

Monatsthema 01-02/2018: Rock'n'Roll – Boogie-Woogie

Wer bei Rock'n'Roll oder Boogie-Woogie nur an Elvis Presley, Petticoats, Sakkos und Hosenträger denkt, liegt falsch. Sportlich, temperamentvoll, modern: Beide Tänze sind sehr dynamisch und eine optimale Ergänzung im Sportunterricht. Dieses Monatsthema will dazu beitragen, diese beiden Tanzsportarten im Unterricht einzuführen und attraktive Lektionen zu gestalten.



Seit den 50er-Jahren haben sich mit Boogie-Woogie und Rock'n'Roll zwei dynamische Tanzsportarten entwickelt. Die beiden Tanzstile mit gemeinsamen Ursprung begeistern nicht nur Mädchen, sondern auch Jungen. Einfache Schritte und Figuren sorgen für Abwechslung und neue Herausforderungen für die Schülerinnen und Schüler.

Rock'n'Roll und Boogie-Woogie eignen sich bestens als Fitnesstraining. Durch das ständige «Hüpfen» – insbesondere beim Rock'n'Roll – sind Schwitzen und rote Köpfe garantiert. Dank guter, energievoller Musik herrscht beim Tanzen immer eine tolle Stimmung. Zu guter Letzt kann mit beiden Tanzstilen der Klassengeist optimal gefördert werden. Die vielen Partnerwechsel sorgen dafür, dass alle miteinander tanzen. Die Schülerinnen und Schüler müssen sich immer gegenseitig unterstützen, denn die einzelnen Figuren können sie nur dann tanzen, wenn sie zusammenarbeiten.

Als Nichttänzer unterrichten

Dieses Monatsthema richtet sich an Lehrpersonen von Schülerinnen und Schülern ab 10 Jahren. Es soll ihnen dabei helfen, allfällige Berührungsängste abzubauen und aufzeigen, dass auch Nichttänzer Rock'n'Roll oder Boogie-Woogie unterrichten können. Grundsätze und Figuren beider Tänze in verschiedenen Schwierigkeitsstufen werden mit Videos und Reihenbildern noch verständlicher gemacht, erste Akrobatikfiguren

zeigen auf, wie Rock'n'Roll im Schulsport eingeführt werden kann.

Die Inhalte sind schwerpunktmässig beim Paartanz angesiedelt. Aber auch das Formationstanzen kommt nicht zu kurz. Dabei kann die Lehrperson mit verschiedenen Aufstellungsformen variieren und die Schülerinnen und Schüler in grösseren Gruppen arbeiten lassen. Der Körperkontakt zwischen Mädchen und Jungen kann zu Beginn zu Aufregung führen, nach wenigen Minuten ist dies aber meist kein Problem mehr. Er ist zudem bei sehr vielen Elementen auf einen Hand-Hand Kontakt beschränkt.

Planen Sie ein grosses Schulfest?

Die vorgeschlagenen [Choreographien](#) können ohne Umschweife übernommen und zum Beispiel für eine Aufführung an einem Schulfest genutzt werden. Zum Schluss sind auch einige Musiktitel aufgeführt, die sich von der Geschwindigkeit her für die Schule eignen.

Monatsthema als pdf

- [Rock'n'Roll/Boogie-Woogie](#)

Videos

- [Playlists](#)

Hilfsmittel

- [Methodik/Didaktik](#)
- [Technik des Grundschnittes](#)
- [Musik und Apps](#) (pdf)

Praxis

- [Lets's start](#)
- [Führen und folgen](#)
- [Basisfiguren](#)
- [Erweiterte Figuren](#)
- [Formationstanzen](#)

- Akrobatik
- Choregraphie

Lektionen

- Einstieg in den Rock'n'Roll
- Einstieg in den Boogie Woogie
- Einführung in die Akrobatik
- Formationstanzen
- Erweiterte Figuren

Quelle: René Bachmann, Fabian Studer, J+S-Experten Tanzsport



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO