

Gymnastik und Tanz

Frage: 1

6.

Welchen Wert mißt du der Gymnastik und dem Tanz zu?

- Gymnastik und Tanz fördert die Beweglichkeit, Haltung und Rhythmik
- das Gleichgewicht und die Haltung
- hilft bei der Entwicklung von Körpergefühl
- fördert das Selbstvertrauen und Selbstständigkeit

Frage: 2

Welche „Fortbewegungsarten“ in Gymnastik und Tanz kennst du?

- Gehen und laufen
- Hüpfen und Springen

Frage: 3

7.

Nenne mindestens drei Sprünge aus dem Bereich Gymnastik und Tanz:

- Pferdchensprung, Galoppsprung
- Drehsprung, Scherensprung

Frage: 4

Welche Handgeräte zu Gymnastik und Tanz sind dir bekannt?

- Seil, Ball, Band
- Keule und Turnstab
- Reifen

Frage: 5

8.

Wo liegt der Unterschied zwischen dem „normalen Gang“ und dem „Gang in der Gymnastik“?

- Normaler Gang: man setzt zuerst mit der Ferse auf und rollt ab
- Gymnastik Gang: den Fuß von der Zehenspitze her abrollen

Frage: 6

Welche Übungsformen kennst du im Bereich Gymnastik und Tanz?

- Einzel-, Partner- und Gruppenübungen (-Tänze)

- 7) Welche Arten der Gymnastik gibt es?
- medizinische funktionelle Gymnastik (aufwärmgymnastik)
 - rhythmische - musikalische Gymnastik (Aerobik)
 - tänzerische Gymnastik (z.B. HipHop / Streetdance)
 - Cool down / Stretching

Frage: 7

Nenne verschiedene Aufstellungsformen:

- Kreis, Diagonale, Halbkreis
- Reihe, Linie, Doppellinie, Doppelreihe
- Gasse

Frage: 8

Wie nennt man aneinandergereihte Schritte?

- Schritt- und Sprungkombinationen

Frage: 9

9

Welche Möglichkeiten der musikalischen Untermalung kennst du?

- Klanggesten durch Klatschen
- Tambourin
- Schallplatte, Kasette, CD, Mini-Disk, MP 3 Player
- Singen

Frage: 10

10

4P

Welche Tanzformen kennst du?

- *Klassisches Tanz: Ballett*
- Folklore Tanz: z. B. aus Bayern, Osteuropa, Südamerika usw.
- Gesellschaftstanz: Rock'n'Roll, Standarttänze, lateinamerikanische Tänze, Modetänze, höfische Tänze
- Ethnischer Tanz: afrikanischer Tanz, orientalischer Tanz, asiatischer Tanz, brasilianischer Tanz, Samba, Flamenco usw.
- Künstlerischer Tanz: Jazztanz, Steptanz, Ausdruckstanz
- *Moderner Tanz: Breakdance, HipHop, Techno*

6P

11) Was versteht man unter einem Takt?

- Zusammenfassung mehrerer Grundschläge zu einer Einheit

12) Welche Taktarten kennst du?

- 3/4 Takt (Walzer)
- 4/4 Takt