

Zyklus 2
Fachbereich Musik
Kompetenzbereich Bewegen und Tanzen

Kommentar

Liebe Lehrperson

In dieser Ideensammlung findest du tanzbezogene Kompetenzen und dazu passende Aufgaben, Übungen und Spiele, die du ganz einfach in deinen Unterricht integrieren kannst. Die Ideensammlung eignet sich als Vorbereitungshilfe für den Unterricht und kann genauso gut für spontane Zwischensequenzen genutzt werden.

Folgende Punkte helfen für die optimale Vorbereitung:

- Erstelle eine Playlist mit Liedern, die sich für die Übungen und Spiele eignen. So hast du sie immer bereit und kannst auch spontan handeln.
- Kenne die Lieder auswendig, die du für die Aufgaben, Übungen und Spiele brauchst. Das hilft enorm, um spontan das passende Lied zu wählen und die Kinder musikalisch durch die Übungen zu leiten.
- Achte auf einen geeigneten (Bewegungs-)Raum. Denn dieser wirkt sehr stark mit und verleitet zu mehr oder weniger Bewegung.

Nachfolgend findest du die verschiedenen Ideensammlungen. Viel Spass bei Anwenden.

Die Schülerinnen und Schüler können ihren Körper sensomotorisch differenziert wahrnehmen, einsetzen und musikbezogen reagieren. Sie können sich zu Musik im Raum und in der Gruppe orientieren.

Kompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können Musik und musikalische Parameter im Körper empfinden und fantasievoll darstellen (z.B. Refrain eines Liedes, melodische Phrase).

Melodie

Material	Inhalt
<ul style="list-style-type: none">Lied zum Singen	<p>Die Klasse erlernt hierfür entweder ein neues Lied im Singunterricht oder nimmt eines, welches sie bereits gut kennt und gemeinsam singen kann. Für die melodische Umsetzung eignet sich meist der Refrain des Liedes. Das heisst die Strophen werden gemeinsam gesungen, der Refrain getanzt UND gesungen.</p> <p>Beispiel mit dem Refrain von «über den Wolken»:</p> <p><i>Über den Wolken</i></p> <ul style="list-style-type: none">Arme seitlich hoch über den Kopf ziehen <p><i>Muss die Freiheit wohl grenzenlos sein</i></p> <ul style="list-style-type: none">Einmal um sich drehen, Arme runternehmen <p><i>Alle Ängste, alle Sorgen sagt man</i></p> <ul style="list-style-type: none">Hände auf Brustkorb, Hände auf Kopf <p><i>Blieben darunter verborgen und dann</i></p> <ul style="list-style-type: none">Tauchbewegung, Arme gehen voran bis zum Boden, in die Hocke <p><i>Würde was hier gross und wichtig erscheint</i></p> <ul style="list-style-type: none">Aus der Hocke aufstehen, Arme mitnehmen und sich gross machen <p><i>Plötzlich nichtig und klein</i></p> <ul style="list-style-type: none">Einen Arm vor sich gestreckt langsam runtergleiten lassen <p>Erweiterungen:</p> <ul style="list-style-type: none">Selbst einen Refrain gestalten lassenDas Lied auf Gruppen aufteilen und jede Gruppe gestaltet ihren Teil

Kompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können ihren Körperpuls wahrnehmen, ihren Atem sowie ihre Körperspannung mit Musik in Verbindung bringen.

Relax

Material	Inhalt
<ul style="list-style-type: none">• Ruhiges, instrument. Lied• Musikanlage	<p>Die Kinder verteilen sich auf dem Boden und legen sich auf den Rücken. Sie haben genug Abstand voneinander, so dass sie sich gegenseitig nicht berühren können.</p> <p>Die Lehrperson wählt ein ruhiges, instrumentales Lied (ohne Gesang) und spielt dieses ab. Die Lehrperson leitet die Kinder mit verschiedenen kleinen Aufgaben durch die Übung, bei welchem sie sich komplett auf sich und die Musik konzentrieren.</p> <p>Beispiele für die Aufgaben:</p> <ul style="list-style-type: none">• Lege eine Hand auf deinen Bauch und atme so tief ein, dass sich deine Bauchdecke hebt und beim Ausatmen wieder senkt.• Drehe deinen Kopf langsam hin und her.• Lass deine Arme seitlich bis über deinen Kopf gleiten und wieder runter, so als würdest du fliegen.• Hebe abwechselnd dein rechtes und linkes Knie hoch und wieder runter.• Rotiere mit den Füßen.• Bilde eine Faust und drücke ganz fest zu, löse sie wieder.• etc.

Körperausdruck zu Musik

Die Schülerinnen und Schüler können ihren Körper als Ausdrucksmittel einsetzen und in Verbindung mit Materialien und Objekten zu Musik in Übereinstimmung bringen und in der Gruppe interagieren.

Kompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können musikalische Formen und Gestaltungsprinzipien mit Bewegung ausdrücken.

Musikalische Formen

Material	Inhalt
<ul style="list-style-type: none">• Musik• Musikanlage• Materialien, wie z.B. Tücher, Seile, Federn, etc.)	<p>Die Lehrperson teilt die Klasse in Kleingruppen auf. Jeder Gruppe wird ein anderes Lied zugeteilt. Die Gruppe soll sich das Lied anhören und sich passende Bewegungen dazu überlegen.</p> <p>Beispiele für Bewegungen:</p> <ul style="list-style-type: none">• schnell – langsam• wellige Arme• am Boden kriechend• hüpfend• akzentuierte Arme• etc. <p>Zusätzlich erhalten sie die Aufgabe ein bestimmtes Material im Tanz einzubauen, welches aber nur kurz eingebaut und wieder beiseitegelegt wird.</p> <p>Beispiele für Material:</p> <ul style="list-style-type: none">• Bälle• Tücher• Federn• Kugeln• Seile• Stöcke• etc. <p>Die Lehrperson kann den Gruppen entweder freie Wahl für die Materialien lassen oder auch pro Gruppe ein Material zuteilen.</p>

Kompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können Assoziationen zu Musik bilden und mit Bewegung darstellen (z.B. sommerlich, heiter, übermütig, monoton, sehnsüchtig, gefährlich).

