

# Methodik der Schrittvermittlung

## Timing

Das Timing ist das A&O der Kursstunde! Der Grundfahrplan auf der sich Lehrer/Lehrerinnen sicher bewegen

| min. | Beispiel Beginnerkurs über 75 Minuten    |                                                              |
|------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 5    | Begrüßung, Eintanzen                     | 3 Titel (Tänze der vorherigen Stunde)                        |
| 35   | Unterricht                               | Tanz 1 - Drei Infos pro Figur                                |
| 5-8  | Pause nach 40 / 45                       | mit Pausenplauderei (siehe Script) und Lichtstimmung "Athmo" |
| 25   | Unterricht                               | Tanz 2 - Drei Infos pro Figur                                |
| 5    | Austanzen & Verabschiedung & Schlussinfo | Lichtstimmung "Athmo" Events, Folgekurse ansagen             |

## Methodik

### Die methodische Reihe der Schrittvermittlung in 5 Steps (Eo – Em – Po – Pm – TR)

Auch die KursteilnehmerInnen verinnerlichen sehr schnell diese Methode. Sie dient der Orientierung.

Denke immer von den Füßen nach oben: Erst sehr lange und mit Geduld die Füße erklären (Step 1!), dann Haltung und Führungstechnik (Step 2). Nochmal: Während Du die Schritte einführst, definitiv keine Infos zu Haltung und Führungstechnik!

|   |                                                |                                                                                                                                                                                                   |
|---|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Einzel ohne Musik (Eo)<br>in Gegenüberstellung | Ziel: Schritte lernen (einzeln)<br>Step 1: Info über Anzahl der Schritte<br>Step 2: Info über Rhythmus der Schritte                                                                               |
| 2 | Einzel mit Musik (Em)<br>in Gegenüberstellung  |                                                                                                                                                                                                   |
| 3 | Paarweise ohne Musik (Po)                      | Ziel: Schritte synchronisieren (Paar)<br>Step 1: Erst wenn die Schritte beherrscht werden,<br>Step 2: Haltung, Führen und Folgen erklären<br>Überlege Dir vorher, die drei Grundinfos zur Figur!. |
| 4 | Paarweise mit Musik (Pm)                       |                                                                                                                                                                                                   |
| 5 | Let Dance!<br>Tanzrichtung /am Platz           | Erfolgsgefühl & Spaß erzeugen <b>mit viel Musik</b>                                                                                                                                               |

## Rhythmische Zählhilfe

Immer vorbereitend Einzählen mit "und 1 2 3" (Waltz) oder "5 6 7 8" (Swing/Salsa) oder "Jetzt geht's los"

### Drei Zählhilfen anbieten für verschiedene Lerntypen

Rhythmus zählen: 1 2 3 + 4 5 6 7 + 8

Rhythmische Ansagen: Rück-Platz / Seit-und-Seit / Vor-Platz

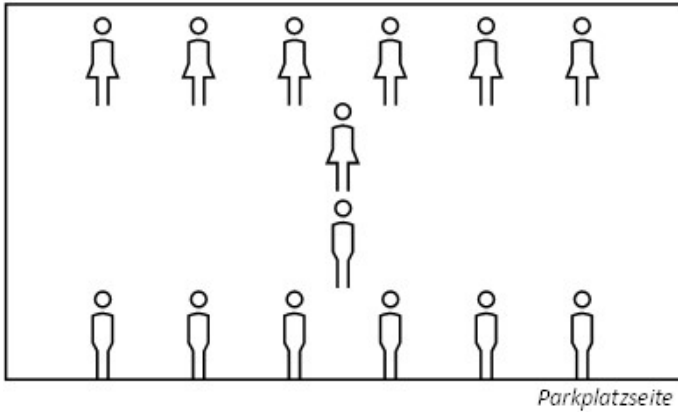
Fantasievolle Sprache: "Rück-Platz-mit Schwung herein-Dideldumm-Dadadumm" ...

