Züri Dance Award 2027

Vorbereitungsphase: Infos, Tipps & Tricks

Liebe Teamleitende,
In diesem Dokument fassen wir die wichtigsten Infos zur Vorbereitungszeit für euch zusammen. Es soll euch als Hilfe zur Vorbereitung und als erste Anlaufstelle bei Fragen dienen. Kommt ihr damit nicht weiter, so dürft ihr uns selbstverständlich kontaktieren. Viel Spass bei den Vorbereitungen!

OK Züri Dance Award

Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Infos 2

Anmeldungen / Teams 2

Coachings – Support für Schulklassenteams 2

Dance360-school.ch – Ideen und Weiterbildung 3

Workshops für Teamleiter:innen 3

Vorbereitungsphase – Tipps 4

Unterricht: Organisationsformen und Methoden 5

Input Lehrperson 5

Halbklassenunterricht 5

Gruppenarbeiten 5

Hausaufgaben 5

Organisationformen zum Üben 6

Choreografie – Hinweise und Tipps 7

Grundgerüst 7

Choreografie mit einfachen Mitteln spannend gestalten 7

Synchronität und Ausstrahlung 7

Steigerung und Höhepunkt einbauen 8

Anfang und Ende der Choreografie 8

Musik 8

Rahmenbedingungen – Bühne/Licht/Kostüme 9

Reglement und Bewertungskriterien 9

Social Media / Foto / Video 9

Kontakt 10

Allgemeine Infos

Ziel

- Der Züri Dance Award soll den Mädchensport und das Tanzen im Sportunterricht an Schulen fördern.
- Der Züri Dance Award ist ein Schulprojekt - organisiert vom Verein Bewegungskultur im Auftrag des Sportamtes der Stadt Zürich. Die Klassen/Gruppen werden von Lehr- oder Betreuungspersonen angeleitet, nicht von Eltern, älteren Geschwistern etc.
- Der Züri Dance Award ist KEIN Freizeitprojekt. Für die SuS soll kein erheblicher Mehraufwand entstehen.

Anmeldungen / Teams

- Am Züri Dance Award nehmen 64 Teams teil. Leider konnten wir nicht alle Anmeldungen berücksichtigen.
- Jedes Team braucht am Eventtag eine erwachsene Begleit- und Betreuungsperson! Falls ihr wegen einem Notfall nicht selbst vor Ort sein könnt, meldet uns bitte den Kontakt eurer Stellvertretung.
- Die Unterscheidung von freiwilligen Schulsportgruppen und Klassenteams ist sehr wichtig. Bitte kontrolliert, ob euer Team in der richtigen Kategorie angemeldet ist: Teams mit Kids aus einer Klasse gelten als Klassenteams, Teams mit Kids aus verschiedenen Klassen, die im freiwilligen Schulsport trainieren, gelten als freiwillige Schulsportgruppen.

Coachings – Support für Schulklassenteams

Sichert euch euren persönlichen Coach vom „dance360-Team“ und lasst euch wertvolle Tipps und Ideen geben. Euer Coach unterstützt euch an eurer Schule während dem Sportunterricht in bis zu 5 Lektionen. Das Angebot ist kostenlos, es gilt: first come, first served.

- Möglich ab November 2026 - 19. März 2027
- Für die Coachings werden nur die Klassenteams berücksichtigt.
- Dein Coach ist nicht dein Choreograph – aber er unterstützt und berät dich gerne.
- Du und dein Coach sind ein Team! Melde dich möglichst bald bei deinem Coach und sprecht Termine und den Inhalt der Workshop-Lektionen ab. Überlege dir dazu, was dir und deinem Team am wichtigsten ist und in welchen Bereichen ihr Hilfe gebrauchen könnt. Ein guter Austausch ist wichtig, damit die zur Verfügung stehende Zeit optimal genutzt werden kann.
- Die Coachings finden während dem Sportunterricht statt. Du bist während den Coaching-Lektion als Lehrperson ebenfalls anwesend!

Fragen und Anmeldungen an: Nicole Ermanni, nicole@zueridanceaward.ch

---

Dance360-school.ch – Ideen und Weiterbildung

Auf **www.dance360-school.ch** findet ihr eine riesige Sammlung an Dancemoves (Videos) und Zusatzinfos zu Tipps & Methodik (z.B. „wie unterrichte ich über einen längeren Zeitraum Tanzen in der Klasse“... / Infos bezüglich Gestalten und Choreographieren) – schaut mal nach.

