanzschritten aus verschiedenen Stilen (Sektion „Tanzstile suchen“)