

Freestylesport – Breakdance: Kreativität und Rhythmus

Ist es nun Sport oder nicht? Egal. Breakdance ist bei Schülerinnen und Schülern beliebt. Mit den Gorilla-Videos sollen sie dazu animiert werden, die Grundschritte selbstständig zu erlernen. Bestens einzusetzen während des Homeschoolings, für bewegte Hausaufgaben oder auch für Projektarbeiten wie Choreografieren, Talentshows uvm.

Breakdance besteht aus verschiedenen Elementen. Da ist das Tanzen an sich, das nennt sich Top Rock. Den Tanz am Boden: Footwork, Freeze oder Powermove.

Breakdance ist ein kreativer Tanzstil. Die Schülerinnen und Schüler sollen dazu angeregt werden, zu vorgegebenen Bewegungen immer auch eigene hinzuzufügen, die dann zu eigenen Tricks werden. Wichtig: Immer vom Rhythmus der Musik tragen lassen.

Die Schülerinnen und Schüler sollen sich bewusst werden, dass Breakdance mit viel hartem Training verbunden ist. Nur so kann man ein guter Tänzer oder eine gute Tänzerin werden.

Gorilla hat mit dem Bieler Breakdancer Cedric Romanens die Basisbewegungen und ein paar Tricks in Videos aufgenommen. Sie sollen den Schülerinnen und Schülern ermöglichen, die Basics selbstständig zu erarbeiten.

Der Aufbau ist logisch und die Lernschritte sind in einfacher Sprache beschrieben. Geben Sie den Schülerinnen Rahmenbedingungen und ein Ziel vor.

Video-Einleitung mit Cedric Romanens

Quelle: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO