

# Methodik einer Tanzerziehung

## 1. Warum brauchen wir eine Methodik im Tanzen?

### Methodik einer Tanzerziehung

#### 1. Warum brauchen wir eine Methodik im Tanzen?

Als das Tanzen zum Leben dazugehörte wie Essen und Trinken, brachten es die Älteren den Jüngeren bei. Tanzen-Lernen galt als Bestandteil der Erziehung. Die ältere Generation gab „ihre“ Kultur an die Kinder weiter und führte sie damit zugleich (neben anderen Ritualen) in die Welt der Erwachsenen ein (so noch in manchen unserer ländlichen Gegenden und in vielen intakten traditionellen Kulturen der Welt).

Die komplizierten Tänze zu Hofe (vor Louis XIV) konnten hingegen nur noch mit der Hilfe eines Tanzmeisters bewältigt werden.

Tanzen-Lernen ist heutzutage eher seltener familiär eingebunden; es geschieht in den Tanzschulen, im Bekannten-/Freundes-/Freundinnen-Kreis oder im Sportunterricht.

Doch wer nicht von klein auf Tanz (und Musik) erlebt, wird sich später oft „unmusikalisch“ fühlen und nicht selten mit dem Satz leben: „Ich kann nicht tanzen“.

Die methodischen Überlegungen der „Kreativen Tanzerziehung“ mögen diesen „Kulturverlust“ vielleicht etwas auffangen. Das folgende Methodik-Konzept basiert auf den Ausbildungsinhalten und -zielen des Fachgebietes „Bewegungsgestaltung und -kultur“ der Deutschen Sporthochschule Köln, Schwerpunkt: Spiel-Musik-Tanz, unter der Leitung von Anne und Wolfgang Tiedt.

Uns geht es darum, den Zugang zum Tanzen so zu gestalten, dass **jede/r, egal welche Voraussetzung sie/er mitbringt, tanzen lernen kann**. Jede Tanzbewegung kann methodisch in vielen kleinen Schritten so entwickelt werden, dass auch (vielleicht gerade) jene zum Tanzen finden, die das Gefühl nie loswerden „unrhythmisch“ zu sein, sich „trampelig“ zu bewegen.

#### 1.1 Lernziele der Tanzerziehung

„*Dat Kreative is' nix für mich*“ (Zitat einer Lehrgangsteilnehmerin/ÜL).

Diese Äußerung spiegelt ein weit verbreitetes Unbehagen wider; das Phantom „Kreativ-Sein“, „Kreativität“ geistert umher. Oft diffuse Vorstellungen von „Durcheinander“, „Chaos“, „Jede/r macht, was er/sie will“, „Aus dem Bauch raus tanzen“ oder „Originalitätszwang“, „Zuviel-Denken-Müssen“ prägen die häufige Ablehnung von kreativen Lehr- und Lernansätzen im Tanzunterricht.

Eine kreative Tanzerziehung fördert nicht den totalen Freiraum, wie oft angenommen wird, um sich beliebig auszutoben (vgl. ARTUS/MAHLER, 1992, S. 52).

Im Gegenteil! Es ist alles eine Frage der Methodik!

Dieser methodischen Wegbereitung, egal zu welchem Tanzthema und egal in welche Tanzrichtung, geht die **Lernzielbestimmung** voraus, ob für eine Unterrichtsstunde oder einen längeren Zeitraum (Unterrichtsreihe, Kurs).

Bevor ich, als JL/ÜL Inhalte meines „Tanzrepertoires“ auf dem einen oder anderen Wege an die Teilnehmer/innen weitergebe, muss ich mir darüber im klaren sein, was ich damit „erreichen“ möchte. **Was sollen die Tanzenden lernen?**

# Methodik einer Tanzerziehung

## 1. Warum brauchen wir eine Methodik im Tanzen?

Geht es mir als Leiter/in z.B. darum, dass die Teilnehmenden „**die rhythmische Verbindung von Laufen und Federn**“ erlernen, so ist das mein **Hauptlernziel**. Dieses kann ich auf verschiedenen Wegen erreichen: indem ich es vielleicht in einen Folklore-Tanz „verpacke“, dabei wäre dann der fertige Tanz nur Mittel zum Zweck.

Der Schwerpunkt dieser „Stunde“ wird also auf der „Entwicklung der beiden Fortbewegungsarten Laufen/Federn und deren Verbindungsmöglichkeiten“ liegen. Unwichtig, dass ich möglicherweise nur die Grobform oder nur eine Bewegungsfolge des Tanzes erreiche. Oder ich schule diese Fortbewegungsverbindung, indem ich z.B. eigene Formen entwickeln lasse.

Wähle ich als **Lernziel „Erarbeitung und Vermittlung eines Folklore-Tanzes“** kann es zwar auch die Beschäftigung mit Laufen und Federn beinhalten, doch unerlässliche Schwerpunkte werden u.a. die Bewegungscharakteristika des Herkunftslandes (z.B. die besondere Art des Federns), der kulturelle Hintergrund und die Grob- und Feinform des Tanzes sein (vielleicht auf mehrere Stunden verteilt).

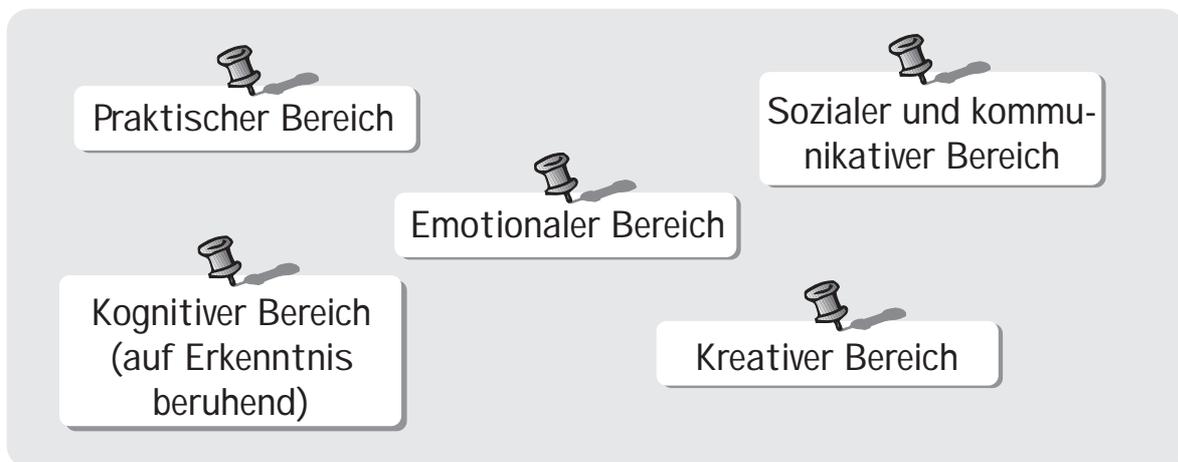
Auch wenn es nun dem/der Leser/in (dem/der JL/ÜL im Tanz) kleinlich oder „verschult“ erscheinen mag: es ist für die Klarheit hinsichtlich dessen, was ich vermitteln will hilfreich, wenn ich mir die Mühe mache und das/die Lernziel/e genau formuliere – ja sogar als „Satz“ über meine Stundenvorbereitung schreibe (s. Kap. 4, Stundenbeispiele). Ich kann mich dann bei der Wahl der einzelnen Inhalte daran orientieren. Die klare Entscheidung für bestimmte Lernziele kann verhindern, dass ich zu viel in die Stunde packe (eine häufige Tendenz).



### In der Einschränkung liegt die Vielfalt!

Ein Motto, das nicht nur später für die Tanzenden gilt, sondern auch schon ein wichtiger Aspekt bei der Planung ist.

In Anlehnung an HASELBACH (1976) können die zahlreichen Lernziele folgenden Bereichen zugeordnet werden:



# Methodik einer Tanzerziehung

## 1. Warum brauchen wir eine Methodik im Tanzen?



### Lernziele – Praktischer Bereich

- ▶ Sinneswahrnehmung und Körperbewusstsein
- ▶ Aufbau und Korrektur der Haltung
  - Lockern, Dehnen, Kräftigen der Muskulatur
  - Beugen, Strecken der Gelenke
- ▶ Entwicklung und Differenzierung der Motorik
  - von grob- zu feinmotorischen Bewegungsabläufen
  - Bewegungsformen (nach LABAN):
    - Fortbewegungsarten
    - Gestik
    - Erhebung / Sprung
    - Drehung
  - Räumliche Orientierung im eigenen Körper und im allgemeinen Raum
  - Zeitliche Differenzierung:
    - Tempo
    - metrische/ametrische Abläufe, (s. musikalische Grundelemente)
  - Dynamische Differenzierung:
    - verschiedene Spannungszustände
    - Steigerung
    - Akzente
  - Variationen der Bewegungsgrundformen (räumlich, zeitlich, dynamisch; mit Partner/in)
- ▶ Musikalische Grundelemente
  - Rhythmus/Rhythmisierung
  - Phrasierung
  - Tempo, Grundschatz, Takt
- ▶ Aufbau eines Repertoires an Tanzmaterial, Tänzern und Gestaltungen
  - Spezielles Material verschiedener Stilbereiche
  - Improvisationen in unterschiedlichen tänzerischen (geschlossene oder offene Reigen, Platzwechseltänze usw.), tanzmusikalischen (AB, ABA, Rondo, Variationen usw.) Formen und Stilen (historische Stile, Jazz, Folklore, Modern Dance usw.)
  - Überlegungen zu soziokulturellen und psychologischen Hintergründen der zu erarbeitenden Tänze und Gestaltung.



### Lernziele – Sozialer und kommunikativer Bereich

- ▶ Mitteilen und Verstehen von Kommunikationsinhalten
- ▶ Selbständigkeit und Verantwortung
- ▶ Kooperation (Führung und Einordnung) mit
  - Partner/in
  - Kleingruppe
  - Großgruppe

# Methodik einer Tanzerziehung

## 1. Warum brauchen wir eine Methodik im Tanzen?



### Lernziele – Kreativer Bereich

- ▶ Entdecken und Experimentieren
- ▶ Individualität und Eigeninitiative
- ▶ Spontaneität



### Lernziele – Emotionaler Bereich

- ▶ Vertiefen der Erlebnisfähigkeit durch Sensibilisierung und Erlebnisangebote
- ▶ Intensivieren des Ausdruckbedürfnisses und der Ausdrucksfähigkeit



### Lernziele – Kognitiver Bereich

- ▶ Problemfindung und -lösung
- ▶ Vorstellungsfähigkeit
- ▶ Konzentration
- ▶ Kombinationsfähigkeit
- ▶ Gedächtnis (motorisches, aber auch akustisch-motorisch-visuelles Gedächtnis)
- ▶ Formverständnis
- ▶ sprachliche Förderung (Bereicherung und Differenzierung, Ausdrucksfähigkeit)

(vgl. ebenda, S. 7 ff)

Es gilt nun nicht, diese Vielzahl an Lernzielen eines nach dem anderen, d.h. isoliert voneinander im Tanzunterricht zu bearbeiten, sondern so viele Bereiche wie möglich bei einem Stundenthema anzusprechen:

Ich wähle also ein Thema aus dem praktischen Bereich, gebe in meinem methodischen Aufbau viel Raum für kommunikative und kreative Momente; die Gefühle und Entwicklungen (der emotionale Bereich), die in der Bewegung freigesetzt oder die durch die Bewegung spürbar werden, können in Reflexionsphasen bewusst gemacht werden. Die Aspekte des kognitiven Bereiches werden sowohl in auswertenden Gesprächen als auch direkt in der Aktion angesprochen (vgl. ebenda, S. 13).

Aber auch wenn alle Bereiche gleich wichtig sind, so sollte der/die JL/ÜL vorab überlegen, ob es nicht auch sinnvoll sein kann, für die jeweilige Unterrichtsphase Schwerpunkte zu setzen, ohne die übrigen Bereiche vollends zu vernachlässigen.

Natürlich ist auch Wachsamkeit geboten. Wenn sich die Stunde spontan anders als geplant entwickelt, dann sollte der/die Leiter/in gegebenenfalls flexibel reagieren und im Sinne der Lebendigkeit des Tanzens für die aufkommenden Impulse empfänglich sein und die Lernzielverlagerung mittragen.

Vorsicht, wenn die Veränderung nur aus der Laune Einzelner herausschwingt: der/die Leiter/in sollte schnell abwägen, ob die Abweichung vom Lernziel alle bereichert und im Rahmen des Gesamtkonzeptes sinnvoll erscheint.

Um ein breites Spektrum an Tanzqualitäten entwickeln zu können, die auf einer praktischen (tanztechnischen) Ebene, aber auch in emotionaler, kommunikativer, kreativer und kognitiver Hinsicht gefördert werden, ist neben der Lernzielbestimmung eine genaue Planung der einzelnen methodischen Schritte nötig.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode

### 2. Kreative Tanzerziehung als Methode

#### 2.1 Kreativität im Tanzen

Der Begriff der „Kreativität“ leitet sich vom lateinischen „creare“ = u.a. schaffen, umgestalten, gebären ab und bedeutet einen Vorgang, „bei dem von einem Individuum oder einer Gruppe etwas hergestellt wird, das vorher in dieser Form noch nicht bestanden hat... Es handelt sich um eine eigene Schöpfung“ (ARTUS/MAHLER, 1992, S. 39).

Kreative Prozesse können wir im Tanzen nach MAHLER mit pädagogischen Maßnahmen auf 3 Stufen fördern:

##### ❶ Die expressive Stufe:

erfordert zunächst nur den Mut, sich spontan in Bewegungssituationen auszuprobieren, Bewegungen spielerisch zu verändern; um die/den Tanzenden jedoch nicht völlig der Uferlosigkeit des Experimentierens zu überlassen, können auch hier schon Hinweise auf qualitative Aspekte der Bewegungsaufgabe (s. 2.2.1) hilfreich sein; ebenso kann bereits hier die Aufmerksamkeit der Tanzenden auf psychische Vorgänge während der Bewegungsvariation gelenkt werden.

##### ❷ Die produktive Stufe:

hier vollzieht sich die Aneignung von möglichst umfassenden Fertigkeiten der Tanztechnik. Die Erarbeitung von Fertigkeiten wird aber nicht über die Einengung vorgegebener Bewegungslösungen erreicht (wie in den meisten Techniktrainings). Bei freier Gestaltung entwickelt sich Bewegungsspontaneität auf einer tanztechnischen Ebene.

##### ❸ Die erfinderische Ebene:

die Tanzenden entwickeln bereits eigene Tänze, die aus ihrem persönlichen Einsatz, ihren persönlichen Kräften entstehen (vgl. ebenda, S. 49 f).

Die Förderung von Kreativität im Tanz umfasst demnach die „äußeren“ und „inneren“ Lernvorgänge, verbindet jedes äußere tanztechnische Ergebnis mit der persönlichen Erlebnis- und Gefühlswelt.

Um diese stetige Auseinandersetzung mit der inneren und der äußeren Wirklichkeit im kreativen Lernprozess lebendig zu halten, bedarf es einer sensiblen Wahrnehmung.



**Wir, die Tanzleiter/innen, müssen der Wechselwirkung zwischen Wahrnehmen von Körperempfindungen, Gefühlen, inneren Bildern und äußeren Eindrücken und Gestalten Raum geben!**

Diese Wechselbeziehung kann nur wachsen, wenn der Tanzunterricht sowohl Phasen der Ruhe, als auch der Aktion bereitstellt (vgl. PETER-BOLAENDER, 1992, S. 263)! Erst in der Ruhe/in der Entspannung wird ein „schöpferisches Aus-Sich-Herausgehen“ entwickelt.

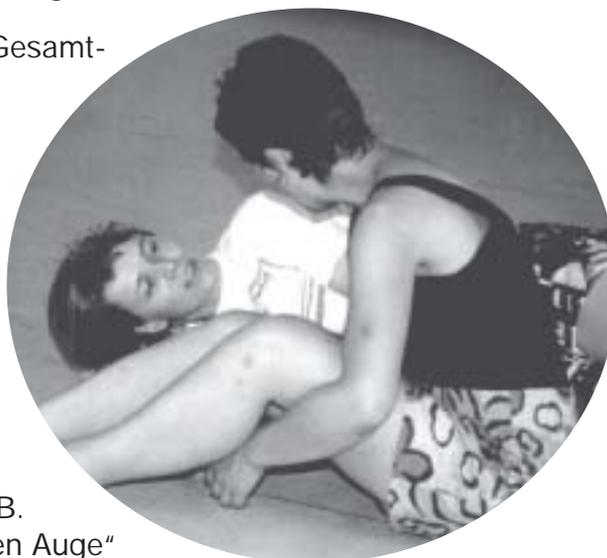
# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode

Auch **Reflexionsphasen** sind unbedingter Bestandteil kreativer Lernvorgänge. In ihnen können sich die Tanzenden nicht nur ihrer äußeren Bewegungsabläufe, sondern auch deren psychischer Dimension bewusst werden und sich darüber austauschen.

Die **Reflexion** kann in folgenden Formen angeboten werden:

- ▶ Unterrichtsgespräch innerhalb der Gesamtgruppe (in Kleingruppen, zu zweit), z.B.
  - über eigene Erlebnisevorgänge bei verschiedenen Unterrichtsinhalten/-phasen (Körperarbeit/ Gymnastik, Improvisationen, Festlegung eines Bewegungsmotivs etc.)
  - über Beobachtungen, die bei Mittanzenden gemacht wurden
- ▶ individuelle Rückbesinnung z.B. auf vollzogene Bewegungsvorgänge, z.B.
  - mental (als „Film“ vor dem „inneren Auge“ ablaufen lassen)
  - schriftlich (vielleicht in ein „Tanztagebuch“)
  - ein Bild malend
 mit/ohne anschließendem Austausch in der Gruppe.



Die Wenigsten sind daran gewöhnt, eigene Gefühle und/oder Gedanken zum eigenen Tanzen (Bewegen) zu äußern; schnell wird dann von „man“ und „sollte“ und „besser“ und „schlechter“ etc. gesprochen. Um bewertende Verallgemeinerungen zu verhindern, ist es ratsam, **Regeln** aufzustellen, die zwar kritische Äußerungen ermöglichen, aber niemanden persönlich abwerten, d.h.:

- ▶ immer in der Ich-Form reden („Ich finde die Musik doof“ anstatt „Musik ist doof“)
- ▶ andere ausreden lassen
- ▶ jeder Meinung/Äußerung Raum geben
- ▶ niemand darf zur Äußerung gezwungen werden, d.h. alle (auch die Leitung) akzeptieren, wenn eine/r nichts sagen mag/kann.

An dieser Stelle sei noch eine allgemeine Unterrichts-Regel genannt, die der/die Leiter/in schon zu Beginn der gemeinsamen Tanz-Bewegungsarbeit formulieren sollte: **Jede/r kann zu jeder Zeit „Nein“ sagen**, ohne sich im Detail rechtfertigen zu müssen!

Dieses **„Nein“** kann sich beziehen auf

- ▶ bestimmte Unterrichtsinhalte
- ▶ die Zusammenarbeit mit einzelnen Teilnehmenden
- ▶ Körperberührungen/-kontakte mit Teilnehmenden oder der Leitung, und
- ▶ Einzelmomente oder einen längeren Zeitabschnitt (z.B. die ganze Stunde).

# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode

Insbesondere bei Jugendlichen mag es auch sinnvoll sein, dass jede/r ihr/sein eventuelles „**Nein**“ individuell begründet, d.h. für sich formuliert:

- ▶ „Warum will ich jetzt wirklich nicht mehr?“
- ▶ „Will ich jetzt nicht an eine unbequeme Grenze heran und warum?“

Jede Tanzleitung sollte auch Kinder so ernst nehmen, dass sie für ein „**Nein**“ Gründe haben können. Auch mit ihnen können solche Regeln besprochen werden und gerade für Kinder und Heranwachsende können sie wichtiger Bestandteil für (zukünftiges) selbstbestimmtes Handeln sein.

Gewiss sind diese Unterrichtsphasen für den/die JL/ÜL anstrengend und neben Fingerspitzengefühl hilft ihnen gewiss auch die Erfahrung, solche Prozesse anleiten zu können, d.h. oft nur die entsprechenden Worte zu finden. Der/die JL/ÜL, wird jedoch bald merken, wie begünstigend es sich auf das Lernklima auswirken wird.

Diese Bedingungen tragen zur Entwicklung einer kreativen Wahrnehmung bei; die/der Tanzende kann die Fähigkeit entwickeln, sich von fertigen Wahrnehmungs-, Denk- und Verhaltensmustern zu lösen und zu dem persönlichen, dem authentischen (von innen kommenden) Tanzen zu finden.

Die Entspannungsfähigkeit, sich für die kreativen Prozesse zu öffnen, hängt entscheidend vom Lernklima ab.

**Viel Vertrauen, einführendes Verständnis und vor allem Schutz vor äußerer Zu-rechtweisung und der damit verbundenen sozialen Abwertung unterstützen das persönliche Wagnis zum gelösten Experimentieren** und machen Mut zum offenen und flexiblen Ausprobieren (vgl. ARTUS/MAHLER, 1992, S. 43).

Oft findet der/die Tanzende nur erschwerten Zugang zu neuen kreativen Kräften. Dies kann u.a. in Persönlichkeitseigenschaften liegen, die im Verlauf der Lebens- und Lerngeschichte geprägt wurden.

Folgende Persönlichkeitseigenschaften können die kreativen Lernvorgänge eher verhindern:

- ▶ die Überbetonung von Konformität
- ▶ eine einseitige Überbetonung von Denkprozessen und formaler Logik
- ▶ der Drang nach Perfektion
- ▶ die Angst, Fehler zu machen.

(vgl. MAYERHOFER/ZACHARIAS, ebenda S. 42)

Eine der wichtigsten Grundvoraussetzungen im kreativen Lernprozess ist, dass die Tanzenden bereit sind, sich einzulassen. Ihre Teilnahme, ihr Mitwirken muss persönlich gewollt sein – der/die tanzpädagogische Leiter/in kann diesen Prozess nur durch Anregungen (z.B. Aufgabenstellungen) unterstützend begleiten.

2

# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode



Oft werden den JL/ÜL Teilnehmende be-  
gegnet, die ihr Tanzen kreativ erleben wol-  
len, aber u.a. durch obengenannte Eigen-  
schaften blockiert sind. Ihnen würde mög-  
licherweise in den Lernsystemen, die das  
objektive Ziel, das zu Erreichende (z.B. die  
feste Tanzform) in den Vordergrund stellen,  
keine oder kaum Zeit gelassen, sich ein

umfassenden Selbstbild zu schaffen. Ihr „Tanzwissen“ erwarben sie meist in direkter  
Abhängigkeit von der Tanzleiterin/dem Tanzleiter durch Kopieren und der Wertung  
„falsch“ oder „richtig“. Da aber eine kreativitätsfördernde Tanzerziehung die äußere  
Bewegungs-Tanz-Technik an die dabei persönlich erfahrenen inneren Vorgänge bin-  
det, heißt „Wissen“ hier: das, was ich erlebt habe (vgl. MECKLENFELD; 1995, S. 75)!

Kreativität im Tanzen schafft Freiheiten: wir können experimentieren, Lösungen su-  
chen, damit bestehende Regeln und Muster abwandeln, verändern. Dieser Prozess  
geschieht aber nicht regellos!

Kreatives Arbeiten steht für eine Weiterentwicklung, d.h. in Anbindung an Bestehen-  
des. Sie fördert also, auf das Tanzen bezogen, die Erweiterung des persönlichen Tanz-  
„Materials“, der tanztechnischen Mittel, jedoch innerhalb klarer Strukturen.

Jede Art von Tanzen kann methodisch so aufgebaut werden, dass es sich auf die Tan-  
zenden kreativitätsfördernd auswirkt. Es kommt „nur“ darauf an, welchen Stellenwert  
der/die JL/ÜL als Leiter/in der Kreativität einräumen will.

Hieraus lässt sich ableiten, dass „Kreative Tanzerziehung“ eher ein methodisches Vor-  
gehen ist, als eine gesonderte Tanzrichtung.

Der/dem Tanzenden muss dabei immer wieder die Möglichkeit gegeben werden, krea-  
tive Bewegungslösungen einzubringen (vgl. ARTUS/MAHLER, 1992, S. 56).

Als methodische Maßnahmen für kreative Prozesse können insbesondere offene Auf-  
gabenstellungen, d.h. Bewegungsaufgaben, über Improvisationen Raum für die Su-  
che nach Lösungen bereitstellen.

Eigene Lösungen sind nicht automatisch auch kreativ, da sie oft aus dem alten Bewe-  
gungsrepertoire stammen, oder bekannten Bewegungsklischees entlehnt sind.

Kreative Lösungen in der Entwicklung von Tanzbewegungen werden begünstigt:

- ▶ durch den Wechsel vom aktiven Experimentieren und anschließender Ruhepha-  
se, um den erprobten Bewegungen nachspüren zu können, eventuell weitere  
Bewegungsideen aufkommen zu lassen;
- ▶ durch die Fähigkeit, sich beim Tanzen emotional einlassen zu können und die  
gefundenen Bewegungslösungen dann kritisch zu reflektieren;
- ▶ viele Bewegungsmöglichkeiten zu finden, dann aber z.B. eine herauszugreifen,  
zu vertiefen und auszuformen.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode

### 2.2 Bewegungsaufgabe

Eine Tanzerziehung, die die individuelle Ausdrucksfähigkeit ebenso fördern will, wie die tanz-technischen Bewegungsmöglichkeiten (verschiedener Tanzrichtungen) braucht ein vielseitiges Spektrum methodischer Arbeitsweisen:

- ▶ Bewegungsaufgaben, d.h. Experimentieren und Problemlösen über offene Aufgabenstellungen
- ▶ Vor- und Nachmachen
- ▶ Bewegungsvorschriften
- ▶ Bewegungsbeschreibungen
- ▶ Bewegungsanalysen

Welche Gewichtung hinsichtlich der Wahl des Lehrverfahrens vorgenommen wird, hängt nicht zuletzt von den Erfahrungen der/des JL/ÜL ab. Die einseitige Anwendung von Methoden, die dem persönlichen Handeln, im Sinne von eigenverantwortlichem Handeln, keinen Spielraum anbietet, wird einer ganzheitlichen Tanzerfahrung nicht gerecht. Der Weg führt eher über die „bunte Mischung“, den sensiblen und differenzierten Umgang mit den verschiedenen Arbeitsprinzipien und deren Einsatz.

Das Hauptaugenmerk gilt der Bewegungsaufgabe, die von weit- bis enggefasst vielfache Differenzierungsmöglichkeiten in sich birgt – für die „äußeren“ (technischen) als auch die „inneren“ (persönlichkeitsbezogenen) Aspekte.

Die Bewegungsaufgabe stellt einen Regelrahmen dar, der so formuliert sein muss, dass er einen Mindestsatz von Kriterien und Forderungen enthält. Diese bilden dann die Grenzen eines Möglichkeitsraumes, in den eine Menge konkreter Lösungsangebote hineinpassen (vgl. STOSSBERG/DATZER, 1985, S. 68).

