

# TANZ-PROJEKT

3.Klassen

Kantonsschule Reussbühl

Herbst-Winter 2020



# Projektbeschreibung



- ◆ Selbständiges Erarbeiten einer Bewegungsfolge zu Musik
- ◆ ohne oder mit Handgeräten/ Materialien

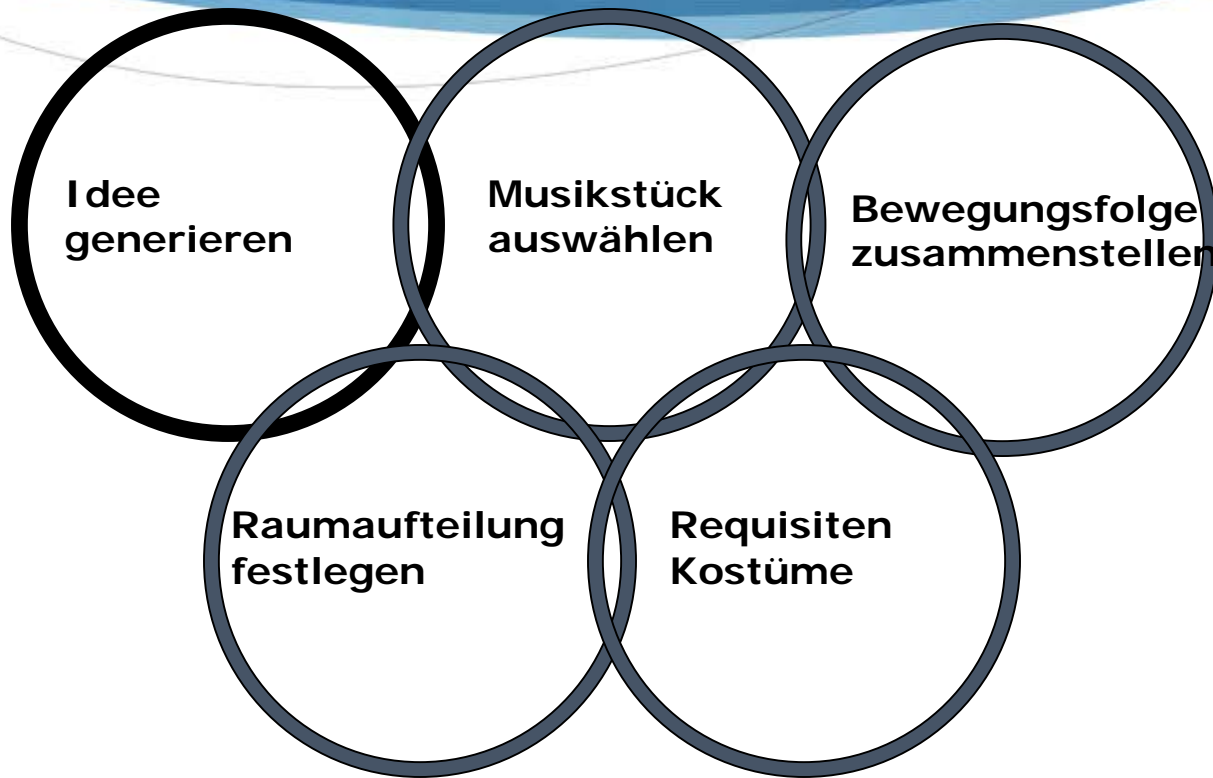
# Ausgangslage

- ◆ **Gruppengrösse** 4-5 Personen  
werden innerhalb der Sportklassen ausgelost
- ◆ **Freie Musikwahl** 16 x 8 Zeiten  
mindestens 60 max. 90 sec.
- ◆ **Zeitgefäss** Start nach den Herbstferien  
10 Lektionen Zeit im Sportunterricht

# Choreografieren



# Tanzchoreographie



# Idee



- Kreatives Schaffen geht von einem Ziel, einer Idee, einem Thema oder einem Konzept aus.
- Choreografie ist eine in Raum und Zeit fixierte Abfolge von Bewegungen, die sich wiederholen lässt.
- Sie bringt eine Idee, eine Emotion oder ein Thema zum Ausdruck.
- [www.dance360-school.ch](http://www.dance360-school.ch)

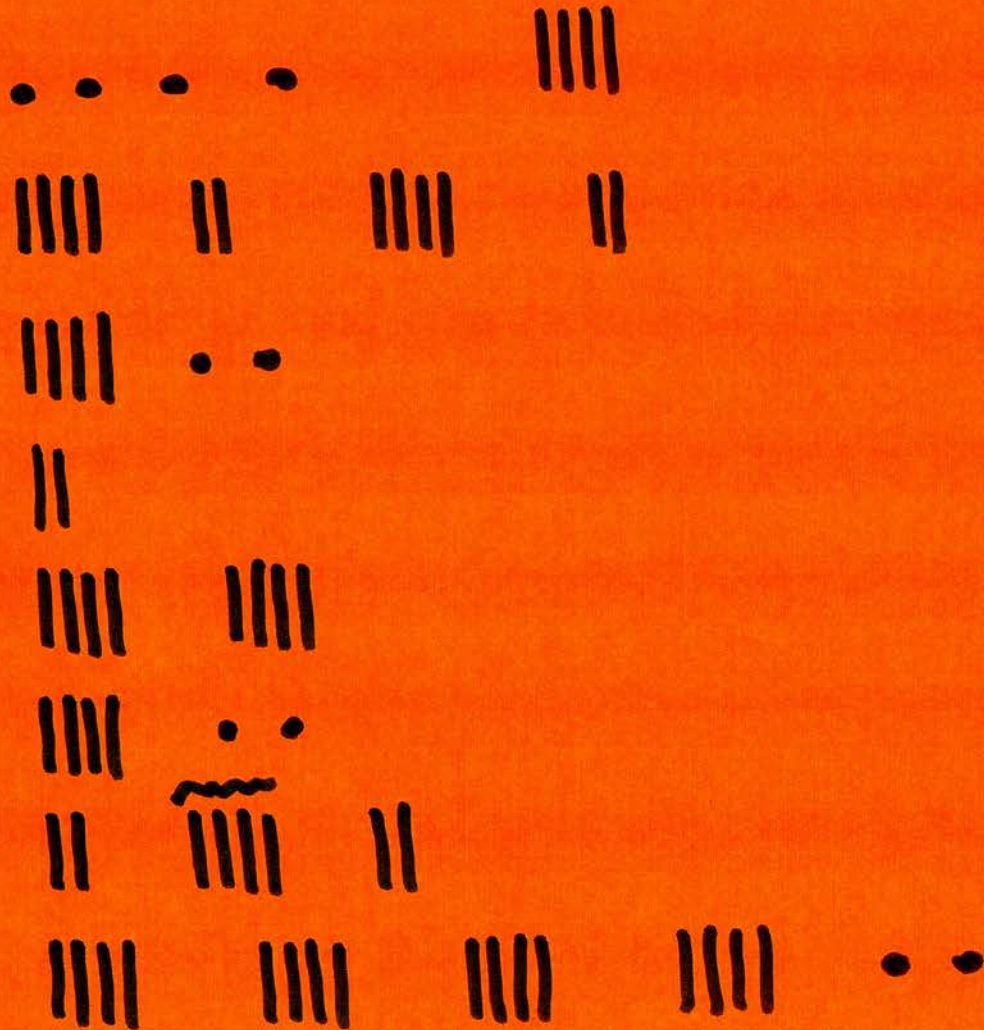
# Musik



- Musikstück in Phrasierungen aufteilen (oft auf 8 Schläge)
- Musikteile unterscheiden z.B. Intro, Strophe, Refrain
- Akzente berücksichtigen
- Beispiele?

# « BAD »

MICHAEL JACKSON



INTRO

1. STROPHE

REF 1

INTRO II

2. STROPHE

REF 2

INTRO III / ZWISCHEN

REF 4x



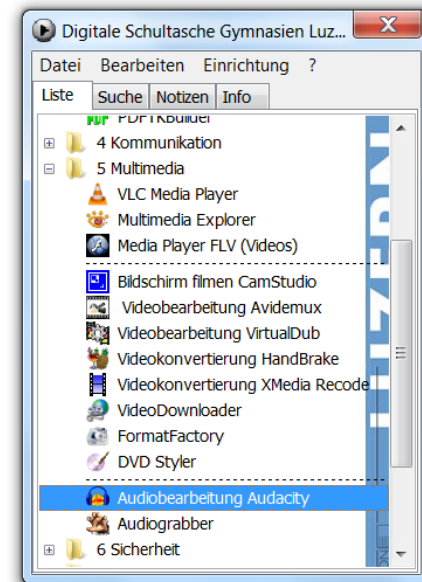
# Tempo verschiedener Bewegungsarten

Welches Tempo gehört zu welcher Bewegungsart?  
Alle Werte sind BPM (Schläge pro Minute)

- ◆ Laufen [160-180](#)
- ◆ Schwingen 120
- ◆ Federn 120
- ◆ Hüpfen [128](#)
- ◆ Gehen 120
- ◆ Dehnen 40-60
- ◆ Kräftigen 60
- ◆ Aerobic 130-140
- ◆ Mit Ball 116-124
- ◆ Rope Skipping [120-140](#)

Es wird empfohlen, zur Bearbeitung der Musikstücke das Programm *Audiobearbeitung Audacity* verwenden.

