



Jugileiterkurs 2015, Grabs

Hauptziel:

Lektionenziel: Techniktraining und mit Raum / Zeit / Ebenen arbeiten

Zielgruppe: Team Aerobic oder bessere Jugi-Tänzer

Datum: 21. März 2015

Einstieg:

Ziel	Wie	Organisation	Material	Zeit
Warm werden, Freude haben, sich auslassen	<ul style="list-style-type: none">- Power Intervall- Kurzes Dehnen	- im Plenum ganze Halle	-Power Intervall	10'

Hauptteil:

Ziel	Wie	Organisation	Material	Zeit
Grundschritte lernen, umsetzen, variieren können, im Team arbeiten	<ul style="list-style-type: none">- Mit Technik Grundschritten anfangen und diese dann mit Variationen zu Tanz machen- Diesen Tanz zu anderen Musiken spielen zu selber gemachter Musik- In Gruppenarbeit 3x8 selber erarbeiten und dies auf verschiedenen Ebenen- Dieses in Raum variieren / Aufstellungen in der Gruppe erstellen	-Frontal im Plenum -Gruppenarbeit -zwei Gruppen miteinander	Musik: >1 >	40'

Schluss:

Ziel	Wie	Organisation	Material	Zeit
Ausklingen, Spass haben, Rhythmus kennenlernen	<ul style="list-style-type: none">- Mit Bechern im Kreis das Klatschspiel machen mit Becher Wechsel	- Kreis	Musik: Becher	5'

