

Jumpstyle – Eine gefragte (Tanz-)Trendsportart für Jedermann

Anika Ehrenheim

Eine Musikrichtung aus Chicago ist als populäre Tanzrichtung über die Benelux-Länder nach Deutschland gelangt. In den Schulen gewinnt dieser Tanzstil immer mehr an Popularität, weil er wegen seines hohen Anforderungscharakters bei Jungen und Mädchen gleichermaßen beliebt ist.

Im Beitrag wird eine Unterrichtsreihe sowohl für Jumpstyle-Erfahrene als auch für Jumpstyle-Neulinge vorgestellt. Mit dem Begriff „Schüler“ sind sowohl Mädchen als auch Jungen gemeint.

Die Unterrichtseinheit – ein Überblick

Ziel ist die Erstellung einer Jumpstylechoreografie in Kleingruppen in Sek I und II in 5–7 Doppelstunden. Benötigt werden: CD-Player, Musik (siehe Musiktipps), Tafel, Stationskarten.

Aufwärmphase

Jumpstyle ist nicht nur eine Herausforderung an die Kondition und Koordination, sondern vor allem an die Sprunggelenke, Knie, Oberschenkel und Waden. Um das Verletzungsrisiko zu minimieren, ist deshalb eine ausgiebige Aufwärmphase unabdingbar.

Die folgenden Aufwärmspiele haben sich besonders bewährt:

- **Stopplauf mit Hindernissen:** Laufen zur Musik. Bei Musikstopp versuchen alle, so viele Hindernisse wie möglich zu überspringen (Hütchen, kleine Kästen, Bananenkartons, Langbänke, Sprungbretter usw.).
- **Schattenlauf (Paare):** A läuft quer durch die Halle und macht Sprungbewegungen vor (z. B. Hopselauf, Hinken, Dreisprung usw.). B läuft hinterher und macht alle Bewegungen nach. Danach Rollentausch.

*Kurzübersicht zu
Inhalten und Zielen*

Stunde	Thema/Inhalt	Ziel
1–2	Einführung der ersten Jumps <ul style="list-style-type: none"> • Vorjump • Basic Jump 	<ul style="list-style-type: none"> • Die Schüler können den Vorjump und den Basic Jump im Rhythmus zur Musik tanzen. • Die Schüler können den Vorjump und den Basic Jump in Kleingruppen synchron ausführen.
3–4	Erarbeitung von Fortbewegungsmöglichkeiten während der Jumps	<ul style="list-style-type: none"> • Die Schüler können sich während des Basic Jumps fortbewegen. • Die Schüler können sich in Kleingruppen drei Formationen überlegen und diese durch die Fortbewegung mit dem Basic Jump darstellen.
5–6	Erarbeitung von Drehungen <ul style="list-style-type: none"> • 90° Spin slow und fast • 180° Spin slow und fast 	<ul style="list-style-type: none"> • Die Schüler können sich mittels Gruppenpuzzle Drehungen anhand von Bildmaterial selbstständig erarbeiten und ihren Mitschülern vermitteln. • Die Schüler können ihre Kurzchoreografie durch Drehungen erweitern.
7–8	Erarbeitung weiterer Jumps <ul style="list-style-type: none"> • Einhaken Kombi • Stamp Kombi • Spezial Kombi • Jobkick • Peitsche • Tornado 	<ul style="list-style-type: none"> • Die Schüler können sich im Stationsbetrieb neue Jumps anhand von Bildmaterial selbstständig erarbeiten. • Die Schüler können einzelne neu erlernte Jumps aneinanderreihen und synchron in der Gruppe tanzen.
9–14	Weiterentwicklung der bisher erarbeiteten Choreografie und Abschlusspräsentation	<ul style="list-style-type: none"> • Die Schüler erweitern ihre Choreografie und beachten dabei vorgegebene Pflichtinhalte sowie die Tipps und Tricks für eine abwechslungsreiche Performance. • Die Schüler können vorher erarbeitete Inhalte umändern bzw. der selbst ausgewählten Musik anpassen.



Anika Ehrenheim

ist seit 2008 als Englisch- und Sportlehrerin am Gymnasium Grootmoor in Hamburg tätig.

Gymnasium Grootmoor
Am Damm 47
22175 Hamburg

- **Würfellauf:** Auf einer Tafel werden, der Augenzahl eines Würfels entsprechend, sechs verschiedene Bewegungsformen angeschrieben (z. B. 1 = Hopselauf, 2 = Lauf mit den Hacken an den Po, 3 = Knie zur Brust ziehen, 4 = Sidestep, usw.). Jeder in der Gruppe (5–7 Schüler) darf einmal für die gesamte Gruppe würfeln und bestimmt somit die Bewegungsvorgabe für eine gemeinsame Runde um das Feld. Danach ist der nächste Schüler an der Reihe und darf würfeln.
- **Brückenkriegen:** Zwei mit Parteibändern markierte Fänger müssen so viele Mitspieler wie möglich ticken. Wer getickt ist, bleibt stehen und macht einen Vierfüßlerstand (Brücke). Die Befreiung der getickten Personen ist durch einen Sprung freier Schüler über diese Brücke möglich.
- **Sechs-Tage-Rennen mittels Sprungseil:** Vier Gruppen stehen jeweils der Reihe nach auf einer Langbank an den vier Ecken des Volleyballfeldes. Mittels Springseil muss jeder Schüler der Reihe nach das Feld so schnell wie möglich umrunden. Danach wird das nächste Gruppenmitglied abgeklatscht und so auf die nächste Runde geschickt. Sind alle eine Runde gelaufen, ist das Rennen zu Ende. Gewinner ist die schnellste Mannschaft.

Bevor die Schüler schließlich zu tanzen beginnen, bietet es sich aufgrund der ungewohnten Bewegungen im Jumpstyle an, entsprechende Dehnübungen für die zu beanspruchende Beinmuskulatur durchzuführen (siehe z. B.: <http://prellball-ntb.de/Training/Dehnen/dehnen.html>).

Die Unterrichtseinheiten

Einführend wurden verschiedene Jumpstyle-Videos gezeigt (www.youtube.de). Die Kinder erfahren Jumpstyle hier als eine Trendsportart und erleben die Verbreitung gerade im Jugend- und besonders im Jugendbereich.

1. Einheit (1.–2. Stunde): Einführung der ersten Jumps (Vorjump, Basic Jump)

Als Einstieg werden die Basissprünge Vorjump und Basic Jump (siehe Stationskarten 1 und 2) durch die Lehrperson demonstriert (zuerst langsam ohne Musik, dann schneller ohne Musik und schließlich im Tempo zur Musik).

Die Anordnung in Blockaufstellung mit versetzten Reihen bietet sich wegen der guten Sicht auf die Lehrperson besonders an. Zusätzlich kann ein Tafelanschrieb

mit der entsprechenden Bewegungsfolge (siehe Stationskarten) als unterstützende Visualisierung hilfreich sein und die Schüler gleichzeitig mit den auf den Stationskarten verwendeten Bezeichnungen und Abkürzungen vertraut machen (siehe Legende Stationskarten).

Werden die ersten Schritte beherrscht, so sollen sich Paare finden, um diese Jumps weiter zu festigen. Schließlich werden die Schüler aufgefordert, sich in 4er/5er-Gruppen zusammenzufinden. Sie haben die Aufgaben, die Jumps in einer Abfolge ihrer Wahl (z. B. 1x Vorjump, 3x Basic Jump, 2x Vorjump, 2x Basic Jump und 1x Vorjump) über mehrere Beats aneinanderzureihen und diese dabei synchron in der Gruppe auszuführen.

2. Einheit (3.–4. Stunde): Erarbeitung von Fortbewegungsmöglichkeiten

Zu Beginn werden von der Lehrkraft verschiedene Fortbewegungsmöglichkeiten wie z. B. vorwärts, rückwärts, seitwärts usw. mit dem Basic Jump demonstriert. (Die Schrittfolge des Basic Jumps bleibt hierbei erhalten. Der Tänzer bewegt sich lediglich während des Tanzens nach vorne oder zur Seite o. Ä.).

In Einzelarbeit sollen die Schüler dies im Rhythmus zur Musik üben. Schließlich werden im Plenum Ideen für verschiedene Gruppenformationen wie z. B. in einer Linie, im Kreis, im Viereck, sternenförmig, versetzt gegenüber, in V-Form usw. gesammelt.

Die Schüler erhalten die Aufgabe, sich eine Abfolge von z. B. drei verschiedenen Formationen (Linie, Kreis, V-Form, ...) für ihre Gruppe zu überlegen. Um diese zu verinnerlichen und sich die Standpositionen der Schüler für die einzelnen Formationen bewusst zu machen und vor allem zu merken, sollen diese Figuren zunächst



im Gehen gewechselt werden. So steht beispielsweise eine Gruppe zunächst in einer Reihe hintereinander, formt auf Kommando eines Mitschülers einen Kreis und geht dann über in eine V-Form. Wird die Abfolge sicher beherrscht, soll nun versucht werden, diese Formationen zu wechseln während der Basic Jump getanzt wird.

Nützlich ist an dieser Stelle der Hinweis, dass grundsätzlich zwei Vorjumps zur Einstimmung auf die Musik hilfreich sind und ein Schüler zum Einzählen und für die Kommandos bestimmt werden sollte. Zudem bietet es sich an, die Anzahl der Basic Jumps, welche für die Bildung der einzelnen Figuren benötigt werden, innerhalb der Gruppe festzulegen. So werden beispielsweise zwei Vorjumps ausgeführt, gefolgt von vier Basic Jumps, um schließlich von einer Linie in einen Kreis überzugehen. Schüler mit kürzeren Laufwegen tanzen die Basic Jumps einfach auf der Stelle ihrer Endpositionen bis alle Mitglieder eingereicht sind, um dann gemeinsam auf Kommando in die nächste Formation überzuwechseln.

3. Einheit (5.–6. Stunde): Erarbeitung von Drehungen (90° Spin slow und fast, 180° Spin slow und fast)

Als Einstieg dient das Arbeitsblatt zum Thema Jumpstyle – Gruppenpuzzle (siehe Arbeitsauftrag 1). In den einzelnen Stammgruppen (Vierergruppen) erhält jeder Schüler eine andere Stationskarte mit einer der oben genannten Drehungen (siehe Stationskarten 3–6). Diese sollen jeweils in Einzelarbeit erschlossen werden.

In der Expertengruppe (alle Kinder mit der gleichen Stationskarte) kann dann noch einmal überprüft werden, ob die Drehungen richtig verstanden und der Jump richtig ausgeführt wurde. Es bietet sich an, die Ecken der Halle zu nutzen, so dass die Gruppen unge-

stört arbeiten können. Die Lehrkraft steht bei Problemen helfend zur Seite. Zurück in der Stammgruppe sollen die verschiedenen Jumps nun gegenseitig vermittelt werden, um so das Sprungrepertoire zu erweitern. Beherrschen alle Mitglieder der Gruppe die einzelnen Drehungen, so bekommt die Gruppe den Auftrag, diese in die aus den Vorstunden erarbeitete Choreografie einzubauen.

4. Einheit (7.–8. Stunde): Erarbeitung weiterer Jumps (Einhaken Kombi, Stamp Kombi, Spezial Kombi, Jobkick, Peitsche, Tornado)

Erarbeitet werden neue Schritte im Stationsbetrieb (siehe Stationskarten 7–12). Die sechs Stationen werden dabei in der Halle so verteilt, dass die Gruppen ausreichend Platz zum Ausprobieren haben. Auf ein Signal wandern sie im Uhrzeigersinn zur nächsten Station. Auch hier ist eine begleitende Unterstützung durch die Lehrkraft, besonders im Hinblick auf die richtige Ausführung der neuen Jumps, hilfreich. Abschließend werden einzelne Schüler aufgefordert, die neu erlernten Jumps zu demonstrieren.

In den Kleingruppen wird versucht, einzelne Jumps aneinander zu reihen. Da diese im Schwierigkeitsgrad variieren, bietet es sich an, sie selbst auszuwählen, um so dem eigenen Können gerecht zu werden. Da die neuen Jumps für viele eine große Herausforderung darstellen, können die Gruppen zudem auch Vorjumps oder Basic Jumps zwischenschalten. Darüber hinaus ist es für alle nützlich, wenn sie die neuen Jumps als Kopiervorlage erhalten bzw. die Stationskarten in dieser Phase sichtbar für alle in der Halle aufgehängt werden.

