

Dörte Wessel-Therhorn

Jazz Dance-Training



Meyer & Meyer Verlag

796.41



Inhalt

	Einleitung	9
1	Die Entwicklung des Jazz Dance	11
1.1	Wurzeln und Grundphänomene	11
1.2	Ursprung und Entwicklung in Amerika	12
1.3	Europäische Ausbreitung	13
2	Zum Vermittlungskonzept	14
2.1	Adressaten und Ziele	14
2.2	Das Material	15
2.3	Der Unterricht	15
2.3.1	Der Stundenaufbau	15
2.3.2	Lehr- und Lernverfahren	16
2.3.3	Leistungsstufen und Übungsschwerpunkte	17
3	Grundlagentraining	18
3.1	Anatomisch-funktionelle Grundlagen zur tänzerischen Ausbildung	18
3.1.1	Haltungsbewusstsein und Aufrichtung	18
3.1.2	Rumpfstabilität und Rumpfkraft	19
3.1.3	Rumpfbeweglichkeit	19
3.1.4	Beweglichkeit, Dehnung und Koordination der unteren Extremität	20
3.1.5	Gleichgewichtsfähigkeit und Drehungen	23
3.2	Isolationstechnik	24
3.2.1	Bewegungszentrum Kopf	25
3.2.2	Bewegungszentrum Schultergürtel	25
3.2.3	Bewegungszentrum Brustkorb	25
3.2.4	Bewegungszentrum Becken	26
3.2.5	Die Arme	26
3.2.6	Die Beine	26
3.3	Standardbegriffe und Positionen des Körpers	27
3.3.1	Lagen (Lying Level)	27
3.3.2	Sitz (Sitting Level)	27
3.3.3	Stand (Standing Level)	28
3.3.4	Kniesitz und Kniestand (Kneeing Level)	29
3.3.5	Fußpositionen	29
3.3.6	Armpositionen	30
3.3.7	Raumrichtungen	30
3.4	Übungskatalog	30
3.4.1	Center Work 1	32



3.4.2	Floor Work 1	48
3.4.3	Center Work 2	48
3.4.4	Barre	65
3.4.5	Floor Work 2	75
3.4.6	Center Work 3	85
3.4.7	Isolation	96
3.4.8	Across the Floor	99

4 Jazztanzunterricht im Basisbereich105

4.1	Didaktisch-methodische Konzeption	105
4.2	Musik und Rhythmus im Jazz Dance-Training	106
4.3	Stundenbeispiel 1	109
4.3.1	Center Work 1	109
4.3.2	Floor Work 1	111
4.3.3	Barre	116
4.3.4	Floor Work 2	122
4.3.5	Isolation	125
4.3.6	Across the Floor	126
4.4	Stundenbeispiel 2	129
4.4.1	Center Work	129
4.4.2	Floor Work 1	135
4.4.3	Barre	140
4.4.4	Floor Work 2	147
4.4.5	Isolation	148
4.4.6	Across the Floor	150

5 Übungsreihen zur systematischen Erarbeitung einzelner Jazz Dance-Techniken152

5.1	Pliés	153
5.1.1	Floor Work	151
5.1.2	Barre	156
5.1.3	Center Work	156
5.2	Jazz Split	157
5.2.1	Floor Work	154
5.2.2	Barre	159
5.2.3	Center Work	159
5.3	Contraction Fall	160
5.3.1	Floor Work	160
5.3.2	Barre	161
5.3.3	Center Work	162
5.4	Back Fall	162
5.4.1	Floor Work	162



5.4.2	Barre	162
5.4.3	Center Work	163
5.5	Hop and Side Fall	163
5.5.1	Center Work	164
5.5.2	Across the Floor	166
5.6	Turns	167
5.6.1	Pivot Turn	167
5.6.2	Turn Closed parallel und ausgedreht	168
5.6.3	Cross Turn	169
5.6.4	Pas de Bourée und Turn en Dehors	169
5.7	Isolation und Polyzentrik	171
5.7.1	Kopf und Füße	171
5.7.2	Schultern und Arme	171
5.7.3	Brustkorb und Arme	172
5.7.4	Becken, Steps, Arme und Kopf	174
	Nachwort	175
	Anhang	176
	Abkürzungen	176
	Übersetzung der Übungstitel und der technischen Begriffe	176
	CD-Verzeichnis	178
	Literaturverzeichnis	179
	Bildnachweis	190