## Anrede

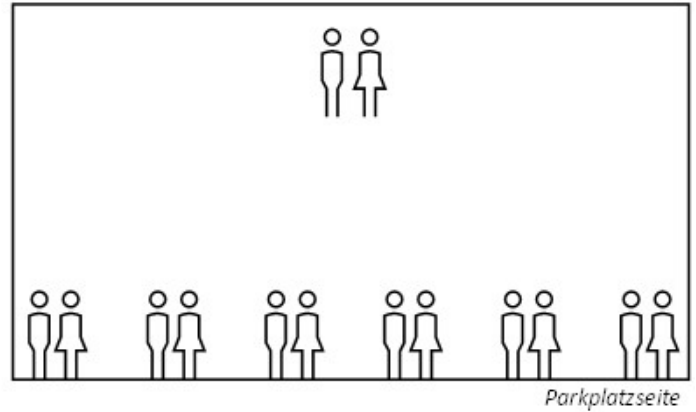
Herr & Dame ist Tabu! Wir sagen: Führende – Folgende / Leader – Follower

## Die Standardsituation

STEP 1 + 2 | Einzeln ohne | mit Musik (getrennt)

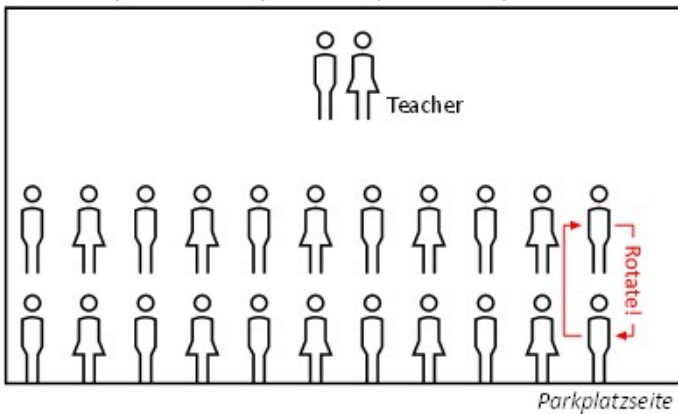


STEP 3 + 4 | Paarweise ohne | mit Musik

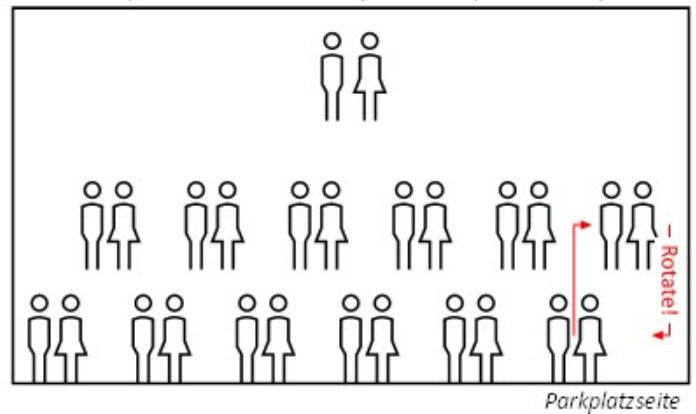


## 2 Reihen mit Rotation (z. Bsp. für Footwork)

STEP 1 + 2 | Einzeln ohne | mit Musik (mit Rotation)

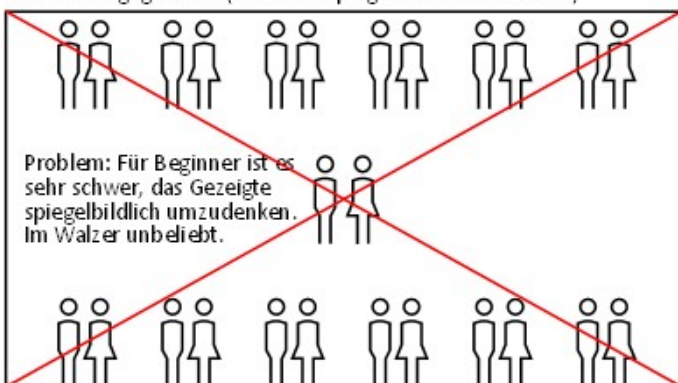


STEP 3 + 4 | Paarweise ohne Musik | mit Musik (mit Rotation)



## Keine gute Idee

Paarweise gegenüber (Problem: spiegelbildlich umdenken)



Paarweise im Kreis (Problem: spiegelbildlich umdenken)