Diese Software ist auf sämtlichen Schulcomputern in der Digitalen Schultasche Gymnasien Luzern zu finden oder als Freeware für alle Betriebssysteme downloadbar. Jede Gruppe schickt die fixfertig bearbeiteten Tracks im **mp3-Format** (!) innerhalb der kommunizierten Frist per Mail an die eigene Sportlehrperson.

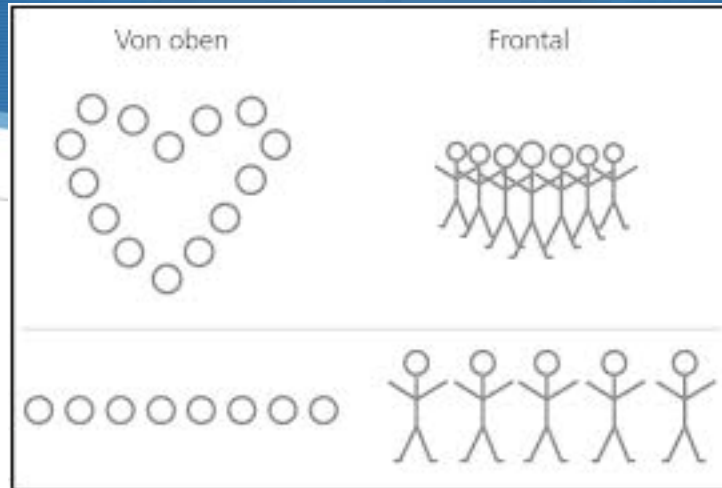


# Bewegungsfolge



- Ideen sammeln, Bewegungen, Schritte und Elemente festlegen.
- Am Ende dieser Etappe liegen die Bewegungen vor, aber quasi in Rohform. Nun geht es darum, sie zu verbinden, zu kombinieren und zu variieren, um ihnen mehr Ausdruck und Spannung zu verleihen.

# Raumaufteilung



- Richtungswechsel: vw./rw./re/li
- Bewegungsumfang variieren: klein/gross
- Bewegungen in der Höhe variieren: tief/Mitte/hoch
- Bewegungslauf: z.B. in Linie oder Kreis
- Orientierung der Tänzer: von vorne/im Profil/von hinten

# Requisiten/ Kostüme



# Bewertungskriterien

Bewertete Showveranstaltung für alle 3. Klassen in der Aula:

## **Tanz am Mittag**

**Mittwoch 16. Dezember 2020**  
**11.20 – 13.00 Uhr**

- Eine Sportlehrpersonenjury bewertet die Tanzenden.
- Jede Gruppe tritt auf, auch wenn sie unvollständig ist.
- Nachholtermin für vollständige Besetzung

## **1 Bewertung von Tänzerinnen und Tänzer**

**Bewegungsqualität & -umfang**

**Körperspannung, Wechsel zwischen Spannen und Lösen, Dosierung des Krafteinsatzes die  
Bewegungen sind gross, deutlich, fliegend, definiert**

**Synchronität**

**identische Bewegung zur gleichen Zeit, exakte Formationen**

**Ausdruck**

**Blickkontakt, Präsenz, Ausstrahlung, Emotionen, Power**

**Rhythmus**

**Akzentuierung, Dynamik, Umsetzung der Musik**

**Schwierigkeitsgrad Schrittkombinationen**

**Arm-Bein-Koordination, Figuren, Sprünge, Drehungen, akrobatische Elemente**

**Gewichtung: 50% (Individualnote)**

## **2 Bewertung der Choreographie und des Gesamteindrucks**

**Schwierigkeitsgrad Choreographie**

**Raumausnutzung**

**verschiedene Formationen, Bilder und Figuren, Variationen**

**Umsetzung der Musik**

**Rhythmisierung, Tempowechsel, Übergänge, Akzentuierung**

**Umsetzen einer originellen Idee**

**Kreativität, Outfit, „Special Effects“, Spannung erzeugen**

**Gewichtung: 50% (Gruppennote)**

# Videobeispiele

**Tanzlehrmittel**

[www.dance360-school.ch/](http://www.dance360-school.ch/)

**School Dance Award Luzern**

[https://sport.lu.ch/schulsport/schulsporttag/schooldanceaward/Impressionen\\_2017](https://sport.lu.ch/schulsport/schulsporttag/schooldanceaward/Impressionen_2017)

[https://sport.lu.ch/schulsport/schulsporttag/schooldanceaward/Impressionen\\_2018](https://sport.lu.ch/schulsport/schulsporttag/schooldanceaward/Impressionen_2018)

[https://sport.lu.ch/schulsport/schulsporttag/schooldanceaward/Impressionen\\_2019](https://sport.lu.ch/schulsport/schulsporttag/schooldanceaward/Impressionen_2019)



Wir wünschen euch  
**VIEL SPASS UND ERFOLG!**