Prinzipiell eröffnet eine Bewegungsaufgabe verschiedene Lösungswege und ermöglicht in jedem Fall mehrere Bewegungslösungen.

Die Mindestkriterien sollten dem Leistungsvermögen der Aufgabenlösenden angepasst sein, damit diese wirklich selbständige, eigene Bewegungslösungen herausbilden können. Das Selbstvertrauen, das sich entwickelt, kann sich auf weitere Lernprozesse positiv auswirken, Eigeninitiative und Entscheidungsfähigkeit fördern.

Die Schwierigkeit, aber auch der Reiz der Bewegungsaufgabe liegt darin, dass nicht feststeht, was die Teilnehmenden im Einzelnen tun sollen; aber die Aufgabenformulierung liefert im Wesentlichen Anhaltspunkte zu den gewünschten Ergebnissen; positiv oder negativ formulierte Kriterien geben an, in welche Richtung etwas zu tun oder zu lassen ist.

2

# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode



### Aufgabenstellung:

☛ „Sucht verschiedene Wege vom Stand zum Boden und vom Boden zum Stand.“

### Anhaltspunkte:

- ▶ jeweils ein anderes Körperteil führt den Weg nach unten oder oben an; der „Rest“ des Körpers folgt
- ▶ am Boden sich in unterschiedliche Lagepositionen (Bauch-, Seit-, Rückenlage) hinein- und herausbewegen;
- ▶ fließend, in gleichmäßigem Tempo (der/die Tanzende konzentriert sich so auf den Weg und nicht auf die Endpunkte Boden/Stand)



Wie begibt sich der/die Tanzende auf den Weg, den die Aufgabe initiiert hat?

Eine Mischung aus

- eigenen Überlegungen (der gedanklichen Auseinandersetzung),
- eigenem Ausprobieren,
- Beobachtungen (anderer während des Probierens),
- Hinweisen von anderen (Partner/innen, Gruppe, Leiter/in), die verbal oder non-verbal erfolgen,

wird die Suche nach Lösungsmöglichkeiten anregen.

Die größte Schwierigkeit wird darin bestehen, das Wechselspiel zwischen „Sich-in-die-Aufgabe-fallen-lassen“ und der „gedanklichen Kontrollinstanz“ handhaben zu können.

In den ersten Such- und Probierprozessen wird das „Sich-fallen-lassen-können“ sinnvoll sein, aber wenn die gedankliche Analyse völlig ausgeschaltet bleibt, wird, wie es so häufig passiert, keine der wunderbar, originellen Bewegungen rückrufbar sein. Sie werden wieder ins Unterbewusste abziehen.

Daher empfiehlt es sich – wie für die Kreativitätsförderung bereits beschrieben – den Bewegungsphasen Ruhemomente folgen zu lassen, um den erlebten Bewegungen nachzuspüren, die Bewegungen wie in einem Film nochmals innerlich ablaufen zu lassen, sie ins Bewusstsein zu holen; so können sie in der nächsten Bewegungsphase vielleicht wiederholt werden.

Diese Reflexionsphasen können einzeln, aber auch zu zweit oder in der Gruppe verlaufen. Wie im spielerischen Bewegen miteinander kann auch die gedankliche Auseinandersetzung Impulse für die eigene Ausdrucks- und Bewegungsgestaltung liefern.

Ein solches Auswertungsgespräch kann z.B. mit der Frage eingeleitet werden:

☛ „Habt Ihr Euch die Bewegungen ausgedacht oder sind sie spontan entstanden?“

In der darauf folgenden Bewegungsphase könnte dann die Zusatzaufgabe gestellt werden:

☛ „Probiert, ob die Bewegungsfolge einfach aus dem Körper entstehen kann?“

# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode

Diese Gespräche, die ja auch die psychische Dimension der Tanzenden widerspiegeln, helfen dem/der Leiter/in möglicherweise auch bei der Formulierung von Bewegungsaufgaben, um den Tanzenden die nächsten Schritte im kreativen Prozess zu erleichtern (vgl. ARTUS/MAHLER, 1992, S. 57).

Vielen Teilnehmenden, die bisher von „Falsch-und-richtig-Bildern“ aus dem Sport (oder auch Tanz) gelehrt wurden, an das Vor- und Nachmachen gewöhnt sind, genügen diese Anhaltspunkte nicht. Sie fühlen sich hilflos und die Folge kann Scham, Lustlosigkeit oder Ablehnung und Aufgabe sein.

### Hilfen und Anregungen

Der/die Leiter/in kann mit Hilfen und Anregungen den Umgang mit der Bewegungsaufgabe erleichtern (vgl. STOSSBERG/DATZER, 1985, S. 90 ff):

- ▶ Assoziation herstellen (Alltagsbewegungen, bekannte Bewegungen, Bilder, Geschichten, Gefühle)

  
Zu unserem Beispiel

- geschmeidig wie eine Katze, die sich vom Wohnzimmerschrank unter die Couch bewegt...;
- ein Tablett mit unterschiedlichen Körperteilen aufheben und hinlegen;
- Zeitlupe; Zeitraffer...;

#### Vorsicht:

Darauf achten, dass die Assoziationen **nicht** Bewegungs- und Denkklyschees verstärken wie z.B. durch die Aufgabenstellung:

„Geht wie Marilyn Monroe; geht wie John Wayne.“

Hier werden Geschlechterrollenklyschees (s. Kap. 1, 5) eingeübt und das Bewegungsspektrum eingegrenzt anstatt erweitert).

- ▶ Lösungsmöglichkeiten ansprechen und darüber weitere Informationen für Lösungswege geben;
- ▶ Bewegungsandeutungen machen (aber kein konkretes Vorbild abgeben wollen);
- ▶ mit zusätzlichen Gestaltungsmöglichkeiten die Aufgabe ergänzen (räumliche, zeitliche, dynamische Variationen)

  
Zu unserem Beispiel

- den Weg noch mehr „verschnörkeln“ mit vielen kleinen Verwirrungen, Verdrehungen oder raumgreifenden, weiteren Bewegungen deutlich machen...
- Tempowechsel/Stopps (kann Leiter/in stimmlich begleiten, Musikeinsatz)
- ▶ Rückmeldungen an Einzelne geben, ob sie/er sich noch im Rahmen der Aufgabe bewegt.
- ▶ Individuelle und originelle Lösungen positiv verstärken.

### Einstiegsaufgaben

Insbesondere für den Einstieg in die Arbeit mit Bewegungsaufgaben, können spezielle Formen der Partner/innen-Aufgabe die „Anfänger/innen“ motivieren.

Der/die Partner/in initiiert die Bewegung der/des „Übenden“ mit einer führenden, aber keiner ausführenden Rolle (vgl. ebenda S. 91).

 Zu unserem Beispiel

- der/die Partner/in zieht an einem imaginären Faden, der an einem (immer wieder anderen) Körperteil befestigt ist und führt den/die „Übende/n“ vom Stand zum Boden, zum Stand zurück;
- der/die Partner/in führt den/die „Übende/n“ mit seiner/ihrer Stimme (ein fließender Ton/Geräusch/Laut bewegt den/die Partner/in, ein „TOC“ stoppt) runter und wieder hoch.



Das Miteinander erhöht die Experimentierfreude; beide inspirieren sich, die gegenseitige Beobachtung lässt beide ein breites Spektrum von Bewegungen entdecken; zudem lernen sie die Bewegungen anderer zu erkennen und zu akzeptieren!

Als nicht unwichtiger Nebeneffekt, fast unbemerkt, „kontrolliert“ der/die Partner/in die Einhaltung der Aufgabe; das Gefühl für „stimmige“ Elemente wird sensibilisiert.

Weitere **Aufgabenformen** (paarweise, zwischen Teilnehmenden einer Gruppe), die in diesem Sinne einzubringen sind:

- ▶ *Bewegungsimitation als „Schatten“, „Spiegel“, „Echo“ ...*
  - ein/e Partner/in gibt eine Bewegung vor/führt sie an und der/die andere vollzieht sie am Ort/in der Fortbewegung gleichzeitig („Schatten“: hintereinander; „Spiegel“: mit der Front zueinander) oder wiederholt sie als „Echo“.
- ▶ *Bewegungsergänzung/-kontrast als „Frage-/Antwort“, „Aktion-Reaktion“; in freier Form:*
  - auf die Bewegungsvorgabe des/der Partners/in antworten oder reagiert der/die andere mit einer Bewegungssequenz, die räumlich, zeitlich, dynamisch ergänzend oder als Kontrast wirken kann; der formale Bezug kann sich aber auch auflösen; oder mehrere Formen können gemischt eingebracht werden.

Zwar muss ein/e Partner/in nun miteinander initiativer sein, sich „was“ ausdenken, aber durch die Möglichkeit der schnellen „Führungswechsel“ wird keine/r unter längerem „Kreativitätsdruck“ stehen. Sie können sich gegenseitig inspirieren und dadurch ungeahnte Möglichkeiten entdecken.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode

Auch die **Bewegungsaufgabe mit Spielregelcharakter** ermöglicht den Tanzenden ein „stressfreies“ Erleben des ungeordneten offenen Vorgehens- und Ergebnispielraumes. Hierbei werden komplexe Bewegungsinhalte vorgegeben, ohne einzelne Aktionen genau festzulegen.

Die **Spielidee ersetzt die Bewegungsanweisung**, z.B. Fangspiele mit Zusatzregeln und -aufgaben, Anpassungsspiele (Spiegelbild, „Echo“, Schattenlaufen...) für Gruppen und Paare.

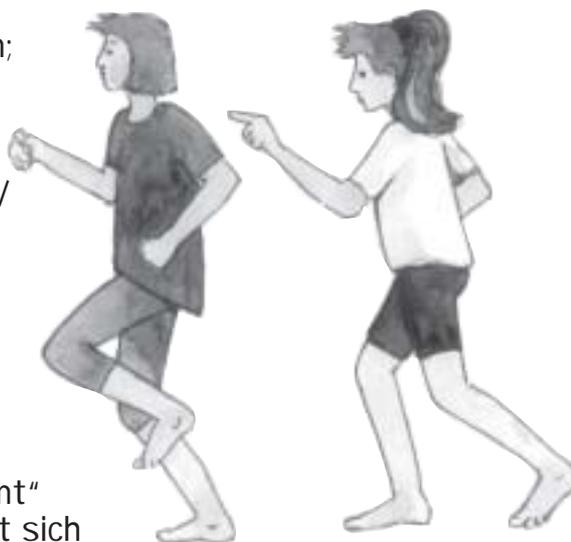
 Zu unserem Beispiel

- Die Gruppe bewegt sich frei im Raum; jede/r kann jede/n durch (Gruppe) Ansnipsen/Berühren „einfrieren“/ „versteinern“ lassen; jede/r kann aber auch jede/n durch Ansnipsen/Berühren wieder „erlösen“.
- Variation: eine Berührung lässt die „Berührten“ zu Boden sinken, die „Erlösung“ bewegt wieder zum Stand usw.
- Paarweise: Zwei „spionieren“ hinter Etwas/Jemanden her; sie bewegen sich nebeneinander; eine/r „übernimmt“ die Führung, der/die Partner/in passt sich an/reagiert (ohne direkten Blickkontakt).

Tempo: keine Vorgabe – von schnell bis ganz langsam/Stopps ist alles erlaubt.

Raum: vorwärts (vw), rückwärts (rw), vom Stand zum Boden, vom Boden zum Stand.

Der Weg von diesen Einstiegsaufgaben bis hin zu komplexen Aufgaben, die mehr Freiraum zur Eigenrealisation und auch mehr Möglichkeiten zur Entfaltung der eigenen Kreativität bieten, ist noch weit.



2

### Forderungen an die Unterrichtsgestaltung

Für die Unterrichtsgestaltung, die für die Tanzenden ja motivierend angelegt sein sollte, ergeben sich folgende Anforderungen (vgl. STOSSBERG/DATZER, 1985, S. 95):

- ▶ einen „roten Faden“ finden, der sich von der Einstiegsaufgabe aus weiterspinnen lässt (und fließende Übergänge innerhalb des Themas schafft);
- ▶ eine Zielvorstellung entwickeln – das Ziel muss klar sein!
- ▶ Allen Lösungen Beachtung schenken und sie als Ausdruck individueller Gestaltungsfreiheit akzeptieren;  
(Und sich als Leiter/in darauf vorbereiten, dass sich ihm/ihr ein breites Bewegungsspektrum präsentiert; er/sie muss sich davon lösen, eine vorgedachte Form umzusetzen. Wenn er/sie die Tanzenden experimentieren lässt, sollte er/sie eigene Erfahrungen im Suchen und Probieren gesammelt haben);
- ▶ das Ziel in Einzelschritte zergliedern, damit den Teilnehmer/innen alle Komponenten des Themas bekannt sind und sie nicht überfordert werden – das gilt für freie als auch für festgeschriebene Themen (wie z.B. die Folklore);
- ▶ Aufgabenstellungen finden, die die nötigen Voraussetzungen schaffen;
- ▶ viele Variationen zu den Grundaufgaben bereit halten – viele Gründe erfordern oft Zusatzaufgaben
  - eine Gruppe reagiert nicht wie geplant (z.B. wetter-, stimmungsbedingt)
  - eine Gruppe (oder Einzelne) überrascht (überraschen) durch ihr Können
  - unvorhergesehene „bewegungstechnische“ Schwierigkeiten müssen „behooben“ werden...
- ▶ eine klare Zielvorstellung haben heißt nicht, sich an eine detaillierte Zeitplanung zu binden.
  - Gerade bei kreativen Prozessen, die die einzelne Persönlichkeit ansprechen, sollte auch das individuelle Zeitempfinden und Lerntempo berücksichtigt werden.
  - Unter Zeitdruck kann sich keine Kreativität entfalten.
  - Wie lange eine Aufgabe eine Gruppe motiviert, ist völlig unterschiedlich und unberechenbar.
- Ein sensibles Gespür für Zeit kann sich zwar mit der Unterrichtserfahrung entwickeln, aber es gilt dennoch, immer wachsam und aufmerksam die Prozesse Einzelner und des Gesamtgeschehens zu verfolgen und „beteiligt“ zu sein!
- ▶ Die Teilnehmer/innen, die Tanzenden, ganzheitlich zu verstehen, auf sie einzugehen (sie persönlich zu „meinen“) und zu fördern!

# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode

### 2.3 Improvisation

Die Bewegungsaufgabe schafft den Rahmen und stellt die Regeln auf für einen Prozess des Suchens, Experimentierens, den wir auch mit dem Begriff „Improvisation“ benennen können.

Wie die Erläuterungen zur Kreativität es verdeutlicht haben, so gilt auch für die Improvisation, dass sie immer wieder an alten vorhandenen Mustern/Strukturen ansetzt und die vorhandenen Grenzen überwindet.

Mit anderen Worten: Ohne „Material“, d.h. die „technischen“ Mittel kann ich nicht improvisieren.

„Die Improvisation lässt beide Prozesse zu, Formen verlieren und Formen gewinnen“ (PETER-BOLAENDER, 1992, S. 237).

Die Angst oder Vorsicht, mit der viele Tanzrichtungen der Improvisation als methodischer Arbeitsweise begegnen, hängt gewiss auch damit zusammen, dass die Improvisation immer mit einem Risiko verbunden ist – das Ende ist offen!

Zudem verlangt sie Mut zu eigenständigen Handlungen und spontanen (Bewegungs-) Entscheidungen.

Grundlegend können wir zwischen Improvisation als Erfahrung(s-Prozess) und Improvisation als inhaltliche/r, formale/r Spontangestaltung(s-Prozess) unterscheiden:

#### Improvisation als Erfahrung(s-Prozess)

Mit Erfahrung ist vornehmlich die Sinneserfahrung, die Sensibilisierung gemeint. Auf der Elementarstufe der Improvisation, auf der wir noch nicht unbedingt kreativ agieren, nehmen wir unsere vielfältigen Körper- und Bewegungsfunktionen wahr und lernen sie zu differenzieren:

- ▶ anatomische Gegebenheiten
- ▶ Spannungsunterschiede
- ▶ unser Körper im Raum
- ▶ Körperbewegungen in unterschiedlicher Zeitgestaltung (Tempo)
- ▶ räumliches, zeitliches, dynamisches Verhalten unseres Körpers in Bezug auf den tänzerischen Ausdruck.

In diesem Sinne kann uns die Improvisation als persönliche Erfahrung auch Zugang zu unserer inneren Welt verschaffen.



# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode

### Improvisation als inhaltliche/r, formale/r Spontangestaltung(s-Prozess)

Die Improvisation als inhaltliche und formale Spontangestaltung bedeutet, „den spielerischen, experimentellen, vorläufigen, spontanen Umgang mit zuvor erfahrenem, gesammeltem Bewegungsmaterial, das seine Gestalt erhält durch das Thema oder die Motivation, die individuellen Möglichkeiten des Einzelnen und die durch die momentane Situation gegebenen Bedingungen“ (HASELBACH, 1976, S. 6).

Sie will verinnerlichte Eindrücke (Gedanken, Gefühle) nach außen bringen. Diese äußere Form besteht nur vorläufig, sie kann sich durch neue Impulse („Eindrücke“) verändern. Doch der Spontaneität können auch Überlegungen und Reflexionen zugeschaltet werden, d.h. dass gleichzeitig auch gezielt Kenntnisse von Gestaltungsgesetzen wie auch motorische Könnensmuster/Fertigkeiten abgerufen werden. So können Lösungen für den tänzerischen Gestaltungsprozess, d.h. auch für spätere Choreographien genutzt werden.

An dieser Stelle befindet sich z.B. der Schnittpunkt, an dem andere methodische Arbeitsweisen in der Unterrichtsgestaltung wirksam werden können u.a. auch Formen der imitativen Methode, des Vor- und Nachmachens.

Die Improvisation, als kreative Aktivität, kann Selbstzweck sein:

- ▶ Ideen entstehen lassen
- ▶ sie aufnehmen
- ▶ mit ihnen spielen
- ▶ sie verändern.

Aber sie kann auch für die Formentwicklung, als didaktische Absicht (d.h. von einer subjektiven Basis zu einer objektiven Technik hin) eingesetzt werden.

Wie sie genutzt wird, hängt von der Gewichtung der Lernziele ab.

Die Improvisation erscheint in der Form der

- ▶ freien Improvisation
- ▶ gebundenen Improvisation.

Die freie Improvisation findet ohne Leiter/Leiterin statt.

Die kreative Tanzerziehung nutzt fast ausschließlich die gebundene Improvisation, d.h. mit einer fachlich qualifizierten einfühlsamen Leitung.

### 2.4 Imitative Arbeitsweise – „Vor- und Nachmachen“

„Wer Bewegung durch Vor- und Nachmachen, durch Kommandieren und Gehorsam lernt, lernt sie „auswendig“ statt „inwendig“. Er (sie, die Red.) erwirbt eine Formel statt lebendige Form“ (JACOBS, 1978, S. 36).

Diese These von DORE JACOBS betrifft das Tanzen in besonderem Maße. Denn wenn ich, als Übungsleiter/in, nur **meine** Interpretation von Tanz, **mein** Tanzverständnis (das aller objektiven Tanztechnik zum Trotz ja immer mitschwingt) demonstriere, kopieren lasse, wird den tanzenden Teilnehmenden kein eigener Zugang zum eigenen Tanzen eröffnet. Sie werden sich bewusst oder unbewusst mit dem Vorbild identifizieren.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 2. Kreative Tanzerziehung als Methode

Am Beispiel des Jazz-Tanzes lässt sich diese Entwicklung besonders gut ablesen: Es gibt zwar im Jazz-Tanz allgemein gültige Bewegungsprinzipien, ihre Weitervermittlung ist aber eng verknüpft mit den stilistischen Ausführungen des/der jeweiligen Künstlers/in, Tänzers/in, der/die sie weitergibt. So lernen wir Jazz-Tanz nach Matt Mattox oder anderen. Lehrer/innen, Künstler/innen, Übungsleiter/innen formen diese „Schulen“ in ihren Interpretationen um und geben ihre eigenen Variation der z.B. „Mattox“-Technik weiter. Immer bleibt die Tanzbewegung die Kopie der Kopie.

Stellen wir dem Tanzunterricht das Ziel voraus, bestimmte Techniken bestimmter Künstler/innen vorzustellen, mag dieser methodische Weg berechtigt sein.

Beziehen wir aber auch Lernziele u.a. im emotionalen und sozialkommunikativen Bereich mit ein, stoßen wir mit der Methode des Vor- und Nachmachens an Grenzen.

Gerade die Tanzrichtungen, die den Lernenden mehr oder weniger festgeschriebene Tanzformen (wie u.a. Folklore, Gesellschaftstanz), vermitteln wollen, die oft für das „Miteinander“, die Geselligkeit stehen, brauchen die Verknüpfung von inneren (Tanz-) Erlebnissen und den äußeren Bewegungsgestaltungen.

Erscheint also das Demonstrieren und Imitieren in manchen Unterrichtsplänen (nicht nur bei festen Tanzformen) „zwingend“ nötig, um z.B. die Genauigkeit einer Bewegung zu erreichen, so sollte es unbedingt eingebettet sein in

- ▶ präzise Beobachtungskriterien
- ▶ Reflexionsphasen.

Die Beobachtungskriterien können z.B. Aspekte der räumlichen, zeitlichen und dynamischen Dimensionen sein.

- Raum:** Raumweg; wo ist der Ansatz der Bewegung, wo entsteht sie genau?
- Zeit:** Tempo, -veränderung, -wechsel...
- Dynamik:** Spannungsbogen, -akzente, -strom...

Wenn ich als Tanzende/r Bewegungsformen unter Vorgabe dieser Kriterien beobachte und ausführe, die Beobachtung anschließend in der Gruppe gemeinsam austausche, werde ich sensibler für die Bewegungsqualität und werde vielleicht auch entdecken, ob und warum mir die Bewegung gefällt oder nicht gefällt (wichtig für den Lernerfolg!).

Der/die Leiter/in kann sich auch aus der allein gültigen „Vorbild“-Situation herauslösen, z.B.:

- ▶ eine bereits in der Grobform gelernte Bewegung kann in Partner/innen- oder Kleingruppen-Arbeit zur Feinform gebracht werden;
- ▶ eine oder mehrere in der Improvisation gefundene/n Bewegungslösung/en eines/einer oder mehrerer Teilnehmer/innen wird von dem/der Leiter/in herausgegriffen und von der Gesamtgruppe oder von Kleingruppen gelernt.

Diese Form der „Dezentralisierung“ der Leiter/innen-Improvisation setzt aber voraus, dass die Beobachtungskriterien allen bekannt sind und von allen als Regeln in der gemeinsamen Reflexion akzeptiert werden.

2

### 3. Rolle und Funktion der Leiterin/des Leiters

Die kreative Tanzerziehung braucht eine tanzpädagogische Leitung, die neben den fachspezifischen Qualitäten vor allem über ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen, Vertrauen und auch Gelassenheit verfügt. Oft entscheidet das Lernklima, ob es den Tanzenden gelingt, ihre kreativen Kräfte freizusetzen. Wenn tänzerische Bewegung im Unterricht als menschliches Handeln begriffen wird, so wird es nicht genügen, sich als Fachautorität zu verstehen, die im Dienste des Tanzstils „Körper“ trainiert (wobei das den Teilnehmenden auch Spaß machen kann). Die wechselwirksame Verbindung von Wahrnehmung, Denken, Fühlen und Bewegen, die im Tanz erlebbar ist und eben jedes menschliche Handeln prägt, muss Unterrichtsgegenstand sein!

Der/die Leiter/in sollte ein gutes Beobachtungsvermögen entwickeln, um die Zusammenhänge zwischen den inneren und äußeren Handlungsabläufen erkennen zu können.

Gerade die Arbeit mit Bewegungsaufgaben und Improvisationen wird nicht immer nur von Erfolg gekrönt sein. Die Teilnehmenden werden oft bis an die Grenzen ihrer Frustrationstoleranz gedrängt. Doch wenn sie wissen, dass Fehler oder ungeschickte, unfertige Lösungen nicht von der Leitung sanktioniert werden, sie angenommen werden und eine Korrektur erfahren, die ihnen hilft anstatt sie vor allen anderen lächerlich zu machen oder sich abgewertet zu fühlen, dann ist eine Vertrauensbasis geschaffen, die sich für beide Seiten, d.h. auch innerhalb der Gruppe, fruchtbar auswirken wird.

Der/die Leiter/in sollte jedem/jeder Teilnehmenden etwas zutrauen und fast vorausschauend hilfreich unterstützen, wenn sie oder er an ihre/seine Grenzen gelangt oder gar resigniert (vgl. ARTUS-MAHLER, 1992, S. 55).

Die Kombination der nötigen Persönlichkeitseigenschaften von Einfühlungsvermögen und Gelassenheit/Geduld benötigt der/die Leiter/in besonders hinsichtlich der zeitlichen Gestaltung des Unterrichts, gerade für die Experimentier-Phasen.

Es kommt einer Kunst nahe, sich das gewisse „Timing“, ein Zeitgefühl für die Prozesse zu erarbeiten!

▶ **Genug Zeit lassen**

für die, die ein langsames Lerntempo haben und für die, die lange, genussvoll in Probierphasen eintauchen können und wollen;

▶ **rechtzeitig unterbrechen,**

bevor Langeweile eintritt, eine Aufgabe nicht mehr motiviert, um korrigierende Aufgaben oder erweiternde Hinweise einzustreuen;

▶ **den rechten Zeitpunkt erkennen,**

wann Reflexionsphasen nötig sind;

▶ **den rechten Moment wählen,**

um sich (als Leiter/in) mit eigenen Einfällen einzubringen oder sich eher zurück-zuziehen.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 3. Rolle und Funktion der Leiterin/des Leiters

Die methodische Hinführung zum Tanzen über die Bewegungsaufgabe/Improvisation fordert von dem/der Leiter/in zwar auf fachspezifischer und auch pädagogischer Ebene eine intensive Planung und Vorbereitung und Präsenz im Unterrichtsprozess, doch durch die Partner/innen- und Gruppenarbeit beteiligt diese Methode die Teilnehmenden an der Mitgestaltung des Unterrichts. Sie entlasten die Leitung vom absoluten Kreativitätszwang, da auch sie Bewegungsideen/Lösungsmöglichkeiten (auch für Tanzgestaltungen und Choreographien) finden.

Dieser „andere“ methodische Weg wirkt sich auch auf die Funktion des/der Leiter/in aus:

Die Leitung gibt weniger die Tänze/die Tanzbewegungen an die Teilnehmenden weiter, sondern reicht ihnen den Schlüssel zu ihrem eigenen Tanzen (frei nach einem Zitat einer Lehrgangsteilnehmerin).

Die Tanzfähigkeit der Leitung steht also nicht im Vordergrund, sondern seine/ihre Fähigkeit, die Tanz-Inhalte so in einzelne Lernschritte aufzuschlüsseln, dass die Tanzfähigkeit der Teilnehmenden erweitert wird.