Als Hausaufgabe sollen die Schüler einen Song mitbringen, zu dem sie ihre Abschlusschoreografie weiterent-





wickeln und letztendlich präsentieren wollen. Sollten nicht ausreichend CD-Player in der Halle zur Verfügung stehen, so könnten iPods mit batteriebetriebenen Boxen mitgebracht werden. Denkbar wäre auch, dass die Lehrperson einen Song vorgibt, zu dem dann schließlich alle tanzen.

meldung bzgl. der Bewertungskriterien (siehe Bewertung) zu geben oder aber auch als Anerkennung der bisher erarbeiteten Inhalte der einzelnen Kleingruppen. So erhalten die Tänzer nicht nur Feedback sondern auch die verdiente Würdigung für ihre Arbeit.

**5. Einheit (9.–14. Stunde):
Weiterentwicklung der bisher erarbeiteten
Choreografie und Abschlusspräsentation**

Die Schüler erhalten abschließend die Aufgabe, ihre Choreografie anhand vorgegebener Pflichtinhalte und Tipps und Tricks weiterzuentwickeln (siehe Arbeitsauftrag 2). Da sie sich sowohl ein Anfangs- und ein Schlussbild als auch ein Intro sowie weitere, eigene Jumps überlegen sollen, können hier, je nach Zeitrahmen, drei Doppelstunden angesetzt werden. In der Praxis zeigt sich, dass aufgrund der erhöhten konditionellen Belastung und der schnell ausgeführten Jumps mehrere Stunden benötigt werden, um eine ca. 1–2 minütige Choreografie zu erarbeiten.

Nach Ablauf des zeitlich vorgegebenen Rahmens werden die Ergebnisse präsentiert.

Tipp

- *Sinnvoll ist, dass sich alle am Ende jeder Einheit Notizen machen bzw. ihre bisher erarbeitete Schrittfolge schriftlich festhalten, um auf dieser Grundlage in der Folgestunde weiterzuarbeiten und um ihre Choreografie stetig zu erweitern bzw. zu vollenden.*
- *Es hat sich ebenfalls bewährt, eine kurze Präsentationsphase zwischen den einzelnen Arbeitsphasen einzuschieben, um beispielsweise Rück-*

Bewertung – ein Vorschlag

Die Kriterien

- 1) Sportliche Leistung (Abschlusschoreografie).
- 2) Mitarbeit/Einsatz während der Erarbeitung der Choreografie (im Unterricht von der Lehrperson gemachte Beobachtungen).

zu 1) Bewertungskriterien für die Abschlusschoreografie

- **Gruppenkriterien (50%)**

Kriterien	Beschreibung
Kreativität	– Ideenvielfalt/Überraschungseffekte – Abwechslungsreichtum – Viele verschiedene Bewegungen/Jumps/Drehungen/viele Tipps werden umgesetzt – Neue eigene Bewegungen
Musik	– Die Choreo spiegelt den Ausdruck/die Emotionen/Inhalte der Musik wider
Synchronität	– Die Jumps/Drehungen usw. werden synchron ausgeführt

• Einzelkriterien (50%)

Kriterien	Beschreibung
Rhythmusgefühl	– Die Jumps/Drehungen usw. werden sicher im Rhythmus zur Musik ausgeführt
Schritt-sicherheit	– Die Jumps/Drehungen usw. werden sicher beherrscht
Ausdruck	– Die Jumps/Drehungen usw. werden dynamisch und mit vollem Körpereinsatz ausgeführt

zu 2) Bewertungskriterien für die Mitarbeit

z. B. Eigenmotivation, Enthusiasmus, Mitwirkung in der Gruppe, Einbringen, Umsetzen von Ideen, Aktivität am Gruppengespräch, Aufschreiben der Ergebnisse, Motivation von Gruppenmitgliedern, Hilfestellung bzw. Vormachen von Bewegungen für andere, Nacharbeitung von Inhalten (aufgrund von fehlender Anwesenheit in Vorstunden) ...

