

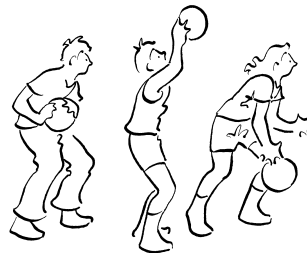
## 5.6 Wenn Sportspiele tanzen

Den Schülerinnen und Schülern vertraute Sportbewegungen (z. B. aus dem Basketball) werden aufgegriffen, variiert und tanzend gestaltet.

**Wir lernen einen Basketball-Tanz!**

**Bewegen wie ein Basketballer:** Alle S haben einen Ball und bewegen sich frei in der Halle. Sie führen Bewegungen aus dem Basketball (Dribbling, Sternschritt, Standwurf, Korbleger...) bewusst aus. Welches sind typische Bewegungen? Wie ist die Dynamik der Bewegungen?

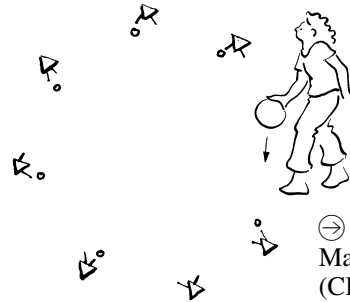
- Zu zweit mit einem Ball ein Basketballspiel inszenieren, d.h. eine vorbesprochene Spielszene (evtl. in Zeitlupe) ausgestalten.



➔ Basketball:  
Vgl. Bro 5/4, S. 24 ff.

**Rhythmusprellen:** Alle S stehen mit einem Meter Abstand in einem Kreis und prellen ihren Ball. Gelingt es der Gruppe, ein gemeinsames Metrum zu finden?

- Den Ball auf die ersten beiden Metrumsschläge prellen (1, 2) und auf die zweiten (3, 4) dem Partner auf der linken Seite zuwerfen.
- Alle prellen den Ball 4-mal, dann Wechsel nach links und den Ball der nächsten S weiterprellen usf.
- Die Bälle zu einer Musik prellen. Wer kann das gemeinsame Metrum rhythmisch variieren?



➔ Musik: z.B. P. KAAS:  
Mademoiselle chante le blues  
(CD: Mademoiselle chante)

**Basketballtanz:** Bewegungsfolge mit 4 x 8 Grundschlägen.

### 1 Sternschritt

1–2 Grundstellung (GS): Ball beidhändig auf Brusthöhe gefasst. Schritt li vor, zurück zur GS mit 1/4 Drehung im Uhrzeigersinn.

3–8 3-mal wiederholen zur GS.

### 2 Dribbling

1–4 3 Nachstellschritte nach li mit dreimaligem Ballprellen mit der re Hand zur GS.

5–8 Gegengleich zurück nach re.

### 3 Wurf

1–2 2 Schritte vw (li-re), dazu 2-mal Pellen re.

3–4 Sprung zur GS, Wurf antauschen.

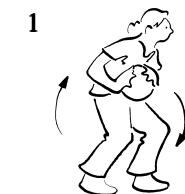
5–8 3 Schritte rw (li-re-li), dazu 3-mal Pellen zur GS.

### 4 Schritttäuschungen

1–4 3 Schritttäuschungen mit dem linken Fuss (vw., rw., vw.) zur GS. Dazu den Ball re 3-mal Pellen.

5–8 1–4 aber gegengleich.

- 4er-Gruppen. Jede Gruppe sucht neue Basketballbewegungen und ergänzt den Tanz.
- Den Basketball-Tanz ohne Ball tanzen und die Bewegungsmuster zu Tanzbewegungen ausgestalten.
- Videoclip: Jede Gruppe entscheidet sich für eine Spielsequenz (z.B. Pass–Pass–Wurf–Rebound). Die Bewegungen werden ohne Ball einer Musik angepasst und ausgestaltet. Jede Filmsequenz beinhaltet einen der folgenden Zusätze: Standbild, Rückwärtslauf, Zeitlupe, schneller Vorlauf ...



➔ Musik: z.B. MR. PRESIDENT: Coco jambo (CD: Dance Mission, Vol. 12); HADDAWAY: What is Love (CD: The Album 2nd Edition)

Ⓜ Die S gestalten einen Tanz in der Gruppe oder ergänzen den Basketballtanz.