

Inhalt

FROH ZU SEIN BEDARF ES WENIG

August Mühling

8

Getreu dem Motto des Songs sorgt diese simple, sich wiederholende Choreografie mit einprägsamen Moves für viel Freude und Frohsinn.

TANZ ALLES, WAS DU HAST

Maybebop

12

Bebop trifft Kindermusik – lustige Lyrics und dynamische Bewegungen machen diese energiegeladene Choreografie zu einem wahren Garanten für gute Laune.

ROCKBAND

Randale

16

Jetzt wird gerockt! Bei dieser simplen Choreografie verwandelt sich Ihre Klasse in eine waschechte Rockband. Mit den Stühlen als Instrumente wird ordentlich „Randale“ gemacht.

I'M GONNA BE (500 MILES)

The Proclaimers

20

Mit diesem Klassiker aus den 80ern machen Sie müde Kinder wach. Die vielfältigen Bewegungen mobilisieren nacheinander alle Körperteile.

Begeben Sie sich mit den Kindern auf eine mitreißende Seefahrt und erzeugen Sie gemeinsam wellenschlagende Klänge – so holen sie auch Landratten mit ins Boot.

WELLERMAN

Nathan Evans

24

WILHELM TELL: OVERTÜRE (FINALE)

Gioachino Rossini

28

Galoppieren Sie mit Ihrer Klasse durch dieses klassische Meisterwerk und erwecken Sie die anspruchsvolle Choreografie mit Klanghölzern oder Stiften zum Leben.

WIE SCHÖN, DASS DU GEBOREN BIST

Rolf Zuckowski

32

Die Klatschrhythmen zum Geburtstagsklassiker „Wie schön, dass du geboren bist“ sind einfach zu erlernen und ermöglichen im gemeinsamen Stuhlkreis eine besondere Würdigung des Geburtstagskindes.

JINGLE BELLS

James Lord Pierpont

36

Ho, ho, ho! Ob als vorweihnachtlicher Unterricht oder für eine anstehende Schulaufführung, mit dieser klangvollen Choreografie kommen alle in Weihnachtsstimmung.

I'M GONNA BE (500 MILES)

The Proclaimers

LUGERT



- HB10 I'm Gonna Be (500 Miles) (Cover)
- HB11 Groove Originaltempo
- HB12 Groove langsam

Schwierigkeit



Platzbedarf



Energie



Videos

Choreografie
bit.ly/stuhltanz_7



Tutorial
bit.ly/stuhltanz_8

Mit diesem Klassiker aus den 80ern machen Sie müde Kinder wach. Die vielfältigen Bewegungen mobilisieren nacheinander alle Körperteile.

VORBEREITUNG

Die Choreografie kann problemlos am Platz getanzt werden. Die Kinder sollten allerdings etwas vom Tisch abrücken, da sie im Refrain auf dem Stuhl sitzend marschieren und sich nicht die Knie am Tisch stoßen sollen.

IDEE DER CHOREO

In den Strophen werden nacheinander alle Körperteile „aufgeweckt“ und stückweise mobilisiert. Beginnend mit dem Kopf, über die Hände und Arme weitergehend enden wir mit den Füßen. Im Refrain wird der Liedtext aufgegriffen und es wird am Platz marschiert. Dabei ist das Gehen im Metrum nicht entscheidend, vielmehr kann jedes Kind nach seinem Energielevel entscheiden, in welchem Tempo es gehen bzw. laufen möchte.

ALTERNATIVE BEWEGUNGEN

Während des Refrains kann bei genügend Platz das sitzende Marschieren auch durch raumgreifendere Bewegungen ersetzt werden. So könnten die Kinder den Refrain nutzen, um frei durch den Raum zu laufen und gegebenenfalls die Plätze zu tauschen. Dabei können Sie auch gemeinsam mit den Schüler*innen Aktionen entwickeln, die ausgeführt werden, beispielsweise in der Hocke gehen, auf einem Bein hüpfen oder einen Hampelmann machen.

In der Choreografie sind die Wörter im Liedtext der ersten vier Takte der ersten Strophe fett markiert, bei denen die Bewegungen gemacht werden. Die Bewegungen zum zweiten und dritten Viertakter werden im gleichen Tempo ausgeführt, im letzten Teil der ersten Strophe wechselt man dann zum doppelten Tempo. Mit diesem Wechsel wird während des gesamten Songs gespielt. Alternativ können Sie auch immer nur die Variante im langsamen Tempo tanzen.