Viele mögen angesichts all dieser vielen Anforderungen an die tanzpädagogische Leitung vorschnell „abwinken“: *„So viel Aufwand, also ich will doch nur Tanzen beibringen!“*

Und da hat sie/er recht!

Niemand muss dies oder das tun. Alle Aspekte dieses methodischen Konzeptes sind als Angebote, Hinweise zu verstehen, die ich als Tanzleitung ausprobieren kann, mit denen ich meinen Unterricht anreichern kann.

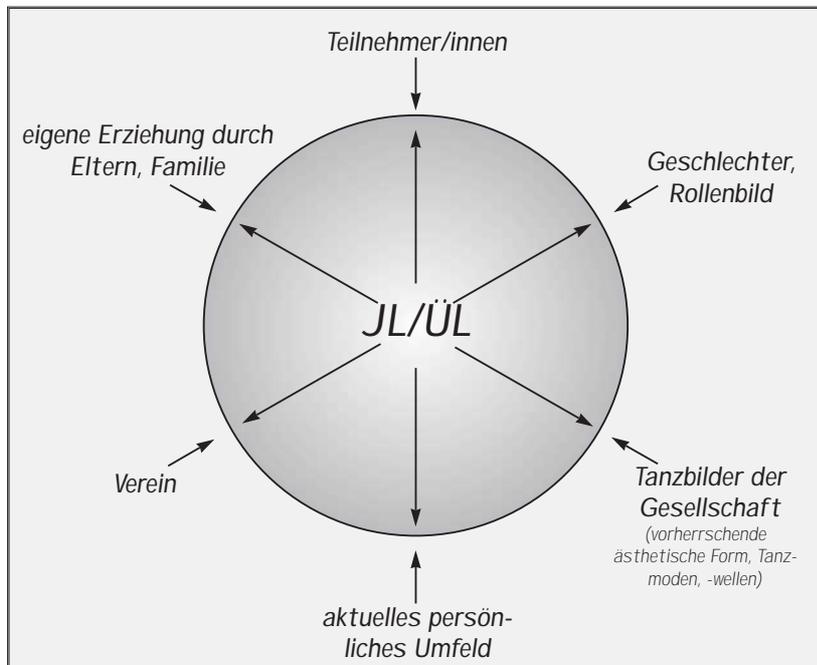
Diejenigen, die vielleicht gerade erst mit der Tanzvermittlung beginnen wollen, können sich die methodischen Hilfen herauspicken, die sie sich zutrauen. Das Methodik-Konzept dient als „Baugerüst“, in dem ich auch als Leitung meine individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten einbringen und entwickeln kann.

Die Mehrzahl der JL/ÜL werden schon von vielen, meist gar nicht so bewusst wahrgenommenen Ansprüchen bestimmt. Ansprüche, Anforderungen, die sie/er an sich selbst stellt, die von außen (eher fremdbestimmt) gestellt werden und die sie/er auch an die Teilnehmenden (bewusst oder unbewusst) weitergibt.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 3. Rolle und Funktion der Leiterin/des Leiters

**Ansprüche, die von außen an den/die JL/ÜL herangetragen werden und die er/sie nach außen trägt**



(vgl. Meurer, 1995)

Jede/r mag für sich einmal „recherchieren“, welche Ansprüche unbewusst, welche bewusst im Tanzunterricht mitschwingen.

Stehen die Ansprüche im Einklang miteinander oder entsteht nach außen oder innen (siehe Skizze) ein „Überdruck“, der vielleicht an anderer Stelle sein Ventil findet...?

### Beispiel

- ☛ Verlangt der Verein zu jeder Feier eine neue Choreographie von mir und das im Tanzstil des aktuellen Trends?
- ☛ Entsprechen meine Vorstellungen denen, die von außen an mich gestellt werden? ... Und wie gehe ich damit um?

Das Nachdenken über die eigene Handlungskompetenz (der Leitung) schafft evtl. „Freiräume“, mit der die Methodik der „kreativen Tanzerziehung“ den eigenen Lernprozess (und damit den Lernprozess der Tanzenden) anreichern, um- oder neugestalten kann.

Zu diesem freiwilligen „Selbstgespräch“ sei noch ergänzend die Frage nach dem Geschlechterrollenbild gestellt. Da das Verhalten (sprachlich und körperlich) des/der JL/ÜL, als Mann/als Frau auf jeden Fall eine Modellwirkung auf die Teilnehmenden (jeden Alters) ausübt, hat dies oft ungeahnten Einfluss auf den Erfolg oder Misserfolg aller Bemühungen um eine Neudefinition der Geschlechterrollen (s. Kap. 4, 5) im Bereich der Bewegungs- und Tanzerziehung.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 4. Methodischer Aufbau eines Tanzthemas

### 4. Methodischer Aufbau eines Tanzthemas

#### 4.1 Beispiel eines Stunden-„Grund-Gerüsts“ für die Entwicklung festgelegter Tanzformen

Die Auswahlkriterien für die festgelegte Tanzform – z.B. einen Folkloretanz – sind verknüpft mit dem/den Lernzielen. Welche pädagogische Absicht steht hinter der Wahl des Tanzes?

Mögliche Lernziele könnten u.a. sein:

- ★ *das Bewusstsein für das Miteinander/Gruppenerlebnis fördern, Freude und Lust am gemeinsamen Tanzen (wiederer-)schaffen;*
- ★ *musikalische Strukturen: z.B. Phrasierungen, Rhythmen erkennen und umsetzen;*
- ★ *die Bewegungsgrundformen in räumlicher, zeitlicher, dynamischer Kombination erfahren; groß- und feinmotorische Bewegungskoordination beherrschen;*
- ★ *Wissen über und Verständnis für andere gesellschaftspolitische und kulturelle Entwicklungen erlangen;*
- ★ *Tanzstile im Kulturvergleich erleben.*

Um das Lernziel, den ausgewählten Tanz zu lernen, nicht aus den Augen zu verlieren, sollten die Lerninhalte, aus denen der Tanz zusammengesetzt ist, schon prinzipiell bekannt und gekannt sein, d.h. der physischen und psychischen Entwicklung, dem motorischen Fähigkeits- und Fertigniveau der Teilnehmenden entsprechen.

Den Teilnehmenden, ob Kinder oder Jugendliche, wird die Freude und Lust auf Bewegung und die Neugier auf den Tanz genommen, wenn sie einzelne oder komplexe Bewegungsformen erst „neu“-lernen müssen, um an dieses konkrete (Tanz-)Ziel zu gelangen.



#### Beispiel

Ein Tanz baut auf Laufen und unpunktiertem Hüpfen = Federn auf; ist den Teilnehmenden die Grundform Federn fremd, werden sie zu viel physische als auch psychische Energie für dieses Element aufbringen müssen, um letztlich die Charakteristika des Tanzes begreifen zu können.

In diesem Fall sollte der Folkloretanz als Fernziel festgelegt werden und die notwendigen Elemente etappenweise über mehrere Unterrichtsstunden losgelöst von der bestimmten Tanzform und deren Musik erarbeitet werden.

Dieses Prinzip gilt auch für Lerninhalte, die auf musikalischer Ebene gewisse Grundkenntnisse erfordern.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 4. Methodischer Aufbau eines Tanzthemas

### Beispiel

Für einen Tanz, der in einen  $\frac{7}{8}$  Takt eingebettet ist, sollten die Teilnehmenden schon verschiedene Taktarten kennen gelernt und ausbewegt haben.

Doch auch für die Inhalte eines Tanzes, die dem tänzerischen Entwicklungsstand der Gruppe angepasst sind, muss der/die Leiter/in überlegen, welche und wieviele Elemente in methodischen Einzelschritten vorbereitet werden müssen, um sie schließlich „nur“ noch als Tanz zusammenzufügen.

Möglicherweise muss bei vielen Elementen die Erarbeitung des Tanzes über mehrere Unterrichtseinheiten erfolgen.

Folgende Fragen sind u.a. für die Planung der Vermittlung des Tanzes wichtig:



**Aus welchen Bausteinen/Elementen setzt sich der Tanz zusammen?**

Welche müssen davon (für die jeweilige Gruppe) besonders „aufgearbeitet“ werden?



**Welcher körperbildenden/gymnastischen Vorbereitung bedürfen diese Elemente?**

Der Stundenaufbau im Sinne einer kreativen Tanzerziehung gleicht nicht einem Kochrezept, eher einer Vielzahl von Zutaten, die unter verschiedenen Bedingungen unterschiedlich „zusammengemischt“ werden können.

Einflussnehmende Faktoren sind:

- ▶ Eigene Stimmung / eigenes Wohlbefinden (der Leitung)
- ▶ Stimmung und Wohlbefinden der Gruppe / Einzelner
- ▶ Räumliche Beschaffenheit / Temperatur
- ▶ Zeitpunkt

Insbesondere für den einstimmenden Teil der Unterrichtseinheit sollte der/die Leiter/in diese Faktoren wahrnehmen, überprüfen und hinsichtlich seiner/ihrer Planung flexibel reagieren können. Sie sind nicht immer im voraus einplanbar.

Bereits die einleitende Erwärmungsphase spinnt den thematischen „roten Faden“.

### Aufbau

#### Einstimmung

- ▶ Sie kann beruhigen durch
  - ein Unterrichtsgespräch: z.B. „Wie geht es euch?“,
  - Atemübungen,
  - entspannende Körperwahrnehmung, um sich ein aktuelles (Körper-)Bild von sich verschaffen zu können;
- ▶ oder anregende Wirkung haben durch
  - einfache Aufgaben; einzeln, zu zweit, in der Gruppe, zum „Austoben“ im Raum (mit/ohne Musik).

In dieser Phase klingen schon Aspekte der Lerninhalte an; sie dient der physischen aber vor allem psychischen Vorbereitung.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 4. Methodischer Aufbau eines Tanzthemas

### Körperarbeit

Die körperlichen Voraussetzungen für die Bewegungselemente des Tanzes, bzw. der ausgewählten Schwerpunkte werden in Ruhe erarbeitet.

Das „Wie“ hängt jedoch von den Kenntnissen des/der JL/ÜL ab: ob herkömmliche Gymnastikübungen (aus der Gymnastiktradition und dem Sport), Körperübungen aus den Trainingsformen der verschiedenen Tanzrichtungen oder Übungen aus anderen Körperarbeitsmethoden (Feldenkrais, Gindler, Yoga etc....). Egal auf welches Übungs-„Material“ sich der/die JL/ÜL stützt, er/sie sollte dem Wechselspiel zwischen inneren und äußeren Handlungen Raum geben; Zeit zum Nachspüren lassen, damit Körperzusammenhänge begriffen und nicht einfach exerziert werden.

-  **Beispiel** ▶ Dehnung/Kräftigung der Fußmuskulatur;  
▶ Beweglichmachung der Fußgelenke.

### Schwerpunkt

#### Erarbeitung der Bewegungsqualitäten und/oder der musikalisch/rhythmischen Elemente

Bewegungsaufgaben zu dem jeweiligen Schwerpunktthema können leistungsdifferenzierend gestellt werden, um auf einen möglicherweise unterschiedlichen Entwicklungs- und Könnensstand innerhalb der Gruppe eingehen zu können. Den Kindern und Jugendlichen mit körperlichen und/oder geistigen Beeinträchtigungen bietet die offene Aufgabenstellung als solche und deren weitere Differenzierungsmöglichkeiten die Chance, „gleichzeitig“ mitzuarbeiten, nicht ausgesperrt zu werden. Diese Phase beinhaltet den Kern des Tanz-„Technik“-Trainings. Die Musik des ausgewählten Tanzes sollte der/die Leiter/in möglichst bis zum Teil „Tanz“ „aufsparen“. Eine andere Musikbegleitung, ein anderes Musikstück in der Vorbereitung erhält die Musik des Tanzes frisch und motiviert die Gruppe mehr.

-  **Beispiel** ▶ Bewegungsgrundformen z.B. federn und laufen, zeitliche und dynamische Variationen, Entwicklung rhythmischer Verbindungen.

### Tanz

#### Erlernen der ausgewählten Tanzform (Folkloretanz)

Die erarbeiteten Elemente werden zusammengefügt. Intensives Hören der Musik, um Phrasen zu erkennen, ersetzt jegliches Schritte-Zählen. Die eigene stimmliche Begleitung (mitsingen, -summen) kann helfen, dass sich die Phrasen leichter einprägen und sich so auch die gemeinsame Tanzlust erhöht.

Von der offenen Aufgabenstellung wechselt der/die Leiter/in zur Arbeitsweise des Vor- und Nachmachens, wenn er/sie die genauen Bewegungsfolgen vermitteln will. Die detaillierte Vorbereitung hat aber die Teilnehmenden schon die Qualitäten der Tanzelemente erfahren lassen. Diese wurden nicht nur „auswendig“, sondern auch „inwendig“ gelernt (nach DORE JACOBS).

Je nach Lernziel kann die Grobform noch zur Feinform „geschliffen“ werden.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 4. Methodischer Aufbau eines Tanzthemas

### Ausklung

- Als körperlich-geistige Erholung können die Teilnehmenden einzeln / zu zweit
- ▶ Muskulatur dehnen / lockern (z.B. Beine),
  - ▶ Körperteile ausstreichen,
  - ▶ nachspüren / reflektieren,
  - ▶ Austauschgespräche führen (auch in der Gesamtgruppe).

