

Hip Hop macht uns flott – Einführung in den Streetdance

Klassen 3 und 4

Ein Beitrag von Christiane Bohn, Münster

Tanzen in der Grundschule? Warum nicht! Das Interesse von Kindern an aktueller Musik, Dance- und Videoclips bietet einen guten Einstieg in die ersten Grundschritte des Hip Hop. Dieser lässige Tanzstil spricht auch Jungen im Grundschulalter an. Die Kinder erweitern ihr Bewegungspertoire, entwickeln Rhythmusgefühl und Kreativität und vertiefen durch das Tanzen in der Gruppe ihre sozialen Kompetenzen.



Hip Hop ist cool!

www.colourbox.com

Das Wichtigste auf einen Blick





<p>Lernbereich: Grundlegende Bewegungserfahrungen</p> <p>Themen:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Rhythmusschulung – Einführung erster tänzerischer Grundformen und Basisschritte im Streetdance <p>Kompetenzen:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Rhythmusfähigkeit und auditive Wahrnehmung – Konzentration und Arbeitsgedächtnis – Gleichgewicht und Kraftausdauer – Soziale und kreative Kompetenzen 	<p>Klassen: 3 und 4</p> <p>Dauer: 4 Unterrichtsstunden</p> <p>Organisatorisches: CD-, MP3-Player o.Ä. sollten je nach Hallengröße eine entsprechende Lautstärke besitzen. Legen Sie ggf. vorab eine Playlist an.</p> <p>Fächerübergreifender Einsatz Die typischen Charakteristika von Hip-Hop-Musik (z. B. Sprechgesang/Rap) können im Musik- oder Englischunterricht aufgegriffen werden.</p>
--	---



Alle Materialien finden Sie auf der **beiliegenden CD 25** in veränderbarer Form.

1. Stunde: Spielerische Einführung in den Tanzstil

Kompetenzen: Rhythmusfähigkeit, Sozialkompetenz

Phase	Durchführung	Checkliste
Aufwärmen	<p>Einstieg</p>  Zeigen Sie den Schülern die Bildkarten:  <i>Ihr kennt doch bestimmt Hip-Hop-Musik und wisst, wie man sich dazu bewegen kann. Das probieren wir jetzt gemeinsam aus.</i>	<p>M 6</p>  Lassen Sie ggf. einzelne Kinder mit Vorerfahrungen ein paar Moves zeigen.
Hauptteil	<p>Warm up</p> <p>Die Kinder laufen zur Musik durch die Halle.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bei Musikstopp bleiben sie stehen und federn in den Knien („bouncen“). - Wenn sie einem Mitschüler begegnen, führen sie gegenseitig eine „coole“ Pose vor/begrüßen sie sich mit einem „coolen“ Handschlag o. Ä. <p>Rhythmusschulung</p> <p>Leiten Sie die Übungen an.</p> <p>Locking und Popping</p> <p>Die Schüler führen verschiedene Übungen zu den zwei Methoden aus.</p> <p>Reflexion</p>  Gemeinsam vertauschen die typischen Merkmale des Hip Hop reflektiert.	<p>M 1</p> <p>M 2</p> <p>ggf. CD-Player o. Ä. und Musik (z. B. Lady Gaga „Applause“, Run-DMC „It’s like that“, Genesis „I can’t dance“)</p>
Abschluss	<p>Aus der Halle bouncen</p> <p>Die Kinder verharren sich in der Halle und verharren in einer „coolen“ Pose. Zwei bis drei weitere Kinder bouncen durch den Raum und klatschen die Stehenden ab. Wer abgeklatscht wurde, darf sich zur Musik aus der Halle bewegen.</p>	<p>ggf. Kappen für die „Bouncer“</p>

M 1 Rhythmusschulung

- Organisation:** Die Kinder gehen zu zweit zusammen. Leiten Sie die Übungen an.
- Die Partner gehen nebeneinander her und spielen sich einen imaginären Basketball über den Boden zu. Die Kinder können bei der Bewegung zusätzlich bouncen (in den Knien federn).
 - Die Kinder wechseln ab: 8 Zählzeiten (ZZ) gehen, 8 ZZ an der Stelle die Bewegung ausführen (z. B. bouncen). Tipp: zählen Sie die ZZ mit, beginnen Sie den Bewegungsanfang z. B. durch Klatschen. Auf 7 und 8 können Sie auch „und los“ sagen, so dass auf 1 die neue Bewegung beginnt.
 - Die Partner laufen aufeinander zu, bleiben voreinander stehen und machen einen Sprung (z. B. Hampelmann, Kick zur Seite/mit Fußspitzen gegeneinander).
 - Die Partner laufen aufeinander zu und machen eine Hand-/Armbewegung (z. B. die Arme zuerst zur Seite ausstrecken und dann über dem Kopf kreuzen).

