



Drums Alive (Klasse 3/4)



Wissenswertes zum Tanzstil

Drums Alive ist ein ganzheitliches und rhythmisches Bewegungs- und Fitnessprogramm mit Pezzibällen. Carrie Ekins entwickelte ihr Bewegungskonzept aus eigener verletzungsbedingter Erfahrung heraus. Hier werden Aerobic-Grundschr itte mit selbst erzeugten Trommelrhythmen verbunden und kombiniert. Mit zwei Drumsticks wird auf große Gymnastikb alle zu Musik oder Rhythmus getrommelt. Drums Alive bietet eine große Bandbreite an einfachen bis komplexen Rhythmen und Bewegungen. Abhängig vom konditionellen und koordinativen Leistungsstand der Kinder können die Choreografien und Rhythmusfolgen gut variiert und differenziert werden. Intensität und koordinativer Anspruch sind dabei für jede Jahrgangsstufe anpassbar.



Kompetenz- und Lernzielbereich

- Entwicklung von Musikalität durch Erzeugung rhythmischer Phänomene (Musik und Rhythmus werden wahrnehmbar und über die Bewegung hörbar gemacht.)
- Entwicklung und Ausbildung konditioneller und koordinativer Aspekte wie z. B. Ausdauer, Koordination und Muskelaufbau
- Förderung von Konzentration und Beweglichkeit
- Ausbildung sozialer Kompetenzen durch Interaktion und gemeinschaftliches Erleben in der Gruppe
- Förderung von Wohlbefinden und Stressabbau/Emotionsverarbeitung



Einführung des Bewegungsstils

Pezzib alle haben einen hohen Aufforderungscharakter und benötigen nicht unbedingt ein Rahmensetting für die Motivationssteigerung. Wichtig ist, neben einem ausreichenden Platzangebot, vor allem die Gewöhnung an die benötigten Materialien. Zudem ist es wichtig, von Anfang an klare Regeln einzuführen sowie eindeutige Zeichen zu vereinbaren. Bei Ansagen und Anweisungen der Lehrkraft halten die Kinder beispielsweise die Drumsticks über dem Kopf. Eine günstige Methode zum Erlernen der Grundschr age und Grundbewegungen ist der imitative Lehrweg.



Tipps:

- Falls nicht genug Bälle für jedes Kind zur Verfügung stehen, eignet sich die Tandemarbeit mit einem Partner/Team Ball. Alternativ kann auch auf eine durch Bänke erhöhte Matte zum Trommeln werden.

Download zur Ansicht



Einstimmung

Um die Kinder mit den Unterrichtsmaterialien vertraut zu machen und den hohen Aufforderungscharakter der Bälle für Motivationszwecke zu nutzen, ist eine spielerische Gewöhnung an Ball, Ballschale (Ballablage) und Drumsticks von großem Nutzen. Als günstiger Einstieg bietet sich eine Erkundungs- und Explorationsphase an, in der die Schlag- und Bewegungstechnik erprobt werden kann. Anschließend sollten Kriterien wie Stellung zum Ball, das Halten der Drumsticks und die Schlagtechnik besprochen werden.

Die Pezzibälle liegen in der Halle auf den Ballschalen verteilt, das Metronom bzw. die Musik gibt den Grundschlag und das Tempo vor. Die Kinder gehen mit den Drumsticks zwischen den Bällen umher und stimmen sich auf das Tempo von Musik oder Rhythmus ein. Die Lehrkraft demonstriert nach Ansage ein Grundmotiv am Pezziball. Jedes Kind stellt sich hinter einen Ball, beobachtet die Lehrkraft und versucht das Bewegungsmotiv zu imitieren. Nach Aufforderung der Lehrkraft bewegen die Kinder sich weiter im Raum und warten auf neue Ansagen und Demonstrationen.



Musikauswahl

- Metronom für den Grundschlag (einfache rhythmische Variation über den Grundschlag legen, z. B. durch Reime)
- Hier kommt die Maus (Stefan Raab)
- Der, die, das (Sesamstraße)





Präsentation

- erhöhter Flächenbedarf für die Bühnenfläche, durch die Größe der Bälle
- bei rhythmischer Sicherheit Auftritt auch ohne Musik möglich (evtl. nur Metronom)
- Falls Lichteffekte zur Verfügung stehen, kann die Bühne in den Farben der Bälle ausgeleuchtet werden.
- Gruppengröße bei kleinen Bühnenflächen 8 bis 10 Kinder, wobei eine Präsentation mit vielen Kindern durchaus imposant wirkt
- Die Kreisform bietet sich als Aufstellungsform an, da so jedes Kind auch bei einem Platzwechsel einen Ball hat. Für die Aufwirkung sind publikumszugewandte Formen geeigneter. Bei der Blockaufstellung müssen Platzwechsel der Kinder gut durchdacht sein, damit für alle ein Rhythmus- oder Bewegungsmotiv gesichert ist. (Bei Reihenverschiebungen der Kinder nach rechts oder links zum nächsten Ballwechsel muss Ball platziert, hier sind Bewegungen ohne Ball relevant.)
- Kleiner Gruppenaufbau, um Kompositionen oder Kontrastieren





