

RAUM

WEGE

Aufgabe:

- Geht im Raum zum Grundschatz der Musik umher
- Geht im Raum zur Musik umher. Macht 8 Schritte zu 8 Schlägen und dann wieder 8 Schläge Pause u.s.w. (ihr könnt weitere Bewegungen einbauen wie Bounce, Freeze, Hops etc.)
- In der Turnhalle: Nun geht ihr immer 8 Schläge auf einer farbigen Linie, dann wechselt ihr die Linie und die Farbe

RICHTUNGEN

Aufgabe:

- Steht alle in eine Reihe Schulter an Schulter! Die LP lässt Musik laufen. Nun geht ihr 8 Schläge nach vorne und dann 8 Schläge nach links. (kann x beliebig erweitert werden)
- Die LP macht Gruppen. Jede Gruppe hat einen Leader. Dieser geht zur Musik voraus und entscheidet die Richtungen. Es werden immer 8 Schläge in dieselbe Richtung gegangen. (ihr könnt jeder Richtung eine Fortbewegungsform zuordnen: geradeaus=gehen/ link=hüpfen/ rechts=schleichen/ nach hinten=ducken)

BODEN

Aufgabe:

- Die LP lässt Musik laufen. Wenn die Musik stoppt sagt die LP wieviele Hände und Füße noch am Boden sein dürfen. (dasselbe kann in Gruppen gespielt werden)
- Die LP macht einen Postenlauf zur Ideenfindung. Sie teilt Gruppen ein. Immer wenn die Musik läuft, wird erprobt und experimentiert. Wenn die Musik stoppt geht es zum nächsten Posten. (Posten 1=Menschenmaschinen/ Posten 2=Akrobatik/ Posten 3=Standbild / Posten 4=Pulk)

DREHUNGEN

Aufgabe:

- Geht im Raum zum Grundschlag der Musik umher. Immer wenn ich die Musik stoppe dreht ihr euch. (mal auf beiden Beinen, mal auf einem Bein, mal geduckt, mal gestreckt, mal gesprungen...)
- Nun geht ihr zur Musik 4 Schläge, dann dreht ihr euch auf 4 Schläge.
- Die LP zeigt einen Schritt wie zum Beispiel den V step, der auf 4 Schläge aufgeht. Nun tanzt ihr den Schritt auf 4 Schläge und dreht euch die nächsten 4 Schläge.

SPRÜNGE

Aufgabe:

- Geht im Raum zum Grundschlag der Musik umher. Immer wenn ich die Musik stoppe springt ihr in die Luft. (mal mit gestreckten Armen, mal berührt in ein Bein, mal Knie zu Hände...)
- Die LP zeigt einen Schritt wie zum Beispiel den Grapevine. Nun tanzt ihr den Schritt auf 8 Schläge und springt auf 8, den letzten Schlag.