Bewertungsraster

Die Werte 0–5 auf dem Ankreuzbogen stellen Punktwerte dar, wobei 5 die höchste zu erreichende Punktzahl ist. Die Punktwerte der Gruppenwertung als auch der Einzelwertung werden für jedes Kind zusammengezogen und der Mittelwert bestimmt. Die daraus resultierende Punktzahl entspricht der Endnote:

• Gruppenbewertung:

Kriterien	Namen der Gruppenmitglieder					
Kreativität	0	1	2	3	4	5
Musik	0	1	2	3	4	5
Synchronität	0	1	2	3	4	5

• Einzelbewertung:

Kriterien	Name des Schülers/ der Schülerin:					
Schritt-sicherheit	0	1	2	3	4	5
Rhythmus	0	1	2	3	4	5
Ausdruck	0	1	2	3	4	5

• Beispiel für Schüler X:

Gruppenbewertung:

Kreativität 4 Punkte
Musik 2 Punkte
Synchronität 5 Punkte

Einzelbewertung:

Schrittsicherheit 4 Punkte
Rhythmus 3 Punkte
Ausdruck 2 Punkte

Gesamt: 20 Punkte: 2 = 10 Punkte = Note: 2–

Sollte sich ein Punktwert von z. B. 8,5 ergeben, so kann dieser aufgerundet werden.

• Übersicht der Punkte- bzw. Notenskala

Punkte	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
Note	1+	1	1–	2+	2	2–	3+	3	3–	4+	4	4–	5+	5	5–	6

In der Praxis zeigt sich, dass es schwierig ist, alle Bewertungskriterien für alle Gruppenmitglieder gleichzeitig zu beobachten. Aus diesem Grund empfiehlt es sich, die Präsentationen der Abschlusschoreografien zu filmen und entsprechend zu Hause bzw. in der Schule auszuwerten.

Musiktipps

101% Jumpstylemania – the Complete Jumpstyle Coll.
101% Jumpstylemania Vol.2
Jumpstyle Top 100 Vol.4
Jumpstyle Megamix Vol.4
Zu finden bei z. B. www.amazon.de oder www.grooves-inc.com

Fazit




Das Thema Tanz im Sinne des Jumpstyles wurde von fast allen als sehr positiv bewertet. Besonders die Jungen, die sich vorab eher negativ gegenüber dem Thema Tanz im Sportunterricht äußerten, zeigten große Begeisterung und hohen Einsatz. In ihren Augen ist Jumpstyle eine „coole“ Form des Tanzens, die sie zudem konditionell als auch koordinativ herausfordert. Die Aufgabenstellung für die Abschlusspräsentationen machte zudem deutlich, wie viel Freude Schüler daran haben, selbst kreativ zu werden und ihre eigene Choreografie zu einem von ihnen ausgewählten Song zu gestalten. Auf diese Weise entstanden innerhalb der einzelnen Gruppen – basierend auf den Anregungen der Stationskarten – neue, ideenreiche Kreationen, die sich durchaus sehen ließen. Auch für unerfahrene Lehrpersonen sollte Tanzunterricht im Bereich Jumpstyle aufgrund der anschaulichen und leicht verständlichen Stationskarten kein rotes Tuch mehr sein.

Literatur





<http://www.youtube.com>
<http://www.youtube.de>
<http://www.jumpstyle-lernen.de>
http://www.superweb.de/Jumpstyle/jumpstyle_geschichte/index.htm
<http://www.video.interia.pl>
<http://www.myvideo.de>
<http://www.methotrain.tsn.at>
<http://www.kwick.de>
<http://www.sportunterricht.de>

Stationskarten – Legende (Fortsetzung nächste Seite)





- Jump = Hüpfen
- Jump beide = Hüpfen auf beiden Füßen
- Jump re bzw. li = Hüpfen auf dem rechten bzw. linken Fuß
- Kick vor (re bzw. li) = rechtes bzw. linkes Bein nach vorne schwingen
- Kick rück (re bzw. li) = rechtes bzw. linkes Bein nach hinten schwingen