«Mix up the Dance!» heisst das Weiterbildungsangebot vom Sportamt Zürich für Einsteiger*innen im Bereich «Tanzen in der Schule». Experten in Tanz und Pädagogik geben euch Tipps, Anregungen und führen euch in das Online-Lehrmittel „dance360-school.ch“ ein. Die Weiterbildung ist kostenlos.

- 9. / 16. / 23. November 2026 (18.30 – 20.30 Uhr)
- Anmeldung online www.sportamt.ch/weiterbildung

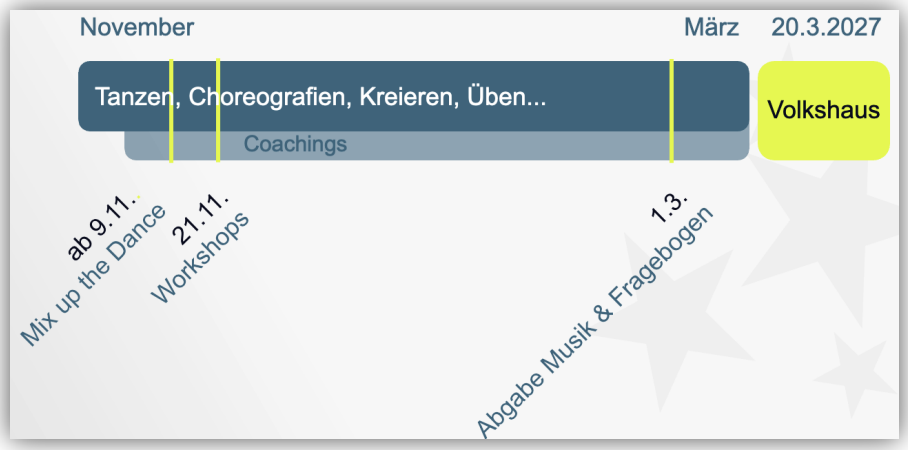
Workshops für Teamleiter:innen

Am Samstag, 21. November 2026, bieten wir euch drei Workshops zu verschiedenen Aspekten eurer Arbeit mit den Schüler:innen. Jeder Workshop dauert ungefähr eineinviertel Stunde – du kannst dich für nur einen Workshop anmelden oder gleich alle drei besuchen.
Nach den Workshops verraten wir euch die wichtigsten Tipps & Tricks für die Vorbereitung mit euren Gruppen und beantworten individuelle Fragen.

Infos & Anmeldung (bis 18. November 2026)

Die Workshops finden in Oerlikon (Sportanlage Im Birch statt).

Vorbereitungsphase – Tipps



Da mit den SCH über einen relativ langen Zeitraum an einem Projekt gearbeitet wird, ist eine sinnvoll rhythmisierte Vorbereitungsphase sehr hilfreich.

- Die Übungsphasen abwechslungsreich gestalten (Tanzsequenzen). In der Sportstunde kann auch nur ein Teil der Lektion mit dem Thema Tanzen gestaltet werden (z.B. 10' zum Einstieg, oder am Ende der Lektion). Es ist nicht gedacht, dass alle Sportstunden bis zum Event mit Tanzen gefüllt werden (mit der Klasse thematisieren...)
- Die SCH haben viele gute Ideen! Das gemeinsame Erarbeiten des Tanzstückes oder eines einzelnen Teils motiviert und lehrt die SCH verschiedene Ideen und Inputs zu respektieren.
- Beim Üben verschiedene Musikstücke verwenden.
- Videoaufnahmen (nach Regeln der Schule) während den Vorbereitungen helfen die verschiedenen Choreografie-Abschnitte festzuhalten und zeigen den SCH ihren Fortschritt auf.
- Alles Organisatorische (Hinreise, Kostüme...) soll ausserhalb des Sportunterrichts (Bsp. Klassenstunde) erledigt werden, was einen positiven Einfluss auf die aktive Bewegungszeit der SCH im Sportunterricht hat. Fächerübergreifende Arbeit (für Kostüm, Musikunterricht- Musikstile thematisieren...) in Betracht ziehen.

WICHTIG!

- Die Show wird im Unterricht einstudiert (Sportunterricht oder freiw.Schulsport) und nicht in der Freizeit.
- Hochs und Tiefs im gestalterischen Prozess sind normal - egal auf welcher Alters-und Niveaustufe.
- Den Aufwand in gesundem Mass halten! Die Teamleiter:innen sind nicht verpflichtet unzählige zusätzliche Stunden in ihrer Freizeit zu investieren. Die Kids können sich treffen und in der Freizeit selbstständig üben und festigen.