2

<i>Aufbau im Überblick</i>	
<b>Thema:</b>	Erarbeitung eines festgelegten Tanzes (Folkloretanz)
<b>Lernziel:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Kombination von Fortbewegungsarten als rhythmische Verbindung</li> <li>▶ Typische (Bewegungs-)Merkmale des Folkloretanzes (Herkunftsland) beherrschen</li> </ul>
<b>Voraussetzung:</b>	Fortbewegungsarten (z.B. Federn und Laufen) beherrschen
<i>Einstimmung</i>	Beruhigend • Gespräch • körperwahrnehmende Übungen Anregend    • „Austoben“ • erste Orientierung in Raum, Zeit und Dynamik
<i>Körperarbeit</i>	Physische (und psychische) Vorbereitung der Schwerpunkt-Elemente (z.B. Elastizität der Füße)
<i>Schwerpunkt</i> <b>Erarbeitung der Schwerpunkt-Elemente:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Bewegungsqualitäten, z.B. Kombination von Grundformen, z.B. Federn und Laufen</li> <li>▶ Erarbeitung der musikalisch-rhythmischen Elemente, z.B. Phrasierung erkennen, rhythmische Verbindungen entwickeln</li> </ul>
<i>Tanz</i> <b>Erlernen des Tanzes:</b>	Zusammenziehen der erlernten Elemente zu der vorgegebenen Tanz-Form
<i>Ausklung</i>	Physische – psychische Erholung <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ muskuläre Entspannung (aktiv – passiv)</li> <li>▶ Unterrichtsgespräch</li> </ul>

# Methodik einer Tanzerziehung

## 4. Methodischer Aufbau eines Tanzthemas

### 4.2 Beispiel eines Stunden-„Grundgerüsts“ für die Entwicklung „freier“ Tanzelemente/-qualitäten

Wie relativ doch die „Freiheit“ ist. „Freie“ Tanzelemente/-qualitäten meint hier nur: es liegt keine festgeschriebene Form vor; es bedeutet aber nicht, dass sich aus der Arbeit an Teil- und Ganzkörperbewegungen nicht wiederholbare Tanzformen festlegen lassen.

Die **Lernzielbestimmung** fällt hier schwerer, da sich uns so viele Themen, d.h. Lerninhalte anbieten, wie die Kombination von Lottozahlen.

Der/die Leiter/in könnte u.a. folgende Auswahlkriterien zu Rate ziehen:

★ *Welche Tanz-, Bewegungsqualitäten und Musikelemente fehlen der Gruppe/einzelnen Teilnehmenden?*

- *Bewusstmachen und Erfahren der Dimensionen Raum/Zeit/Dynamik in der Bewegung;*
- *Bewusstmachen und Entwickeln differenzierter Bewegungsmöglichkeiten von Teil- und Ganzkörperbereichen;*
- *Schulung von Fortbewegungsarten / Bewegungsgrundformen*
- *Fortbewegungsarten räumlich, zeitlich, dynamisch differenzieren/variieren/kombinieren;*
- *Erkennen und Umsetzen von Rhythmen, rhythmisch-musikalischen Schwerpunkten*

★ *Können gefundene kreative Lösungen von der Gruppe/den Teilnehmenden bereits festgelegt werden?*

- *Entwicklung fester Motive aus der Improvisation*
- *Vermittlung von Gestaltungskriterien*
- *Erarbeitung choreographischer Ansätze*

Bei der Durchsicht dieser „Angebote“ (s. auch Kap. 3) kann der/die Leiter/in für eine Stundenplanung ein Detail herausgreifen:

 **Beispiel** ▶ „Laufen räumlich variieren“

Aber das Thema kann auch ausgeweitet werden durch Hinzunahme des Aspektes

 **Beispiel** ▶ „zeitliche und/oder dynamische Variation mit/ohne Musik“

und weitergeführt bis zur

 **Beispiel** ▶ „Entwicklung einer festen Tanzform, einer Gestaltung mit Musik“.

Eine tänzerische Gestaltung bedeutet:

- ▶ eine klare Gliederung
- ▶ Wiederholbarkeit
- ▶ inhaltliche/r und formale/r Entwicklung und Aufbau

evtl. auch bestimmte stilistische Elemente (vgl. auch HASELBACH, 1976, S. 6).

# Methodik einer Tanzerziehung

## 4. Methodischer Aufbau eines Tanzthemas

Anregungen zu einer Gestaltung können insbesondere in der Arbeit mit Kindern auch Texte (z.B. Reime, Rätsel, Sprichwörter, Märchentexte) und Lieder (z.B. Spiel- und Darstellungslieder mit szenischem Kern) liefern (vgl. hierzu HASELBACH, 1975, S. 147). Ein Thema kann schnell überladen sein; die Gruppe überfordert, überfüttert sein. Ein Zuwenig an Aufgabenstellungen, Impulsen kann eine Gruppe unterfordern, sie langweilen. Ein Gespür für ein ausgeglichenes Verhältnis zu schaffen, gleicht oft einem „Abenteuer“; es erfordert Mut bei der Auswahl der Inhalte und der Planung, den methodischen Aufbau nämlich dann mit Leben zu füllen.

Dieser Arbeitsansatz benötigt aber auch Gelassenheit: wenn's dann nicht geklappt hat, andere Kombinationen/Aufgaben zu suchen.



**Ein Hinweis mag sein: lieber den Lernstoff reduzieren, sich die Ziele klarmachen.**

Diese Klarheit wird sich auf die Bewegungsqualität der Teilnehmenden übertragen.

Die Aufbaustruktur einer Unterrichtseinheit ist im Prinzip identisch mit der Struktur, wie sie für einen festgelegten Tanz beschrieben wurde. Bei der Entwicklung „freier“ Tanzelemente/-qualitäten bleibt jedoch das Ergebnis in der Planung relativ offen – auch wenn der/die Leiter/in schon eigene Vorstellungen von möglichen Ergebnissen in Umrissen vor dem „inneren Auge“ entwickelt haben mag.

**Thema**                      **Entwicklung z.B. einer Teilkörperbewegung zur Verbesserung tänzerischer Ausdruckskraft – z.B. „Rumpfeinsatz“**

**Lernziele**                      ▶ Beweglichkeit eines Teilkörperbereiches – z.B. „Rumpf“  
 ▶ Variation einer Fortbewegungsart durch Einsatz einer differenzierten Teilkörperbewegung, z.B. „Gehen variiert durch Rumpfeinsatz“

**Voraussetzung**            Die Inhalte sollten dem physisch-psychischen Entwicklungsstand der Teilnehmenden entsprechen, z.B. differenzierte Wahrnehmungs- und Bewegungsfähigkeit von Teilkörperbereichen.

### Aufbau

#### Einstimmung

Sie bezieht sich schon auf das Thema („roter Faden“), aber versteht sich als Phase, in der die Teilnehmenden aus dem Alltag „abgeholt“ und in die beginnende Tanz-Situation geführt werden. ➡ Beruhigend/anregend (s. Seite 42)

#### Körperarbeit

Teil- und Ganzkörperbewegungen aus den Körperarbeitsmethoden und/oder den verschiedenen Tanz-Gymnastik-Sportrichtungen bereiten die Teilnehmenden auf die im Stundenziel thematisierten Qualitäten vor, z.B.

- ▶ Beweglichmachung der Wirbelsäule,
- ▶ Öffnen und Schließen der Rippenzwischenräume,
- ▶ Dehnen und Kräftigen der Rumpfmuskulatur.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 4. Methodischer Aufbau eines Tanzthemas

Zeit für den Wechsel von Bewegungen, Nachspüren, Reflektieren einräumen! Die Teilnehmenden sind im späteren Verlauf (vielleicht mehr noch als bei festgeschriebenen Tanzformen) darauf angewiesen, ein klares Bild von ihrer eigenen Bewegung zu entwickeln, da das Vorbild zum Nachmachen fehlt!

### Schwerpunkt

#### Erarbeitung der im Stundenziel thematisierten Bewegungs- und/oder Musikelemente/-qualitäten

Aufgabenstellungen, die zu unserem Beispiel „Rumpfbewegungen“ (stets in ganzkörperlicher Verbindung) räumlich/zeitlich/dynamisch variieren – einzeln / paarweise / in Gruppen.

Die „Rumpf“-Bewegungen können sich auch auf eine Fortbewegungsform beziehen, z.B. „Gehen“.

**Vorsicht:** Wahrnehmen, ob die Teilnehmenden für diese Erweiterung schon bereit sind, oder ob nur wieder die eigene Ungeduld (der Leitung) treibt!

### Tanz

#### Entwicklung eines festen Tanzmotives, d.h. einer wiederholbaren Bewegungsfolge

1 Die erarbeiteten Bewegungsqualitäten können (müssen also nicht) aus der Improvisation auch zu einem festzulegenden Tanzmotiv führen. Die Teilnehmenden zeigen in der Festlegung die Klarheit ihres Bewegungsverständnisses.

Der/die Leiter/in kann in der Phase des Suchens, Ausprobierens helfend eingreifen, z.B. kann er/sie

- ▶ Ideen von Teilnehmer/innen, die einmal auftauchen, in „wildem“ Improvisieren verschwinden, wieder aufgreifen, den Teilnehmenden vorschlagen doch daran weiter zu formen;
- ▶ Einzelbewegungen eines Motivs, das noch unklar ausgeführt wird, durch gezielte Fragen bewusst machen, z.B.
  - wohin richtet sich dein Blick während der Bewegung?
  - welchen Weg/in welchem Tempo beschreibt dein rechter Arm? usw....

Spätestens in dieser Phase des Unterrichts müssen Gespräche über Gestaltungskriterien geführt werden. Da die Wertungen „Richtig“ und „Falsch“ in diesem Arbeitsansatz keinen Platz einnehmen, müssen Kriterien übermittelt werden, die ein Bewegungsmotiv/eine Bewegungsfolge interessant gestalten, d.h. die eigene Tanzpräsenz (das tänzerische „Ich-bin-da“) herausarbeiten. „Präsent-Sein“, „Da-sein“ wird erreicht durch dynamische Akzente/Impulse, mit denen ich mich selbst, die Mittanzenden oder die Zuschauer/innen anregen kann/will.

Mit anderen Worten: die Gestaltungskriterien können als Strukturhilfen meiner tänzerischen Ausdrucksfähigkeit dienen.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 4. Methodischer Aufbau eines Tanzthemas

Da Tanzbewegungen, die gefallen, allgemein mit dem Kommentar belegt werden: „Oh, die ist aber ästhetisch schön!“ kann ein Gespräch über die Gestaltungskriterien vielleicht mit der Frage eingeleitet werden:

- ▶ Warum gefällt euch eine Bewegung?
- ▶ Was macht sie „schön“?

Kriterien, die nicht an persönlichen Geschmack gebunden sind, schützen auch vor (Ab-) Wertungen und Urteilen.

Mögliche Kriterien sind:

- ▶ Schaffen einer ganzheitlichen Intensität durch einen inneren und äußeren Spannungsbogen (Dynamik),
- ▶ klare zeitliche Gliederung/rhythmische Einteilung (Zeit),
- ▶ klare räumliche Ausrichtung/Wegführung (Raum),
- ▶ bewusster Einsatz des ganzen Körpers und Blickes.

2 Um den Teilnehmenden die Vielfalt der „Eigenproduktionen“ ihrer Kreativität zu verdeutlichen, kann der/die Leiter/in im weiteren Stundenverlauf

- alle Motive zeigen lassen (Kein Zwang! Wer sich nicht zeigen mag, darf nicht gezwungen werden),
- zu zweit: sich gegenseitig ihre Motive zeigen und beibringen,
- in Kleingruppen ihre Motive vormachen, alle oder nur einige lernen,
- einige Motive exemplarisch herausgreifen (möglichst unterschiedliche),
  - diese lernt die Gesamtgruppe
  - die Gesamtgruppe verteilt sich je nach Vorliebe auf die 2/3/4 Motive; die neugebildeten Kleingruppen lernen das ausgewählte Motiv.

3 Nun können sich erste Hinweise auf choreographische Aspekte für eine Tanzgestaltung in der Klein- oder Großgruppe anschließen.


Beispiel

zu ●● die beiden Motive in Verbindung bringen (gleichzeitig gegeneinander, nacheinander) und Raumwege finden...

zu ●●●● die Motiv-Gruppen im Raum bewegen lassen (gleichzeitig, nacheinander, abwechselnd).....

Hieraus kann ein Tanz entstehen, der dann

- ▶ von der Leitung,
- ▶ von der Gruppe
- ▶ oder gemeinsam

erarbeitet und zur Aufführung gebracht wird.

### Ausklung

Als körperlich-geistige Erholung können die Teilnehmenden einzeln / zu zweit

- ▶ Muskulatur dehnen / lockern (z.B. Beine),
- ▶ Körperteile ausstreichen,
- ▶ nachspüren / reflektieren,
- ▶ Austauschgespräche führen (auch in der Gesamtgruppe).

# Methodik einer Tanzerziehung

## 4. Methodischer Aufbau eines Tanzthemas

<i>Aufbau im Überblick</i>	
<b>Thema:</b>	Entwicklung einer Teilkörperbewegung zur Verbesserung tänzerischer Ausdruckskraft – „Rumpfeinsatz“
<b>Lernziele:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Beweglichkeit eines Teilkörperbereiches – „Rumpf“</li> <li>▶ Variation einer Fortbewegungsart durch Einsatz einer differenzierten Teilkörperbewegung, z.B. „Gehen mit Rumpfeinsatz“</li> </ul>
<b>Voraussetzung:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Differenzierte Wahrnehmung von Teilkörperbereichen</li> <li>▶ Fortbewegungsart (Gehen)</li> </ul>
<i>Einstimmung</i>	Beruhigende, anregende Wirkung (s. S. 42)
<i>Körperarbeit</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Physische und psychische Vorbereitung der (Stunden-)Schwerpunkt-Elemente</li> <li>▶ Beweglichmachung des Rumpfes</li> <li>▶ Dehnen und Kräftigen der Rumpfmuskulatur</li> </ul>
<i>Schwerpunkt</i> <b>Erarbeitung der Schwerpunkt-Elemente und Gymnastik</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Teilkörperbewegung („Rumpf“) in räumlicher/zeitlicher/dynamischer Differenzierung</li> <li>▶ Teilkörperbewegung in Verbindung zur Fortbewegungsart („Rumpfverhalten beim Gehen“)</li> </ul>
<i>Tanz</i> <b>Entwicklung eines festen Tanzmotives</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Festlegen einer wiederholbaren Bewegungsfolge aus der Improvisation</li> <li>▶ Choreographische Ansätze für Paare / Klein-/ Großgruppen</li> </ul>
<i>Ausklang</i>	▶ Physische, psychische Erholung (s. S. 44)

2

### 5. Musik im Tanzunterricht

Bei „Tanz/en“ denken alle direkt an Musik. Wie die Luft zum Atmen, so brauchen wir doch auch die Musik zum Tanzen. Aber in der Praxis, d.h. im Tanzunterricht, erweist sich diese Verbindung als nicht immer so ganz einfach und unproblematisch.

Dem musikalischen Überangebot – „Musik total“ in allen Supermärkten, auf Straßen, in Geschäften, in der Werbung, schon in so manchem Operationssaal, etc. – steht ein häufig gehörter, häufig von JL/ÜL ausgesprochener Satz: „Ich bin unmusikalisch; ich verstehe nicht viel von Musik“ entgegen.

Der Musik- und Bewegungs-(Tanz)-Unterricht lebt doch z.B. in den meisten Schulen isoliert nebeneinander her. Irgendwann werden sie bei Bedarf zueinander gepackt, aber sie „wachsen“ nicht miteinander „auf“ – von einigen Projekten in Kindergärten und Grundschulen abgesehen.

Den Tanz können wir u.a. auch als bewegtes Klangereignis begreifen. Klangvorgänge, die sich ebenso in Bewegungsvorgänge umsetzen lassen, wie Bewegungsvorgänge in Klangvorgänge, unterliegen ja teilweise den gleichen Ordnungs- und Gestaltungs-komponenten (vgl. VENT/DREFKE, 1981, S. 104) – wie z.B. Zeit und Dynamik (s. Kap. 3, 2).

Gerade im Unterricht mit Kindern, die besonders durch Fernsehen und Video immer seltener unmittelbare Erfahrungen mit Sachen und Menschen machen, bietet die Vermittlung der Verbindung Tanz und Musik / Musik und Tanz viele Möglichkeiten, ihre Mitteilungs- und Handlungsfähigkeiten zu erweitern.

Neben der „äußeren“ Bewegung regt die Musik auch die „innere Bewegtheit“ an. Sie kann Gefühle, Bilder und Gedanken auslösen, die sich über Bewegung wieder in die „Außenwelt“ übertragen lassen.

Auch dieses Miteinander will das methodische Konzept dieser Arbeitshilfe verdeutlichen.

Die Entwicklung und Förderung des Musikempfindens und der Erarbeitung musikalisch-rhythmischer Grundkenntnisse sind somit auch Lernziel des Tanzunterrichts (s. Kap. 3, 3, Erfahren und Erlernen musikalisch-rhythmischer Elemente).

Auch wenn andere Lernziele ja meist im Vordergrund stehen, kann ein bewusster Umgang mit Musik die Tanzenden schon musikalisch sensibilisieren (u.a. ihre Hörgewohnheiten um andere Musikrichtungen/-stile erweitern, nebenbei auf Grundelemente aufmerksam machen, Takt / Rhythmus / dynamische Akzente wahrnehmen, etc.).

#### **Keine Angst! Nichts ist ein Muss!**

Und jede/r JL/ÜL, der/die bisher wenig Kontakt mit Musik und Rhythmus hatte, kann sich hier auch erst einmal stressfrei einlesen – und vielleicht Lust bekommen, sich doch intensiver damit zu beschäftigen.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 5. Musik im Tanzunterricht

Natürlich ist es nicht zwingend zu wissen / zu begreifen / zu hören was z.B. ein  $\frac{7}{8}$  Takt ist, aber es kann eine Lebensqualität mehr sein.

Dieses Verständnis von Musik meint nicht nur

- ▶ Musikproduktionen per Tonträger wie Schallplatte, CD, Audiokassette
- sondern auch
- ▶ Livemusik, d.h. Instrumentalbegleitung durch ein oder mehrere Musikinstrument/e, vom Geräusch-, Rhythmus- bis zum Toninstrument.
- ▶ Körperklanggesten
- ▶ Stimme und Gesang.

Meistens wird in Tanzangeboten aber auf fertige Musikproduktionen zurückgegriffen: Auf den ersten Blick erscheint diese Wahl einfacher zu sein, als Musik selbst zu „produzieren“. Gewiss verlangt die „Livemusik“ den/der JL/ÜL viel persönliches Einbringen ab und eine gewisse musikalische Sicherheit, d.h. musikalische Vorerfahrung. Aber auch der Umgang mit so genannten „Musikkonserven“ (Kassetten, CD's, etc.) unterliegt einigen Kriterien, die dringend Beachtung finden sollten.

### 5.1 Einsatz von Musik (fertige Musikproduktionen)

Zwei Fragestellungen hinsichtlich des Einsatzes von Musik stehen zunächst im Vordergrund: „Wann setze ich Musik ein und wann nicht?“ und „Welche Musik setze ich ein?“

#### Wann setze ich Musik ein und wann nicht?



#### Nicht immer und überall!

„Weniger-ist-mehr“ – mag auch auf den Umgang mit Musik zutreffen.

Musik gilt als moderne „Motivationsdroge“ und soll von der Bewegungsträgheit bis hin zur Bewegungshemmung alle und alles an- oder weg-„powern“.

Aber um der Musik willen möge sie im Tanzunterricht nicht „ohne Rücksicht auf Verluste“ (vielleicht Verluste der Musik-Seele) ausgenutzt und benutzt werden.

Jede/r JL/ÜL im Tanz möge sich überlegen, was den Einsatz von Musik in der jeweiligen Unterrichtsphase begründet.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 5. Musik im Tanzunterricht

Sinn und „Zweck“ der Einspielung von Musik kann sein

- ▶ gezielt bestimmte musikalisch-rhythmische Grundelemente herauszuhören und/oder in Bewegung umzusetzen, z.B.
  - einen Rhythmus, eine Taktart
  - Melodiebögen
  - differenzierte Umsetzung von Gesangs- und Instrumentalteilen
- ▶ als Tempovorgabe, z.B. für Gehen, Laufen, Hüpfen, etc. ....
- ▶ zur Unterstützung bei der Suche nach rhythmischen Motiven und/oder ihrer Gestaltung, z.B.
  - zu einer Fortbewegungsart (Gehen) eine rhythmische Variation finden.
  - zwei oder mehrere Fortbewegungsarten (Laufen und Hüpfen) zu einem rhythmischen Motiv verbinden.
  - ein rhythmisches Motiv aus der Bewegung eines oder mehrerer Teilkörperbereiche/s finden.
- ▶ zur Umsetzung dynamischer Akzente, z.B.
  - lautere Klatsch-/Text-/Liedpassagen, die regelmäßig oder unregelmäßig in den Musikstücken auftauchen.
- ▶ zur Unterstützung einer bestimmten Bewegungsqualität, z.B.
  - für gezogene/weiche/runde/abgesetzte (staccato) etc. Bewegungen
  - Drehungen
  - Sprünge
- ▶ zur Schaffung/Unterstützung einer bestimmten Atmosphäre/für bestimmte Assoziationen (besonders in Improvisationsphasen mit spielerischem Charakter), z.B.
  - dunkel-gruselig / Wellen / Winde / Stadtheftik / Sonne /Fröhlichkeit / etc.
- ▶ als Teppich für Bewegungsaufgaben, z.B.
  - Suchen und Ausprobieren verschiedener Bewegungsmöglichkeiten der Hände/ Arme
  - Wege vom Stand zum Boden finden
  - Führen und Folgen im Raum

Der musikalische „Teppich“ hat zu großen Anteilen eine psychologische Funktion, die/den Tanzende/n bei einer (vielleicht der ersten) Improvisation nicht „alleine“ zu lassen und durch geschickte Musikauswahl auch für die Aufgabe zu motivieren.

**Vorsicht:** Die Musik nicht in die Funktion einer „Ablenkung“ rutschen lassen; sie mag Hemmungen lösen helfen, soll aber nicht die Konzentration auf die Bewegungsaufgabe überdecken.

Driften die Übenden augenscheinlich in die Begleitmusik ab und entfernen sich von der Aufgabe, kann der/die JL/ÜL kurz darauf hinweisen und die Musik wieder einspielen oder eine Übungsphase ohne Musik zwischenschalten.

- ▶ zur Aufmunterung / zur Motivation zu Beginn oder zur aktiven Entspannung der Stunde und/oder zwischendurch und/oder zum Schluss, z.B.
  - zum Austoben vielleicht bekannte Musikstücke (vocal oder instrumental) mit Texten/Melodien zum Mitsingen/-summen.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 5. Musik im Tanzunterricht

Die Durchsicht dieser vorgenannten Kriterien (gewiss noch durch andere ergänzbar) kann helfen, einem allzu verschwenderischen oder unüberlegten Umgang mit Musik vorzubeugen. Ähnlich dem Wechsel von Aktions- und Reflexionsphasen erlaubt auch der Wechsel zwischen Unterrichtsphasen mit und ohne Musik sowohl die Bewegung, als auch die Musik wirklich wahrzunehmen und zu verarbeiten.

Dehnen wir den Begriff Musik auf alle die Klangvorgänge aus, die nicht vom Band, Plattenteller, Laserstrahl abgespielt werden, also instrumenteller Art sind, den Körper und die Stimme eingeschlossen, ergibt sich eine enorme Variationsbreite im musikalischen „Begleit“-Spektrum.

Aber es kann auch Phasen geben, in denen die Tanzenden sich „nur“ auf den Körper, die Bewegung konzentrieren. So muss der Stundenteil der den körperbildenden Übungen, der Körperarbeit, der Gymnastik (egal welcher Prägung) gewidmet ist, nicht unbedingt mit Musik unterlegt werden.

Da unsere Körper sich ja schon unbewusst in rhythmischen (also musikalischen) Abläufen verhalten (z.B. die Ein- und Ausatmung, der Herzschlag, der Pulsschlag), ist es ratsam, diesen Rhythmen zu allererst zu lauschen und die körperliche Vorbereitung auf die weiteren Lerninhalte der Konzentration und Ruhe zu überlassen.

Die Einsatzkriterien gelten für die Vermittlung aller Tanzrichtungen. Hinsichtlich der Erarbeitung festgeschriebener Tanzformen, ist eine intensive Auseinandersetzung mit der jeweiligen Musik besonders wichtig und notwendig. Der Folkloretanz bindet eine schriftlich (oder mündlich) überlieferte Tanzbeschreibung an eine bestimmte Musikvorlage, im Gesellschaftstanz an bestimmte musikalisch-rhythmische Motive. Werden Tänze aus anderen, teils fernen Kulturen übernommen „klingen ihre Musiken ungewohnt bis fremdartig“.



Gerade in diesen Tanzbereichen wäre es wünschenswert, Bewegung und Musik zu gleichen Teilen zu vermitteln.

Die jeweilige Musik liefert die Antriebskraft für die „vorgeschriebenen“ Tanzbewegungen. Sie bietet einen „räumlichen“ Orientierungsrahmen (z.B. durch die Phrasierung / Melodiebögen), eine zeitliche Orientierung durch z.B. Takt, Rhythmen (die oft schon die Fortbewegungsart/en und deren rhythmische Verbindung andeuten, z.B. Laufen und Hüpfen) und die dynamische Orientierung (durch z.B. Spannungswechsel und Akzente).

Die Bewegung muss dann nicht separat „auswendig“ gelernt werden, sie ist durch die Musik schon „inwendig“ vorbereitet.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 5. Musik im Tanzunterricht

### Welche Musik setze ich ein?

Über Geschmack lässt sich ja nicht streiten. Und prinzipiell kann ich als JL/ÜL/in im Tanz gewiss jede Musik einsetzen, die uns das breite Musikspektrum bietet, d.h.: Klassik, Jazz, Folklore, Schlager, Pop, Rock, Funk, Reggae, Hip Hop, Worldmusic sowie die Fusionen der einzelnen Musikrichtungen.

 Die Musik (wieder im Sinne von fertiger Musikproduktion) sollte der Unterrichtssituation und der Zielgruppe entsprechen und angemessen sein.

Wenn auch gerade für Kinder (im Kindergarten- und Grundschulalter) das Singen und Musizieren durch den/die Leiter/in und/oder die anderen Kinder ideal ist, d.h. ihren Bedürfnissen direkt entsprochen werden kann, so bewegen sie sich auch gerne zu Klassischer Musik oder alter Jazzmusik.

Ich als Tanzleiter/in kann aber bei einer Gruppe Jugendlicher nicht ausschließlich z.B. Folkloremusik oder Jazz oder Klassik einbringen, wenn diese Gruppe vorwiegend z. B. Techno hört. Sie jedoch dort abzuholen, „wo sie stehen“, ist musikalisch für den/die JL/ÜL nicht immer einfach. Aber um die Bewegung der Jugendlichen im Tanz zu begreifen, hilft meist eine ernst zu nehmende Auseinandersetzung mit ihren Hörgewohnheiten.