Stationskarte 1: Vorjump		
		
Jump beide (2x)	Schere re vor	Schere li vor



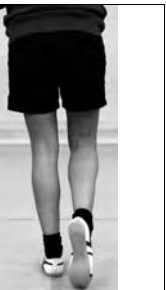
Jumpstyle □ Stationskarten

Stationskarte 2: Basic Jump			
			
Jump li, Kick vor re (2x)	Jump re, Kick vor li	Jump re, Kick rück li	Bounce


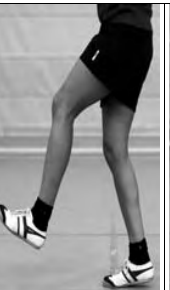


Jumpstyle □ Stationskarten

Stationskarte 3: 90° Spin (slow)			
			
Jump li, Kick vor re (2x)	Jump re, Kick vor li	Vierteldrehung re, Jump re, Kick rück li	Bounce




Jumpstyle □ Stationskarten

Stationskarte 4: 90° Spin (fast)		
		
Jump li, Kick vor re (2x)	Vierteldrehung re, Jump re, Kick rück li	Bounce

Jumpstyle □ Stationskarten

Stationskarte 5: 180° Spin (slow)			
			
Jump li, Kick vor re (2x)	Jump re, Kick vor li	halbe Drehung re, Jump re, Kick rück li	Bounce





Jumpstyle □ Stationskarten

Stationskarte 6: 180° Spin (fast)		
		
Jump li, Kick vor re	halbe Drehung re, Jump re, Kick rück li	Bounce

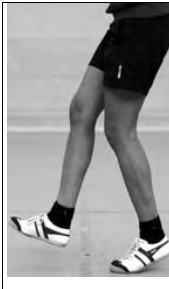




Jumpstyle □ Stationskarten

- Kick seit (re bzw. li) = rechtes bzw. linkes Bein zur Seite schwingen
- Schere = Hüpfen auf beiden Füßen, rechter Fuß vorne und linker Fuß hinten, Fußwechsel auf jedem Beat
- Einhaken = ein Fuß wird in die Kniekehle des anderen gelegt
- Bounce = Landen auf dem linken Fuß, der rechte wird gleichzeitig dahinter mit der Zehenspitze aufgetippt






Die Original-Stationskarten können unter www.sportunterricht-forum.de heruntergeladen werden.

Stationskarte 7: Einhaken Kombi			
			
Jump li, Kick vor re (2x)	Jump re, Kick seit li	Jump li (2x), Einhaken re	Bounce

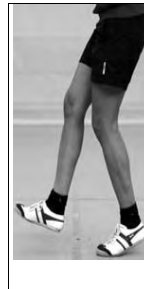



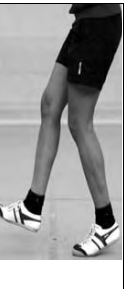
Jumpstyle □ Stationskarten

Stationskarte 8: Stamp Kombi				
				
Jump li, Kick vor re (2x)	halbe Drehung re, Jump beide, halbe Drehung li, Jump beide, halbe Drehung re, Jump beide, halbe Drehung re, Jump beide			







Jumpstyle □ Stationskarten

Stationskarte 9: Jobkick				
				
Jump li (3x), dazu a) Kick vor re b) Kick überkreuz re c) Kick rück re			Jump li, Einhaken re	Bounce

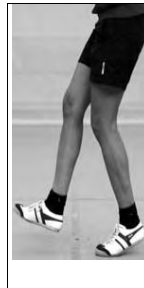




Jumpstyle □ Stationskarten

Stationskarte 10: Spezial Kombi				
				
Jump li, Kick vor re (2x)	Bounce	Jump li, re Knie vor hoch	Bounce	Jump li, Kick vor re

Jumpstyle □ Stationskarten

Stationskarte 11: Peitsche					
					
Jump li, Kick vor re	Viertel- drehung re, Jump re, Kick vor li	Bounce	Vierteldrehung li, Jump re, Kick vor li	Jump li, Ferse vor re	Bounce

Jumpstyle □ Stationskarten

Stationskarte 12: Tornado				
				
Jump li, Kick vor re (2x)	Jump re, Vierteldrehung re, Kick seit li, Jump li, halbe Drehung re, Kick seit re, Jump re, halbe Drehung re, Kick seit li,			Dreiviertel Drehung re, Bounce

Jumpstyle □ Stationskarten

Arbeitsauftrag 1: Gruppenpuzzle

Jumpstyle – Gruppenpuzzle

Versammelt euch in eurer Gruppe aus den Vorstunden (= Stammgruppe).