Der Züri Dance Award soll ein Tanzfest sein – das Mitmachen und der Auftritt vor Publikum auf der grossen Volkshausbühne stehen im Vordergrund! Dazu müssen die Shows nicht perfekt sein. Für uns vom Projektteam ist dies neben der Förderung von Mädchensport und Tanz ein wichtiger Punkt.
Bitte gebt diese Einstellung euren Teams mit! **Danke!**

Unterricht: Organisationsformen und Methoden

Input Lehperson

- Kleine Kombi (Abfolge) den SCH lernen
- Verschiedene einzelne Tanzbewegungen den SCH lernen: Bsp. Steps, Bodenteile, Partnerteile, Freeze, Drehung, Jumps, Akrobatik... Diese können die SCH dann in Gruppen selbst aneinanderfügen.

Das Online-Lehrmittel dance360-school.ch bietet unzählige Dancemoves und kleine Kombis, welche in eigenen Playlists gespeichert werden können. Dazu ist eine Anmeldung auf der Website nötig (kostenlos).

Halbklassenunterricht

Voraussetzung: Der Halbklassenunterricht ist den SCH bereits bekannt und die Sozialkompetenzen dafür sind in der Klasse vorhanden.
Es gilt: nicht zu lange Sequenzen im Halbklassenunterricht (Konzentration, Aufmerksamkeit).

- Gruppen bilden, die einen eigenen Choreografie-Abschnitt einstudieren möchte: z.B. Mädchen, Knaben, oder auch gemischt.
- Damit den unterschiedlichen Gruppen genügend Unterstützung geboten werden kann, ist es sinnvoll, die Klasse aufzuteilen. Der einen Klassenhälfte wird ein einfacher Auftrag gegeben (bspw. ein einfaches Bewegungsspiel), den sie selbstständig ausführen können. Die andere Klassenhälfte arbeitet an der Choreografie und wird hauptsächlich von der Lehrperson unterstützt.

Gruppenarbeiten

Die Klasse wird in mehrere Gruppen aufgeteilt. Die verschiedenen Gruppen erhalten einen Auftrag. Die Aufträge können unterschiedlich sein und über mehrere Lektionssequenzen andauern. Im Folgenden einige Beispiele für mögliche Aufträge:

- Ideen zur Musik, zum Thema der Choreografie oder zu den Kostümen sammeln, notieren und der Klasse/dem Team präsentieren.
- Zu einem Abschnitt eine eigene Choreografie einstudieren und diese üben.
- Einen bereits vorhandenen Choreografie-Abschnitt üben und sich gegenseitig Rückmeldungen geben, damit die Ausführung der Tanzschritte verbessert werden kann.

Es soll immer ein Termin fixiert werden, bis wann die Gruppenaufträge erledigt werden müssen. Für die Gruppenaufträge muss im Unterricht Zeit zur Verfügung gestellt werden.

Hausaufgaben

Grundsätzlich ist es nicht das Ziel, dass die SCH zu Hause an den Vorbereitungen weiterarbeiten müssen. Es gibt aber SCH, die dies gerne tun würden. Bsp:

- Ideen für die Musik notieren und der LP mitbringen (CD, digital, Liste).
- Auf dance360-school.ch einen Tanzschritt aussuchen, der ihnen besonders gut gefällt, diesen üben und das nächste Mal der gesamten Klasse vorzeigen und beibringen (Dies kann auch in Partnerarbeit gemacht werden. Je nach Zielstufe).
- Den Ablauf und die Tanzschritte der Choreografie üben.

- Ideen zu den Kostümen notieren und diese in den Unterricht mitbringen.

Organisationformen zum Üben

Die Tanzschritte und die gesamte Choreografie müssen geübt werden. Dabei können das Tanzen in Längen, der Schwarm mit Partnerwechsel oder das Tanzen in verschiedene Richtungen als Übungs- und Organisationsformen angewendet werden.

Choreografie – Hinweise und Tipps

Grundgerüst

Wichtig ist, möglichst schnell ein „Grundgerüst“ der Choreografie zu erstellen. Das bedeutet, dass die Musik und Abfolge der Schritte definiert sind. Die verschiedenen Aufstellungen (Formationen), Anfang & Schluss und spezielle Armbewegungen müssen noch nicht definiert sein. Diese Elemente können in einem zweiten Schritt eingebaut werden und die Choreografie spannender und schwieriger machen.

