

# Rock'n'Roll – Aufwärmen: Grundschrift üben/ festigen

Sobald der Grundschrift in einer groben Form sitzt, kann man diesen in verschiedenen einfachen Formen üben und automatisieren.

## In der Halle fortbewegen

Den Grundschrift an Ort ausführen und sich dann in der ganzen Halle mit dem Grundschrift bewegen. Zwischendurch anderen SuS die Hand schütteln und dann weiterziehen.



## Schere – Stein – Papier

Die SuS spielen Schere-Stein-Papier und tanzen dabei den Grundschrift. Best-of-five und dann im Ligamodus auf-/absteigen und eine neue Begegnung spielen.



## Vis-à-vis

In der Grundposition1 den Grundschrift zu zweit tanzen; nach jeweils 4 Grundschriften mit einem oder 2 Grundschriften zum nächsten Tanzpartner verschieben und weitertanzen.





Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**