Aufgabe in der Stammgruppe (Ihr habt 10 Minuten Zeit):

- a. Einzelarbeit: Schau dir die Bilderreihe und die Beschreibungen deines Jumps an und probiere ihn aus.
- b. Einzelarbeit: Versuche den Jump im Rhythmus zur Musik zu tanzen.

Versammle dich auf ein Pfiffsignal in der Gruppe mit den Schülern, die den gleichen Jump wie du erarbeitet haben (= Expertengruppe).

Aufgabe in der Expertengruppe (Ihr habt 15 Minuten Zeit):

- c. Stellt euch als Gruppe im Block auf. Einer präsentiert den Jump. Haben alle den Jump verstanden?
- d. Versucht den Jump synchron und im Rhythmus zur Musik zu tanzen.
- e. Versucht den Jump in Kombination mit dem Vorjump und dem Basic Jump synchron zu tanzen

Aufgabe in der Stammgruppe (Ihr habt 40 Minuten Zeit):

- f. Stellt euch als Gruppe im Block auf.
- g. Stellt euch die Jumps mit ihren Namen hintereinander einzeln vor. Jeder probiert alle Jumps aus. Haben alle die verschiedenen Jumps verstanden? Versucht die einzelnen Jumps in der Gruppe synchron und im Rhythmus zur Musik zu tanzen.
- h. Versucht nun, die einzelnen Jumps aneinanderzureihen und synchron in der Gruppe und im Rhythmus zur Musik zu tanzen. Ihr dürft natürlich Vorjumps oder Basic Jumps dazwischenschalten.



Arbeitsauftrag 2: Jumpstyle Abschlusschoreografie

Jumpstyle – Abschlusschoreografie

Name der Gruppe: _____

Namen der Mitglieder: _____

Vorgehensweise:

1. Überlegt euch eine Aufstellung/ein Anfangsbild (z. B. im Stehen, auf dem Boden, gehockt, im Kreis, in einer Reihe, im Block, mit dem Rücken zueinander usw.)
2. Überlegt euch ein kurzes Intro (z. B. aufeinander zukommen, aus der Hocke aufstehen, usw.)
3. Beachtet die Pflichtinhalte und lest euch die *Tipps und Tricks* sorgfältig durch (siehe unten)
4. Überlegt euch ein Schlussbild

Pflichtinhalte:

- Jede Choreo hat ein Anfangs- und ein Schlussbild.
- Jede Choreo besteht aus mind. acht verschiedenen Jumps.
- Jede Choreo beinhaltet mindestens drei Drehungen.
- Jede Choreo beinhaltet mindestens drei Formationswechsel.

Tipps und Tricks für eine kreative und abwechslungsreiche Performance:

- Zwischenjumps: Um Energie zu sparen, können Zwischenjumps wie z. B. Jump beide, Schere, Vorjump o. Ä. in die Choreo eingebaut werden.
- Abfolge: Alle Jumps können natürlich auch seitenverkehrt getanzt werden. Das ist hilfreich, um neue Sprungschöpfungen zu erfinden.
- Armbewegung: Die Arme schwingen locker mit. Faustregel: Die Arme schwingen zu der Seite, auf der das Bein am weitesten nach vorne ist.
- Formationen: Könnt ihr euch während des Tanzens fortbewegen z. B. vorwärts/rückwärts, seitwärts, diagonal, kurvig, umeinander rum, im Kreis, durcheinander, um so möglichst viele verschiedene Formationen zu präsentieren?
- Soloperformance: Wo kann eine Soloperformance eingebaut werden? Gibt der Song die Möglichkeit zum Freestyle her?
- Synchronität: Können die einzelnen Gruppenmitglieder in Kleingruppen verschiedene Jumps synchron ausführen (z. B. tanzen zwei Schüler den Basic Jump, während zwei andere Schüler den 180° Spin slow ausführen)?
- Eigenkreation: Könnt ihr aus den bisher erlernten Bewegungen auch eigene Jumps kreieren? Habt ihr auch noch weitere, eigene und völlig neue Bewegungsideen die ihr umsetzen könnt?



EURER KREATIVITÄT SIND KEINE GRENZEN GESETZT!!! LOS GEHT'S!