WEITERFÜHRENDE UNTERRICHTSIDEEN

Betten Sie den Tanz als Morgenritual in Ihre Tagesstruktur ein und erzählen Sie Ihren Kindern eine kleine Geschichte zum Wachwerden. Der Satz „I would walk 500 miles“ eignet sich zudem als Gesprächsanlass. Wie weit sind eigentlich 500 Meilen (etwa 805 km)? Kann man so weit eigentlich laufen? Gibt es etwas, wofür die Schüler*innen so weit laufen würden?

SONG & INHALT

Dieser etliche Male gecoverte Song ist sowohl die Stadion-Tor-Musik für die schottische Nationalmannschaft als auch für den SV Werder Bremen.

Übrigens: Die beiden schottischen Bandmitglieder Craig und Charlie Reid sind nicht nur Brüder, sondern sogar eineiige Zwillinge.

I'M GONNA BE (500 MILES)

The Proclaimers

Tanzchoreografie

Text: C. M. Reid, C. S. Reid

INTRO (Instrumental)

Mit gesenktem Kopf auf dem Stuhl sitzen

1. STROPHE

When I wake up,

Kopf heben

well I know I'm gonna be

Kopf zur Decke strecken, nach vorne

I'm gonna be the man who wakes up next to you

Kopf nach unten, vorne, oben, vorne

When I go out ...

Kopf im gleichen Metrum abwechselnd nach rechts, vorne, links, vorne drehen

If I get drunk ...

Rechte Schulter zu den Ohren ziehen, wieder sinken lassen, mit der linken Schulter genauso, dann einmal wiederholen

And if I haver ...

im doppelten Tempo rechte Schulter zu den Ohren ziehen, linke Schulter zu den Ohren ziehen, beide sinken lassen (4 x)

REFRAIN

But I would walk 500 miles ...

Im Sitzen auf der Stelle laufen

2. STROPHE

When I'm working ...

Rechte Handinnenfläche waagrecht vor dem Körper „aufdrehen“, danach auf den rechten Oberschenkel legen, dasselbe mit links, einmal wiederholen

And when the money ...

Gleiche Bewegungen im doppelten Tempo wiederholen, dabei beide Hände immer gleichzeitig auf die Oberschenkel legen (4 x)

When I come home ...

Rechte Hand auf Brusthöhe anheben, Handfläche zeigt nach vorn, danach auf den rechten Oberschenkel legen, dasselbe mit links, einmal wiederholen

And if I grow old ...

Gleiche Bewegungen im doppelten Tempo wiederholen, dabei beide Hände immer gleichzeitig auf die Oberschenkel legen (4 x)



REFRAIN

But I would walk ...

Sitzend auf der Stelle laufen

POST-CHORUS (2 x)

Da da da ...

Rechten Unterarm mit geschlossener Faust senkrecht vor den Oberkörper halten

(Da da da ...)

Linken Unterarm ebenso dazunehmen

Da da da ...

Rechten Unterarm mit geschlossener Faust waagrecht vor den Oberkörper halten

(Da da da ...)

Linken Unterarm ebenso dazunehmen

Da Da Da Dun Diddle ...

Unterarme vor dem Oberkörper umeinanderrollen, dabei mit dem Oberkörper hin- und herschaukeln

2 Takte Pause

3. STROPHE

When I'm lonely ...

Rechte Hacke in kurzer Distanz vorn auf den Boden setzen, wieder zurücksetzen; dasselbe mit links, einmal wiederholen

And when I'm dreaming ...

im doppelten Tempo rechte Schulter zu den Ohren ziehen, linke Schulter zu den Ohren ziehen, beide sinken lassen

When I go out ...

Rechte Hacke mit gestrecktem Bein vorn auf den Boden setzen, wieder zurücksetzen, dasselbe mit links, einmal wiederholen

And when I come home ...

Gleiche Bewegungen im doppelten Tempo wiederholen (4x)

INTERLUDE

Im Sitzen vorsichtig auf der Stelle laufen

REFRAIN

Siehe oben

POST-CHORUS (4 x)

Da da da ...

REFRAIN

Siehe oben