Motiv 1: Single Beats

| Zählzeit | Beschreibung | Skizze |
|----------|---|---|
| 1 | Schlag mit rechtem Drumstick auf den Ball |  Video ansehen  |
| 2 | Schlag mit linkem Drumstick auf den Ball | |
| 3 | Schlag mit rechtem Drumstick auf den Ball | |
| 4 | Schlag mit linkem Drumstick auf den Ball | |
| 5 | Schlag mit rechtem Drumstick auf den Ball | |
| 6 | Schlag mit linkem Drumstick auf den Ball | |
| 7 | Schlag mit rechtem Drumstick auf den Ball | |
| 8 | Schlag mit linkem Drumstick auf den Ball | |



Motiv 2: Double Beats

| Zählzeit | Beschreibung | Skizze |
|----------|---|---|
| 1 | Schlag mit beiden Drumsticks auf den Ball |  Video ansehen  |
| 2 | Schwung holen bis auf Kopfhöhe | |
| 3 | Schlag mit beiden Drumsticks auf den Ball | |
| 4 | Schwung holen bis auf Kopfhöhe | |
| 5 | Schlag mit beiden Drumsticks auf den Ball | |
| 6 | Schwung holen bis auf Kopfhöhe | |
| 7 | Schlag mit beiden Drumsticks auf den Ball | |
| 8 | Schwung holen bis auf Kopfhöhe | |

Download zur Ansicht



Motiv 4: Double Beats/Overhead Clicks

| Zählzeit | Beschreibung | Skizze |
|----------|--|----------------------|
| 1 | Schlag mit beiden Drumsticks auf den Ball | <p>Video ansehen</p> |
| 2 | Schwung holen bis auf Kopfhöhe | |
| 3 | Schlag mit beiden Drumsticks auf den Ball | |
| 4 | Schwung holen bis auf Kopfhöhe | |
| 5 | Schlag mit gekreuzten Drumsticks über Kopf | |
| 6 | Schlag mit gekreuzten Drumsticks über Kopf | |
| 7 | Schlag mit gekreuzten Drumsticks über Kopf | |
| 8 | Schlag mit gekreuzten Drumsticks über Kopf | |



Motiv 5: Around the ball

| Zählzeit | Beschreibung | Skizze |
|-------------------------------------|---|----------------------|
| 1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + 7 + 8 | Mit 8 rechten Seitgaloppschritten den Ball umrunden, dabei jeweils Schlag mit beiden Drumsticks auf den Ball. | <p>Video ansehen</p> |

Download zur Ansicht



Choreografie

- Länge: 20 Takte + 2 Zählzeiten (= 10 x 8 Zählzeiten)
- Musik: Der, die, das (Sesamstraße)
- Aufstellung: Bälle sind in einem Kreis formiert

Einleitung (= 2 Takte)

| Zählzeiten | Erklärung | Raumwege |
|------------|-----------------|------------------------------|
| 1–8 | Hüpfen zum Ball | aus verschiedenen Richtungen |

Teil 1 (= 14 Takte)

| Zählzeiten | Erklärung | Raumwege |
|------------|--|---|
| 1–8 | Motiv 1: Single Beats | hinter dem Ball stehend |
| 1–8 | Motiv 4: Double Beats/Overhead Clicks | hinter dem Ball stehend |
| 1–4 5–8 | Motiv 4: Double Beats/Overhead Clicks mit Positionswechsel: <ul style="list-style-type: none"> • zwei Double Beats am Platz • in vier Schritten rechts, links, rechts, links zum rechten Nachbarball wechseln, dabei vier Overhead Clicks | hinter dem Ball stehend Positionswechsel zum Nachbarball |
| 1–8 | Motiv 1: Single Beats | hinter dem Ball stehend |
| 1–8 | Motiv 5: Around the ball | um den Ball herum |
| 1–8 | Motiv 4: Double Beats/Overhead Clicks | hinter dem Ball stehend |

Teil 2 (= 6 Takte)

| Zählzeiten | Erklärung | Raumwege |
|------------|-----------|----------|
|------------|-----------|----------|



Unterstützende Bildkarten



Single Beats



Double Beats



Download
zur Ansicht

Overhead Clicks

Double Beats/
Overhead Clicks





Around the ball



**Download
zur Ansicht**