M 2 Locking und Popping

- Partner A ist die „Marionette“ und hat an Händen/Ellbogen und Füßen/Knien imaginäre Fäden. Partner B ist der Puppenspieler und bewegt die Gliedmaßen der Marionette durch Ziehen der Fäden.
- Partner A liegt ausgestreckt rücklings auf dem Boden. Partner B steht vor/neben ihm und hat „magnetische Hände“, d.h. wenn er in die Nähe eines Körperteils seines Partners kommt, hebt diesen entsprechenden Körperteil kurz an.
- Partner A ist ein Roboter und bewegt sich entsprechend durch die Halle. Partner B lenkt ihn, indem er an den Schultern (rechts/links) kurz antippt.
- Die Partner stehen nebeneinander in einem Abstand, sodass sich bei seitlich ausgestreckten Armen nur die Fingerspitzen berühren. Die Partner sind im Wechsel „elektrisch geladen“. Wenn Partner A die Fingerspitzen von Partner B berührt, erhält dieser einen leichten „Stromschlag“ und führt von den Armen bis hinunter zu den Füßen eine Körperwelle aus.

Variation: Alle Kinder stehen mit Handfassung im Kreis und geben den „Stromschlag“ zu rechten Nachbarn weiter.

- Die Kinder stellen sich vor einer imaginären Leinwand auf und stellen sich vor, sie hätten Farbe an den Handflächen und Fußsohlen. Nun sollen sie kraftvoll Abdrücke in unterschiedlichen Höhen auf die Leinwand setzen (jedes Mal die Hand/Fuß wieder zurücksetzen).
- Die Kinder springen von einem Bein auf das andere und kreuzen ab und zu die Füße.

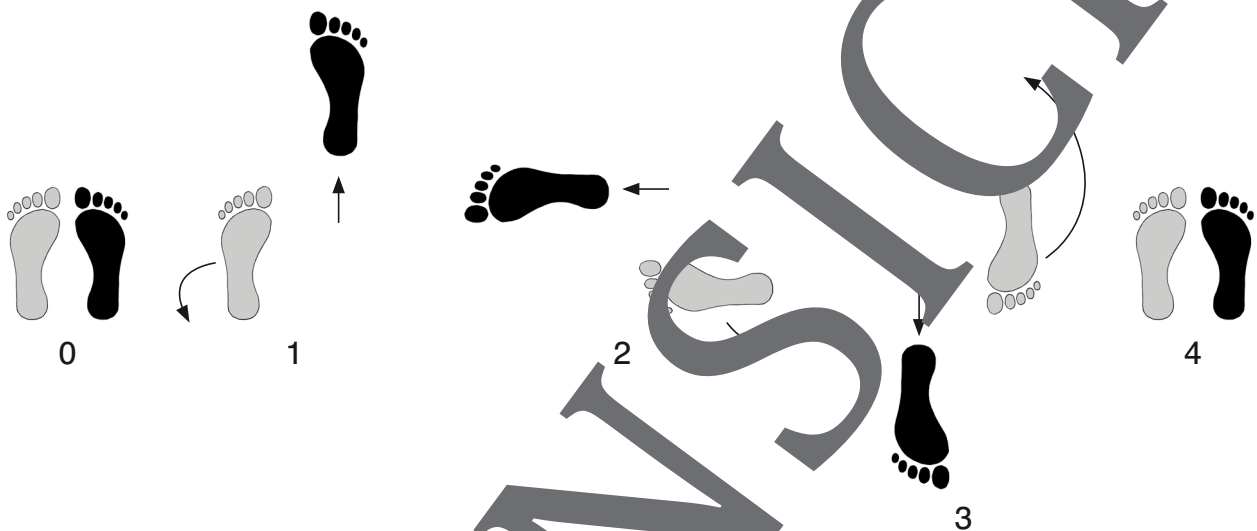
M 3

Skateboard fahren

Grundschrift

Beschreibung

Ausgangsstellung: parallele Füße (0). Setze den rechten Fuß nach vorn (1). Drehe dich nun auf beiden Fußballen um 90 Grad nach links und setze den linken Fuß wieder ab. Führe die Bewegung noch zweimal genauso aus (2, 3). Beim vierten Mal drehst du dich um 180 Grad und stellst deinen rechten Fuß neben den linken, sodass du wieder in Ausgangsposition stehst (4).



Stell dir vor, du fährst Skateboard: Stoße dich bei jeder Drehung mit dem rechten Fuß ab.

Stemme die Arme in die Hüften oder bewinge sie wie ein Lasso über dem Kopf.



Tipp: Sprich mit:

- (1) rechten Fuß nach vorn setzen: sprich „1“
- auf beiden Fußballen um 90 Grad nach links drehen und linken Fuß wieder absetzen: sprich „und“
- (2) rechten Fuß nach vorn setzen: sprich „2“
- auf beiden Fußballen um 90 Grad nach links drehen und linken Fuß wieder absetzen: sprich „und“
- (3) rechten Fuß nach vorn setzen: sprich „3“
- auf beiden Fußballen um 180 Grad nach links drehen und rechten Fuß neben linkem Fuß absetzen: sprich „und 4“

Sie wollen mehr für Ihr Fach?

Bekommen Sie: Ganz einfach zum Download im RAABE Webshop.



✓ **Über 5.000 Unterrichtseinheiten**
sofort zum Download verfügbar

✓ **Webinare und Videos**
für Ihre fachliche und
persönliche Weiterbildung

✓ **Attraktive Vergünstigungen**
für Referendar:innen
mit bis zu 15% Rabatt

✓ **Käuferschutz**
mit Trusted Shops



Jetzt entdecken:
www.raabe.de