

TANZ NICHT AUS DER REIHE HÖR' MAL HIN!

Zeit: 45 Minuten

Geräte: Kassettenrecorder oder Plattenspieler

Musik: „Break-Mixer“ (erschieden auf Fidula-Ton 1197)

Zielsetzung: Ziel ist das Erlernen eines einfachen Tanzes, der es allen ermöglicht, sich mehr auf das **Miteinander** zu konzentrieren, als auf das „Wie war das grade noch einmal“?!

Die Teilnehmenden sollen musikalische Strukturen „erhören“ und „erfahren“ können, um Musik ohne abgezählte Schrittfolgen in Tanz umzusetzen. Der hier vorgestellte Tanz wird Freiräume zur eigenen Gestaltung bieten, die je nach Wunsch der Teilnehmenden genutzt werden können.

Anmerkung: **O** organisatorische Hinweise

H allgemeine Hinweise

Stundenverlauf/Inhalte:

- ★ Die eigenen Hände reiben, wärmen, schütteln
 - O:** alle verteilen sich frei im Raum
- ★ Sich selbst die Unter-, Oberarme, Schultern, Unter-, Oberschenkel und den Po ausklopfen.
 - O:** alle verteilen sich frei im Raum
- ★ Aktion „Schwester und Bruder Leichtfuß“: mit dem Fußballen, der Ferse oder dem ganzen Fuß trippeln, trampeln...
 - O:** alle verteilen sich frei im Raum
- ★ Sich paarweise – vorsichtig! – den Rücken wachklopfen
 - O:** zu zweit frei im Raum verteilt
- ★ Sich auf die Musik frei bewegen, dabei alles schütteln und lockern
 - O:** Jede(r) für sich am Ort.
Musik: z. B. Gipsy Kinks, „Bamboléo“ oder eine andere temperamentvolle Musik
- ★ Wie oben mit deutlicher Vorwärtsbewegung
 - O:** kreuz und quer durch den Raum
- ★ Sich in die neue Musik einhören und darauf bewegen
 - O:** kreuz und quer durch den Raum
Musik: „Break-Mixer“
- ★ Aktion „Statue“: während der Pausen in der Musik erstarrt stehen bleiben
 - O:** kreuz und quer durch den Raum
Musik: „Break-Mixer“
- ★ Wie oben, nach jeder Pause auf jemandem zugehen, begrüßen und umtanzen

Absichten und Gedanken:

- ★ Wach und locker werden, handlungsbereit sein
- ★ Erste Kontaktaufnahme untereinander
 - H:** mit lockeren Handgelenken klopfen
- ★ Freies Bewegen zur Musik
- ★ Aufmerksamkeit auf den freien Raum richten, lösen des Blickkontaktes vom Boden, aufrechte Haltung
 - H:** es darf niemand zusammenstoßen
- ★ Reagieren auf die Pausen in der Musik
- ★ Eigene Formen finden lassen, hervorheben von witzigen, interessanten, einfachen und herzlichen Formen
 - H:** hier gefundene Formen können in die nachfolgende Tanzbeschreibung integriert oder zu einem eigenen Tanz zusammengestellt werden



★ Die Pause rahmen, in die Stille ein erstauntes „oh“ (laut/leise) rufen, sonst wie oben

★ Wie oben, statt Erstaunen, eine andere Stimmung ausdrücken (z. B. ein schadenfrohes „Ätsch“)

★ Wie oben, statt der Stimmungslaute wird die Pause mit Klatschen (ein „Ja ta ta“) gefüllt

★ Wie oben, Kombination von Stampfen („Ja ta ta“ mit den Füßen) und Klatschen („Ja ta ta“ mit den Händen)

O: ohne Musik frei im Raum

★ Wie oben, Stampfen „Ja ta ta“ und Klatschen „Ja ta ta“ in der Pause

O: mit Musik frei im Raum

★ Gemeinsames Analysieren der Musik, Erklären und Benennen ihrer Phasen, die mit A, A', Pause, B, B', unterschieden werden können

O: hören der Musik, Kreisgespräch

★ In der Phase A mit jemandem spazieren gehen, in der Phase A' sich trennen, in der Pause alleine stampfen und klatschen, in der Phase B und Phase B' eine/n weitere/n Partner/in suchen.

O: paarweise frei im Raum bewegen mit Musik

★ Den Tanz mit einem/einer festen Partner/in durchführen.

O: zu zweit mit Musik

★ In der Phase A: Jedes Paar geht Hand in Hand.

In der Phase A': Nach einer viertel Drehung zueinander bewegen sich die Partner/innen rückwärtsgehend auseinander (die Hände lösen nicht vergessen)

In der Pause: stampfen „Ja ta ta“ und klatschen „Ja ta ta“

In der Phase B: Aufeinander zugehen, einhaken und rechtsherum gehen (oder andere vorher gefundene Formen einfügen).

In der Phase B': Lösen, einhaken, linksherum gehen.

In der Phase A: ... Neubeginn

O: zu zweit mit Musik

★ Wie oben, mit Partnerinnen- und Partnerwechsel: nach dem Klatschen in der Pause wechseln gegenüberstehende Personen halbrechts (Diagonal) zur nächsten Person (Innenkreispersonen bleiben Innenkreispersonen, Außenkreispersonen bleiben Außenkreispersonen)

★ Vorwegnahme des Pausenbeginns (Antizipation), weg vom Reagieren hin zum Agieren

H: der ganze Körper drückt das Erstaunen aus

★ Festigung der Antizipationsfähigkeit, Förderung von individuellen Ausdrucksmöglichkeiten

★ Rhythmusschulung, Anpassung aneinander

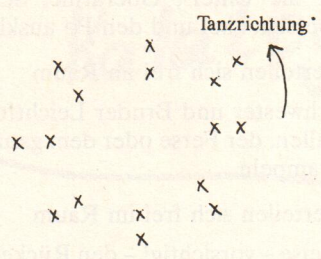
★ Koordination von Füßen und Händen unter erleichterten Bedingungen

★ Erstes erarbeitetes Element des Tanzes

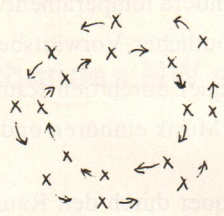
★ Musikalische Struktur bewußt machen. Einlegen einer Bewegungspause.

★ Festgelegte Tanzelemente zusammenfügen, Zusammenarbeit mit verschiedenen Teilnehmenden ermöglichen.

★ Festlegung des Tanzablaufes



★ Festlegung und Festigung des Ablaufes



Anmerkungen zum Stundenverlauf

- Die Vermittlung des Tanzes ist methodisch vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Freien zum Festgelegten aufgebaut.
- Beim Tanz muß es Aufwärmung geben, neben der körperlichen (physiologischen) Aufwärmung ist die geistige (psychologische) Einstimmung genauso wichtig.
- Das Auszählen von Schritten zerstört jedes Tanzerlebnis, wenn die Beteiligten es nicht gelernt haben, die wesentlichen Elemente der Musik herauszuhören. Aus diesem Grunde sollte man bei weniger geübten vorrangig das Hören üben und auf das Schrittezählen verzichten.
- Der Tanz muß nicht in der vorgestellten Form/Gestaltung enden, er kann auch aus den gefundenen Improvisationselementen der Anfangsphase zusammengesetzt werden (z. B. welche Formen des Miteinanderspazierengens haben sich entwickelt, welche Raumwege sind entstanden, wie wurde umeinander herumgetanzt. etc.)
- Durch scheinbar tanzfremde Aufgabenstellungen zu Beginn der Stunde sollen die standardisierten Tanzvorstellungen bei den Teilnehmenden aufgebrochen werden, so daß allen ein positives Tanzerlebnis ermöglicht werden kann.

Michael Meurer

