

Arbeitsauftrag für die Woche vom 16.02. bis zum 19.02.2021

Hallo, liebe 5a,

heute beschäftigen wir uns mit Streetdance / Breakdance...

Dafür habt ihr hier eine Menge Videos, mit denen ihr verschiedene Streetdance- oder Breakdance-Moves üben könnt.

Schaut Euch die Videos in Ruhe an und geht beim Üben eines neuen Schrittes in der folgenden Reihenfolge vor:

- 1) Video komplett anschauen
- 2) Versuche, den Schritt nachzumachen
- 3) Schaue das Video erneut an und mache die Bewegung auf den Schlag 1 und 2 nach
- 4) Video wieder anschauen und die Bewegung auf die Schläge 1-4 nachmachen
- 5) Bewegung der Schläge 1-4 ohne Video üben
- 6) Schaue das Video erneut und mache die auf den Schlag 5 und 6 nach
- 7) Video wieder anschauen und die Bewegung auf die Schläge 5-8 nachmachen

Ihr solltet jede Bewegung erst mehrere Male ohne Fehler geschafft haben, bevor ihr zu der nächsten Bewegung übergeht.

Auf der zweiten Seite findet ihr die Links zu den Videos und eine Tabelle zum Üben. Ihr dürft eine Spalte abhaken, wenn ihr diesen Punkt fehlerfrei erledigt habt. Die Videos sind von nach „leicht“ nach „schwer“ angeordnet – fangt also mit dem ersten Video an!!!

Achtet immer auch auf die Bewegung der Arme!

Ihr sollt nur versuchen, die einzelnen Bewegungen nachzumachen. Die DanceShow-Links sind nur Beispiele von Profis 😊

Möglicherweise werden wir diese Moves auch noch einmal im echten Sportunterricht, sollte dieser möglich sein, aufgreifen.

Viel Spaß beim Üben!

VA = Video anschauen

Nm = Nachmachen

1-2 = Schlag 1 bis 2 (in den Videos wird mitgezählt)

OV = Ohne Video

Mm = Mitmachen



VA	Nm	VA -- > 1-2 Nm	VA --> 1-4 Nm	OV --> 1-4 Nm	VA --> 5-6 Nm	VA --> 5-8 Nm	OV --> 1-8 Nm