Ist die Musik gewählt, so ist es entscheidend eine Musikanalyse zu erstellen. Dabei hilft eine kleine Tabelle für die Übersicht:

Musikanalyse	**Kurzbeschrieb**	**Organisationsform**
z.B. **INTRO** 2 x 8 Zeiten	...hier kurze Notizen, was die SCH machen	Wo stehen die SCH, von wo nach wo tanzen, hüpfen, rennen...sie?
Strophe A 4x8 Zeiten	Wer tanzt was.... z.B: Bewegung xy....nur stichwortartig/Video	Formation...
Refrain 6x8 Zeiten	Hier immer die Wiederholung der gewählten Schritte möglich - ist ja der Refrain.	Formation - wer tanzt den Refrain- alle? Oder mal so mal so...?
...	usw. bis Schlusspose	

Choreografie mit einfachen Mitteln spannend gestalten

Tanzschritte können mit einfachen Mitteln variiert und somit mehrfach verwendet werden. Im Folgenden werden Beispiele dazu gemacht:

- Veränderung in Raum: Verschiedenen Formationen (bspw. Diagonale, Trapez, Reihe, V, Kreis), verschiedene Tanzrichtungen (Seitenverkehrt, nach hinten, zur Seite), verschiedene Ebenen (stehend, kniend, am Boden).
- Veränderung in Zeit: Tanzschritte in verschiedenen Tempi ausführen (bspw. schnell, langsam, Zeitlupe), im Kanon oder als Treppe ausführen.
- Veränderung in Dynamik (Kraft): Tanzschritte werden mit tiefer oder hoher Intensität ausgeführt (bspw. explosive, weiche, kraftvolle, fliessende, und „roboter-artige“ Bewegungen).

Auch durch das Hinzufügen einer Armbewegung zum Tanzschritt verleiht man diesem einen neuen Charakter. Zudem steigt der Schwierigkeitsgrad (am Anfang die Arme noch weglassen). Verschiedene Aufstellungen und Formationswechsel in der Choreografie machen diese abwechslungsreich und spannend. Ideen dazu können unter Übung/Organisation - Formationen und Raumwege gefunden werden. Weitere Ideen für die Choreografie sind ein Ping-Pong, Frage-Antwort.

Synchronität und Ausstrahlung

Die Voraussetzung für die Synchronität und die Ausstrahlung während dem Tanzen ist, dass die Tanzschritte dem Niveau der SCH angepasst sind. Sind diese zu schwierig, müssen sich die SCH so stark auf die Tanzschritte konzentrieren, dass sie ihre Freude (Ausstrahlung) am Tanzen nicht präsentieren können.

Steigerung und Höhepunkt einbauen

Für das Publikum, wie aber auch für die SCH ist eine Choreografie dann spannend, wenn diese eine Steigerung und einen Höhepunkt beinhaltet. Im Folgenden werden Beispiele aufgezählt, wie eine Steigerung und ein Höhepunkt eingebaut werden können:

- Die Musik und die Choreografie beginnen langsam. Mit zunehmender Zeit werden die Musik und die Choreografie schneller.
- Ein schneller Kostüm- oder Accessoire-Wechsel.
- Akrobatik einbauen (bspw. Menschenpyramide oder Hebefigur)
- Rhythmusteile einbauen (bspw. gemeinsames Klatschen oder Stampfen)

Anfang und Ende der Choreografie

Häufig ist es für die Klasse und die Lehrperson schwierig einen kreativen Anfang und Schluss der Choreografie zu gestalten. Folgende Möglichkeiten für den Beginn einer Choreografie bestehen:

- Alle stehen in einer Reihe oder bereits in einer bestimmten Formation (Anfangsbild), bevor die Musik beginnt.
- Alle rennen auf die Bühne an ihre Positionen, wenn die Musik bereits begonnen hat.

Folgende Möglichkeiten bestehen, um eine Choreografie zu beenden:

- Ein Bild mit akrobatischen Elementen wird erstellt.
- Alle bleiben an ihrem Platz in einer „Freeze“-Position (Starre-Position) stehen.
- Alle fallen auf einen Schlag um (muss zur Musikwahl passen).

Der Beginn und vor allem das Schlussbild der Choreografie muss einige Sekunden gehalten werden.

