

Gambol Jump- Sprung und Spaß für Groß und Klein

Ein ergiebiges und kreatives Sprungpaket, von einfachen über koordinativ-herausfordernde Sprünge bis hin zu vielfältigen, gemeinsamen Choreographien.

Inhalte des Materialpakets:

- Einführungsvideo in die Handhabung mit Nutzung der Übersicht
- Übersicht
- Video: Was ist Gambol Jump?
- Erklärvideo: Wichtiges für alle Sprünge zu beachten
- Erklärung der Symbole auf den Karten
- Zählen & Rhythmus lernen - Video
- Erklärungen für Bandspringer/innen - Video
- Erklärungen für Springer/innen - Video
- Warm-up für Springer/innen & Bandspringer/innen - Video
- Halber Grundsprung -Lernvideo
- Grundsprung lernen - Lernvideos
- 31 Sprungkarten mit Lernvideos
- MP3-Musik inklusive Lizenz zur Verwendung
- pro Sprungkarte bis zu 6 Lernvideos auf unterschiedlichen Tempi (80 BPM, 100 BPM, 120 BPM, 124 BPM, 128 BPM, 150 BPM), sodass jede/r in ihrem/seinem Tempo mit Blick auf das Video zeitgleich trainieren kann und die Tempi auch zu anderen Liedern passen (z.B. 150 BPM in Passung zu Stampf! von ItaloBrothers, ...)
- 9 verschiedene Armbewegungskarten mit Lernvideos (u.a. unterschiedliche Tempi)
- Sprünge mit Armbewegungen lernen - Lernvideos
- Wie können Sprünge differenziert und in Passung zum jeweiligen Niveau geübt werden? - Erklärvideo
- 14 Choreographievorschläge auf unterschiedlichem Niveau, die auch zu einer Gesamt-Choreographie mit unterschiedlichen Niveaus zusammen aufgeführt werden können
- Erklärvideos zur differenzierten Arbeit mit Choreographien
- Choreographieplaner zur schnellen Erstellung von Choreographien nach der Bausteinmethode
- Beispielvideos zu den Choreographien
- Liedstrukturen von Liedern bereits aufbereitet, um choreographisch damit zu arbeiten
- Liedstrukturkarten, Sprungkarten & Armbewegungskarten sowie Choreographien ausdrucken und zur Visualisierung für die Lerngruppe groß aufhängen/ verkleinert zum Üben mitgeben
- Visualisierungskarten: Was es zu beachten gibt
- Gruppenkarten
- Trainingsplatzkarten
- Karten, Visualisierungen, Planer drucken, verändern, anpassen, modifizierbar
- Hinweise zur Verwendung der Materialien: Bewegte Schule, Einsatz in der Familie und zu Hause, Einsatz im Verein, Förderung der Selbstregulation, Einsatzmöglichkeiten in der Schule, Materialhinweise

Dieses Materialpaket lässt dein Herz höher und gesünder schlagen

1. ..., denn vielfältige Anliegen und mehrere, positive Auswirkungen können damit erzielt werden (mehr dazu siehe weiter unten).
2. ..., weil es in mehreren Bereichen praxiserprobt ist und sich bewährt hat, und zwar

... mit Schülerinnen und Schülern der Klassen 2 bis 13.
... in der Ausbildung von angehenden Lehrkräften.
... in Fortbildungen mit Lehrkräften aus dem Primar- und Sekundarbereich.
... in Familien zu Hause.

3. ..., weil es viel Freude bereitet zu sehen, was dabei alles bei und mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen entstehen kann und mit welcher Begeisterung sie dabei sind!

4. ..., weil es einfach Spaß macht, es auch selbst auszuprobieren!

Aber das Materialpaket enthält noch mehr:

- Du möchtest mehrere Videos und Karten mit deinen Kindern privat oder im Verein oder mit deinen Schülerinnen und Schülern z.B. mit Tablets und Arbeitskarten auf unterschiedlichem Niveau selbstständig arbeiten können und trotz unterschiedlichsten Niveaus kann dabei eine gemeinsame Choreographie entstehen? Du als Lernbegleiter bist dabei maximal entlastet und kannst somit noch gezielter konstruktiv im Lernprozess unterstützen? Das findest du hier.
- Du möchtest deine Teilnehmer/innen anschaulich anleiten (entweder selbst oder über anschauliche Videos) und sie sollen auch genügend Raum für Selbstgestaltung bekommen? Das findest du hier.
- Du möchtest die Sozialkompetenz, Gestaltungsmöglichkeiten und Kreativität sowie die Koordination und das Rhythmusgefühl deiner Teilnehmer/innen fördern und zusätzlich die Gesundheit durch ausdauerndes Springen stärken? Das findest du hier.
- Du möchtest mit einer Gruppe bei einer Veranstaltung etwas aufführen und weißt noch nicht wie? Das findest du hier.
- Du möchtest eine Choreographie mit deinen Teilnehmer/innen einüben und willst eine sichere Anleitung und merkst dabei, dass das gar nicht so schwer ist? Das findest du hier.
- Du suchst Musik für Choreographien mit Lizenz und hättest gerne das Lied bereits in seine jeweiligen, einzelnen Liedstrukturen für dich und das choreographische Arbeiten mit deinen TeilnehmerInnen zerlegt und gleichzeitig mit wenig Vorbereitungsaufwand groß oder klein visualisiert? Das findest du hier.
- Du möchtest mit deinen Teilnehmer/innen in einer kürzeren Einheit einfach mal ein paar Sprünge mit Gambol-Jump ausprobieren oder eine längere Einheit gestalten? Das findest du hier.
- Du suchst Material und Anregungen, die du in anderen Bereichen auch leicht verwenden kannst (Tanz, GummiTwist, Seilspringchoreographien, Step-Aerobic, ...)? Das findest du hier.
- Es eröffnet sich durch das Materialpaket fächerübergreifender oder fächerverbindender Unterricht, z.B. Sport-Musik oder bilingualer Sportunterricht oder Sport und ...? Das findest du hier.
- Du möchtest das mehrperspektivische Arbeiten im Sportunterricht - Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrung erweitern, gemeinsam handeln und sich verständigen, sich körperlich ausdrücken, das Leisten erfahren und reflektieren sowie ein Gesundheitsbewusstsein entwickeln (z.B. durch ausdauerndes Springen) - fördern? Das findest du hier.

- Du suchst sinnvolle Ideen von Bewegungsmöglichkeiten im Sinne der Bewegten Schule bzw. einer bewegten Pause trotz beengtem Raum? Das findest du hier.
- Du möchtest die exekutiven Funktionen und somit die Selbstregulation fordern und fördern? Bei dir selbst oder bei anderen? Das findest du hier.
- Für Familien, die einfach Spaß miteinander haben möchten und sich gerne bewegen. Im sozialen Miteinander und der sportlichen Herausforderung mit Gambol Jump findet ihr genau das Richtige.
- Für Eltern oder ihre Kinder, die beim Lernen für die Schule an ihre Grenzen stoßen: Macht Bewegungspausen für eine bessere Sauerstoffversorgung im Gehirn. Habt gemeinsam Spaß im sozialen Miteinander mit Gambol Jump und setzt dadurch wieder mehr Dopamin und Endorphin im Gehirn frei – wichtige Botenstoffe, die neuronale Reizleitungen im Gehirn wieder begünstigen und deshalb Lernen und Denkprozesse wieder besser funktionieren. Das geht nur, wenn eure Kinder und ihr auf eurem eigenen, angemessenen Niveau springen könnt und nicht überfordert werdet. Wie macht man das? Das findest du hier.
- Für Eltern, die ihre Kinder zu Hause (z.B. in der Schweiz) unterrichten: Du suchst Ideen, wie du dein Kind zum sinnvollen und gesunden Bewegen anregst, ihr gleichzeitig viel Bewegung und Spaß habt und dabei auch noch nebenbei ein nachhaltiges Gehirntaining absolviert? Das findest du hier.
- Du möchtest alle oder einzelne Aspekte von oben in deiner Vereinstätigkeit umsetzen? Das findest du hier.
- Dokumente ganz einfach verändern und auf die eigenen Bedürfnisse anpassen.
- Das Materialpaket enthält eine strukturierte Anleitung: ganz einfach informieren, notwendiges Material aus dem Paket nutzen und gleich loslegen – der Vorbereitungsaufwand ist somit auf ein Minimum reduziert.

Bestellvorgang:

Sende über das Anfrageformular oder per E-Mail deine Bestellanforderung. Wir melden uns per E-Mail zurück und senden ein Rechnungsformular mit der Bitte um Überweisung des entsprechenden Betrags. Nach Zahlungseingang senden wir einen USB-Stick mit den gesamten Dateien per Post zu.

Nur der Rechnungsempfänger ist legitimiert für alle Nachdrucke und die eigene digitalen Verwendung – eine Weitergabe ist nicht erlaubt.

Bei einer Schullizenz sind alle Lehrkräfte an dieser Schule zu Nachdrucke und zur eigene digitale Verwendung legitimiert – eine weitere Weitergabe ist nicht erlaubt.