Parcours

Material	Inhalt
<ul style="list-style-type: none">• Seile• Matten• Bänke• Pfosten• Reifen• Balanckissen• Kasten• etc.• Musik• Musikanlage	<p>Die Lehrperson stellt einen Parcours in einem möglichst offenen Raum auf. Die Reihenfolge der aufgestellten Gegenstände spielt keine Rolle.</p> <p>Sobald die Musik ertönt, dürfen sich die Kinder der Reihe nach (also ohne überholen) durch den Parcours gehen. Zuerst erlangen sie dadurch ein Gefühl für den Parcours.</p> <p>Sobald die Musik stoppt, bleiben alle wie eingefroren stehen. Die Lehrperson gibt eine Anweisung, wie sie durch den Parcours gehen sollen.</p> <p>Beispiele für Anweisungen:</p> <ul style="list-style-type: none">• wie ein Roboter• ängstlich• windig• als hättest du einen Hund an der Leine, der dich zieht• gelangweilt• als wäre alles klebrig• etc..

Assoziation

Material	Inhalt
<ul style="list-style-type: none">• Musik• Musikanlage	<p>Die Lehrperson bereitet unterschiedliche Musikstücke mit unterschiedlichen Stilen vor. Die Kinder verteilen sich im Raum und stellen Bewegungen dar, die zum Stück passen.</p> <p>Diese Übung kann sehr gut als Erweiterung zum obigen Parcours angewandt werden. Im Idealfall nutzt man hierfür auch die gleichen Lieder. So können sie das, was sie im Voraus auf dem Parcours ausprobiert haben, nun frei im Raum darstellen.</p> <p>Nach dem freien Bewegen folgt eine Reflexion/ein Austausch darüber, welche Bewegungen sich ihrer Meinung nach für welche Stücke eigneten. Im Anschluss kann man die Kinder gut nochmals ausprobieren lassen. So haben sie die Möglichkeit die Erkenntnisse aus der Reflexion/dem Austausch anzuwenden.</p>

Bewegungsanpassung an Musik und Tanzrepertoire

Die Schülerinnen und Schüler können ihre Bewegungen koordiniert der Musik anpassen. Sie verfügen über ein Repertoire an Tänzen aus unterschiedlichen Zeiten, Kulturen und Stilen.

Kompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können Tanzschritte und Handfassungen in Gruppenformationen ausführen.

Gruppenformation

Material	Inhalt
<ul style="list-style-type: none">• Musik• Musikanlage	<p>Die Lehrperson stellt eine kurze Bewegungsfolge von maximal 2x8 zusammen und bringt sie ihrer Klasse bei. Anschliessend wird die erlernte Bewegungsfolge in mindestens 4 unterschiedlichen Formationen umgesetzt.</p> <p>Beispiele für Formationen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Kreis• Linien• V mit der Spitze nach vorne• V mit der Spitze nach hinten• Halbkreis mit Bogen nach vorne (konvex)• Halbkreis mit Bogen nach hinten (konkav)• X• in Grüppchen• zueinander gedreht• etc. <p>Nun werden die Kinder in Gruppen von ca. 6 Kinder eingeteilt. In der Gruppe tanzen sie die eingeübte Bewegungsfolge mehrmals und bauen dabei mindestens drei Formationen ein.</p> <p>Auf Wunsch dürfen die Kinder hier auch eigene Formationen oder Bewegungen erfinden.</p>

Kompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können zu einem Musikstück eine einfache vorgegebene Choreografie üben und ausführen.

Choreografie

Material <ul style="list-style-type: none">• Musik• Musikanlage	Inhalt <p>Die Lehrperson erlernt mit der Klasse eine einfache Choreografie, welche sie z.B. in Gruppen üben und am Schluss ohne Hilfe der Lehrperson ausführen können.</p> <p>Am besten verwendet die Lehrperson ein Musikstück, welches einen sehr gut hörbaren Beat und einen wiederholenden Aufbau hat. So lernen die Kinder Bewegungen zu: Intro, Strophe, Refrain, Bridge, und Outro. Diese Bewegungen wiederholen sich, sobald die entsprechende Einheit folgt.</p> <p>Beispiele für geeignete Lieder:</p> <ul style="list-style-type: none">• Solo Dance – Martin Jensen• Dance – CLMD• Colors – Jason Derulo• Uptown Funk – Bruno Mars• Don't be so hard on yourself – Jess Glynne• Wasted Love – Ofenbach• etc.
---	---

Kompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können Rhythmusmuster in passende Bewegung umsetzen und Grundschritte aus verschiedenen Tanzstilen ausführen (z.B. Polka, Rock 'n' Roll).

Grundschritte

Material <ul style="list-style-type: none">• Musik• Musikanlage	Inhalt <p>Die Lehrperson bringt den Kindern verschiedene Grundschritte zu verschiedenen Tanzstilen bei.</p> <p>Beispiele für Grundschritte:</p> <ul style="list-style-type: none">• HipHop → V-Step, Slide, Grapevine, Step Touch, Front Step• Jazz → Jazz Box, Shimmy, Vogelscheuche• Jive Grundschritt• Polka Grundschritt• Rock'n'Roll → 6er Grundschritt,• etc.
---	---