Musik

- Die SCH sollen bei der Auswahl der Musik ihre eigenen Ideen miteinbringen. Schlussendlich soll es den Tänzerinnen und Tänzer gefallen, zu was sie tanzen. Achtung! Sportunterricht nicht für das Hören von Musik missbrauchen!
- Setzt man die ausgewählte Musik beim Tanzen ein, so stellt sich meist rasch heraus, ob der Song geeignet ist oder nicht. Tanzbewegungen langsam (üben): 75-95 bpm // Tanzbewegungen schnell: 100-130 bpm // Hüpfen (Jumpstyle): 120-140 bpm.
- Bei aktueller Popmusik ist es wichtig auf die meist englischsprachigen Texte zu hören und sich für oder gegen eine Eignung der jeweiligen Zielgruppe zu entscheiden.
- Die Tanzshow kann aus einem oder mehreren Musiktiteln bestehen – je nachdem ob eher eine Geschichte erzählt werden will oder mehrere Tanzstile integriert werden sollen. Durch zu häufige Musikwechsel kann eine Choreografie schnell unruhig wirken. Eine Beschränkung auf 2-3 Titel lohnt sich.
- Es empfiehlt sich, einen klaren Start und Abschluss des Liedes zu haben.
- Zum Schneiden von Musik kann die Kurzanleitung zu Audacity der PH Zürich helfen (unter Downloads). Allenfalls kann auch jemand aus dem Lehrerteam oder Schüler:innen weiterhelfen. Achtung! Der Musikschnitt sollte nicht zu früh gemacht werden. Teilweise muss die Länge der Choreografie während den Vorbereitungen noch gekürzt oder verlängert werden.
  Bitte maximale Musikstück-Länge für die entsprechende Kategorie beachten! s. Bewertungskriterien.

Rahmenbedingungen – Bühne/Licht/Kostüme

- Es finden den ganzen Tag Darbietungen auf der Volkshausbühne statt. Eine Hauptprobe auf der **Bühne** ist deshalb nicht möglich. Damit die Kids sich auf die Platzverhältnisse vorbereiten können, immer wieder mal die Bühne in der Halle „abstecken". Bühnenmasse: Breite: 9.20m / Tiefe: ca. 8m / Höhe: 9m.
  Achtung: hinten am Bühnenrand kleben wir ca. 1 Meter vom Vorhang eine Linie ab: bitte den Kids & Teens klarmachen, dass sie VOR dieser Linie tanzen, damit alle im Bühnenlicht erfasst werden können.
- Es ist nicht erlaubt, „Konfettibomben" oder ähnliches auf der Bühne zu verwenden. Das Volkshaus verrechnet uns dafür einen Reinigungsaufwand (CHF 1'000), welchen wir an das fehlbare Tanzteam weiterverrechnen werden.
- Das **Licht** wird von einem Techniker vom Volkshaus „gefahren", die Techniker geben ihr Bestes, um Eure SCH ins bestmögliche Licht zu rücken. Spezialwünsche sind jedoch nicht möglich.
- Das **Outfit** wird natürlich auch bestaunt und bewertet, ist aber nicht matchentscheidend (auch einfache gute Ideen sind willkommen). Darauf achten, dass keine aufreizenden Kostüme gewählt werden! Die Bühne ist aus Holz, nicht barfuss oder in Socken tanzen.
- ACHTUNG: Da der Hintergrund schwarz ist (Bühnenrückwand), ist es nicht vorteilhaft, wenn die Kostüme nur schwarz sind.

Reglement und Bewertungskriterien

Bitte lies die Bewertungskriterien auf zueridanceaward.ch nach.

Reglement zum Auftritt:

- Die Leiter:innen sind nicht auf der Bühne
- Jede Gruppe tanzt zur selbst eingereichten Musik
- Alle Tänzer:innen sind während der ganzen Aufführung auf der Bühne
- Wertung als ganze Gruppe – Soloparts sind erlaubt, sollten aber nicht dominant sein
- Teilnehmende tanzen nur in einer Gruppe (Ausnahmen auf Anfrage)
- Gemischte Gruppen (Alter) werden der Kategorie der ältesten Schüler:innen zugeordnet

Social Media / Foto / Video

Auf facebook.com/bewegungskultur und Instagram dürft ihr gerne posten, liken, kommentieren und gute Stimmung verbreiten: #züridanceaward #zda27

Von jedem Team wird am Eventtag ein Gruppenfoto gemacht und auf der Webseite publiziert.

Die Shows der ersten drei Teams pro Kategorie werden nach dem Event ebenfalls auf der Webseite publiziert (youtube). Die Videoaufnahmen werden nicht anderweitig zur Verfügung gestellt.

Kontakt

Projektleitung
Cécile Gmünder
cecile@zueridanceaward.ch
Tel. 079 396 59 37

Kommunikation Teilnehmende
Laura Stähli
info@zueridanceaward.ch

Coachings
Nicole Ermanni
nicole@zueridanceaward.ch