### Beispiel



- ☛ Wer alltäglich keine Musik im  $\frac{3}{4}$  Takt (z.B. im Radio) hört, der/dem wird es im Tanz sehr schwer fallen, die üblichen Bewegungscharakteristika (z.B. schwingend, unregelmäßiger Belastungswechsel der Füße) die einen  $\frac{3}{4}$  Takt prägen, aufzunehmen.
- ☛ Wer meist sehr metrisch betonte Musik hört, bewegt im privaten Tanzen (Disco) in der Regel auch nur diese Betonungen aus:  
nur  $\frac{1}{4}$  als die ① und die ③, oder  
die ② und die ④.

Die aktuellen Musikrends wie z.B. Techno oder Musik der Hip-Hop-Kultur (wie die gesamte Pop- und Diskomusik) bewegen sich fast nur im Bereich der einfachen ( $\frac{2}{4}$ ,  $\frac{3}{8}$ ) oder zusammengesetzt ( $\frac{3}{4}$ ,  $\frac{6}{8}$ ) geraden Taktarten. Ihr Schwerpunkt liegt auf der Ebene des Rhythmus, des treibenden Pulsschlags (in hohem Tempo).

Ich, als Tanzleiter/in kann mit dem Wissen, das ich mir zu diesen oder anderen Musikrichtungen erarbeitet habe, entscheiden, ob die Musik vielleicht ein bestimmtes Kriterium oder mehrere (s. S. 48) erfüllt, bzw. ob sie meine Unterrichtsziele unterstützt und/oder fördert.

### Was ich nicht kenne, lehne ich oft ab!?

Wie auch in anderen Bereichen, so erarbeite ich mir auch Kenntnisse über eine Musikrichtung, um sie zu begreifen und mit meinem Körper in Bewegung erleben zu können. Das gilt für den/die Leiter/in ebenso wie für die Teilnehmenden.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 5. Musik im Tanzunterricht

Gerade heute wird die Musik immer mehr zum Refugium, zur ideologischen Heimat der verschiedenen Jugendkulturbewegungen. Jugendliche toben sich körperlich zu ihrer Musik aus, aber es geht nicht um das „Wie“, die Vielfalt der Bewegungen (insbesondere beim „Techno“), sondern eher darum, sich gemeinsam mit „ihrer“ Musik nach außen (der „Restwelt“) hin abzugrenzen.

Die Musik im Tanzunterricht erfüllt eine ganz andere Funktion, ertönt in einem ganz anderen gesellschaftlichen Zusammenhang und Umfeld. Dieser Umstand mag es dem/der JL/ÜL sicher auch erleichtern, den Jugendlichen andere Musik-, -richtungen anbieten zu wollen.

Ein möglicher Kompromiss: Auf dem Musikmarkt tauchen stets recht schnell Musikfusionen auf, die Elemente der einen Richtung mit Elementen einer anderen/anderer Richtung/en „entschärfen“ oder „bereichern“.

Wenn sich der/die JL/ÜL auf die Suche nach diesen „Mischungen“ begibt, werden sich Musikstücke finden lassen, die sowohl „tanztechnisch“ ergiebig sind, aber auch die Jugendlichen in ihrem Musikempfinden nicht ganz verprellen.

Die anstrengende bis „quälende“ Sucherei nach geeigneten und angemessenen Musikstücken wird (für den/die Tanzleiter/in) nie, auch nicht mit Routine, enden. Aber mit wachsendem Wissen und erweiterter Hörfähigkeit wird die Suche leichter. Die „Qual“ kann zur Lust, einer spannenden Beschäftigung werden! (Im Anhang findet sich eine Auswahl thematisch geordneter Musiktitel.)

Der Einsatz der Musik unterliegt aber immer dem Verständnis, dem Gefühl und dem Geschmack des/der einzelnen JL/ÜL. Eine halbherzig eingebrachte Musik wird auch nur halbherzig aufgenommen und ausbewegt.

„Angemessen“ meint auch: Bewegungen einzelner Körperbereiche/-teile mit „Big Band“, großem Orchester zu „begleiten“ ist unangemessen. Hinhorchen, wie dicht, wie umfangreich das Klangvolumen ist, ob einzelne Instrumente und welche ertönen (Blech- oder Holzblas-, Tasteninstrumente, Trommeln, etc.), im Wechsel zum Orchester oder anderen einzelnen Instrumenten/-gruppen; instrumental, instrumental und vokal, à-capella (Gesang ohne instrumentale Begleitung).

Rein instrumentale Stücke sind zunächst vorzuziehen. Der Gesang kann irritieren: durch Text, anderes Tempo, Akzentverschiebungen, usw.

Der Gesang kann aber auch die musikalische Struktur (Tempo, Takt, Rhythmus, Phrasierung, etc.) verstärken und unterstützen.

Je nach Leistungsniveau der Tanzenden sind stimmliche Variationen zu Haupt- und Nebenbetonungen, z.B. Betonungen im Off-Beat- oder „Umspielungen“ der musikalischen Basis, anregend für zusätzliche Gestaltungsaspekte.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 5. Musik im Tanzunterricht

Einfache Bewegungsabläufe erfordern eine klare musikalische Begleitung. Eine Musik, zu der ich laufen, hüpfen, springen, gehen, drehen, ... mich austoben kann, ist kaum geeignet für eine differenzierte Bewegungsschulung.



Eine Rock'n'Roll-Musik ist für das Thema zügiges dynamisches „Laufen“ (als bewusste Laufschulung) eher ungeeignet. Das Tempo stimmt zwar oft, aber die rock'n'roll-spezifischen Betonungen „hüpfen“ zeigen nach oben, also in die „falsche“ Richtung.

Dynamisches Laufen braucht einen Vorwärts-„Drive“ wie z.B. in alten Swingmusiken (von z.B. Glenn Miller, Benny Goodman, Duke Ellington), aber auch in Stücken der Rock- und Popmusik. Neben einer für das zügige Laufen notwendigen gleichmäßigen Betonung der Grundschläge, werden hier auch noch die „Zwischenräume“ mit einem antreibenden (keinen Ruhepunkt lassenden) Akzent versehen.

Sprunglauf, federndes oder rhythmisiertes Laufen zeichnen sich durch andere Qualitäten aus und brauchen wieder andere Laufmusiken!

Neben der Technik des Laufens oder des Gehens wird die Musik auch den Ausdruck der Bewegung beeinflussen. Selbst bei gleichem Tempo zweier z.B. „Geh“-Musiken kann die eine ein hektisches, die andere ein fröhlich-beschwingtes Gehen bewirken. Die Gesamtstruktur der Musik ist ausschlaggebend dafür, ob sie dem Stundenthema entspricht.

Komplizierter strukturierte Musiken (auch wenn sie noch so „schön“ sind) sollten erst eingebracht werden, wenn die Tanzenden der musikalischen Vielfalt gewachsen sind.

### 5.2 Bewegungsbegleitung

Die ursprüngliche Bewegungsbegleitung entsteht aus der Bewegung selbst, wie z.B. den Schrittgeräuschen des Gehens. Geräusche, mit denen wir also automatisch unsere Fort-Bewegung untermalen, können der Ausgangspunkt für die Bewegungsbegleitung sein; hier wird schon auf die einfachste Art und Weise die Verbindung von Bewegung/Tanz und Musik deutlich.

Insbesondere in der Arbeit mit Kindern kann der/die Tanzleiter/in hier beginnen, Musikstrukturen über Bewegung (s. Kap. 3, 2.1.2 und 2.1.3) erfahren zu lassen.

Die Begleitungsmöglichkeiten können nach und nach erweitert werden durch

- ▶ Sprechen
  - Laute
  - Sprüche
  - Reime
  - Texte
- ▶ Singen
  - Tanz- und Darstellungslieder

# Methodik einer Tanzerziehung

## 5. Musik im Tanzunterricht

- ▶ Körperklanggesten
  - Klatschen
  - Patschen
  - Schnipsen
  - Schnalzen
  - Stampfen
- ▶ Geräusch- und Klanginstrumente

Neben der Erarbeitung der Verbindung von Bewegung und Musik(-Begleitung) als einem Lernziel, kann der/die JL/ÜL die genannten Möglichkeiten auch selbst als musikalische Begleitung im Unterricht nutzen.

Besonders mit der Stimme kann er/sie am direktesten auf einen Bewegungsablauf einwirken, sich anpassen, auf situative Veränderungen unmittelbar reagieren.



Mit der Stimme kann er/sie z.B.

- ein rhythmisches Motiv vorgeben,

—  
q q q  
ja ta taa

- das Tempo individuell dem Lerntempo der Kinder und Jugendlichen anpassen (besonders dann, wenn das Tempo der Musikvorlage noch zu schnell ist),
- einen Bewegungsablauf phrasieren,
- einen Bewegungsablauf dynamisch verändern und natürlich
- den Einsatz und den Schluss-„Punkt“ des Bewegungsablaufs deutlich herausarbeiten (vgl. hierzu auch HASELBACH, 1991, 132 ff).

Diese stimmliche Begleitung erfordert zwar eine gewisse musikalische „Sicherheit“, d.h. Kenntnisse und Vorerfahrungen mit musikalisch-rhythmischen Strukturen, aber sie verleiht auch eine Präsenz, eine ganz andere Nähe zum Tanzgeschehen als die Musik-„Konserve“.

Jede/r der/die sich die sprechend-singende Begleitung nicht so recht zutraut, kann mit Körperklanggesten beginnen und die Bewegung ab und zu (und immer mehr) mit Lautierungen unterstützen. Fertige Reime oder Nonsenssprüche (s. Literaturhinweise Kap. 6) können auch für beide Seiten, die Kinder/Jugendlichen und die Leiter/innen einen Einstieg in die Verbindung von Sprache und Bewegung bedeuten.

Beim Einsatz von Instrumenten (ob Klangstäbe, Handtrommeln, Trommeln, Pauken, Stabspiele mit Xylophone, Flöten, Klavier, etc.) sollte die/der JL/ÜL sicher sein, vor allem aber lebendig und einfallsreich, um eben diese Qualitäten auf der Bewegungsebene herauszulocken.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 5. Musik im Tanzunterricht

### 5.3 Medieneinsatz

Die Medien können beim Tanzunterricht in zwei Kategorien aufgeteilt und verstanden werden: zum einen als technisches Hilfsmittel und zu anderen als inhaltliches Material.

#### Medien als technisches Hilfsmittel

Die Schallquellen, d.h. die Tonträger sind in den meisten Tanzangeboten von zentraler Bedeutung. Über sie erfolgt die Wiedergabe von fertigen Musikproduktionen. Dazu zählen:



#### **Kassettenrecorder:**

Bei der Wahl des Gerätes ist zu achten auf:

- ▶ eine gute Klangqualität (für die Wiedergabe verschiedener Musikrichtungen);
- ▶ ausreichende Lautstärke für die Beschallung eines Gymnastikraums oder einer Turnhalle (so dass die Töne nicht verzerren);
- ▶ ein Bandzählwerk (um die gewählten Musikstücke schnell zu finden) – bei den tragbaren Geräten baut die Industrie diese Funktion nur noch selten ein;
- ▶ einen Bandprogrammsensor, der automatisch an den Anfang des letzten oder nächstfolgenden Stückes spult;
- ▶ evtl. eine „pitch“-Vorrichtung, die das Tempo des laufenden Titels beliebig variieren kann.

#### *Der Umgang mit Audiokassetten:*

Um die Arbeit mit den Kassetten zu erleichtern, können folgende Punkte helfen:

- ▶ möglichst Bänder mit nicht allzu hoher Aufnahmekapazität benutzen (vielleicht max. 60 min.), um sich das endlose Spulen zu ersparen;
- ▶ die Kassetten nach Unterrichtsinhalten ordnen, z.B. eine Kassette (oder -Seite) nur mit Titeln bespielen für: Laufen / Gehen etc. / Rhythmisierungen / Folklore (diese vielleicht nach Herkunftsländern, Schwierigkeitsgraden etc.) usw.;
- ▶ sind einige Musiktitel für mehrere Themen einsetzbar, können sie auch mehrfach aufgenommen, d.h. den entsprechend „thematisierten“ Kassetten(-seiten) zugeordnet werden.

#### **Schallplattenspieler:**

Mittlerweile eine schon archaische Quelle. Der Umgang mit ihnen ist in der Halle auch eher umständlich; zudem nutzen sie durch eilige bis hektische Handhabung (im Unterrichtsprozess) schnell ab.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 5. Musik im Tanzunterricht



### CD-Spieler:

Die modernen, tragbaren Abspielgeräte haben den CD-Spieler schon meist (zusätzlich zu dem Kassettenrecorder) integriert.

#### Vorteile der CD:

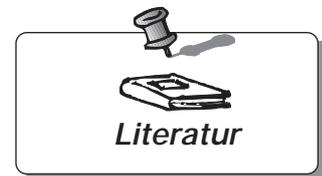
- ▶ sauberer Klang
- ▶ (fast) keine Abnutzungserscheinungen (wie bei häufig gespielten Kassetten)

#### Nachteile der CD:

- ▶ es muss gewährleistet sein, dass das Gerät vor „Bodenvibrationen“ bzw. „Erschütterungen“ gesichert ist, damit die CD nicht wie die Schallplatte springt.
- ▶ für Tanzleiter/innen, die seit Jahren ausschließlich mit Kassetten arbeiten, bedarf es einer Umgewöhnung im organisatorischen Arbeitsablauf; sie/er muss vor allem häufiger den CD-Spieler betätigen
- ▶ Wechseln der CD's, wohingegen mehrere Stücke nacheinander von einer Kasette abgespielt werden können. Inzwischen werden jedoch auch CD-Spieler mit Fernbedienung angeboten.

### Medien als inhaltliches Material

Folgende Medien können den Lernzielen des Tanzunterrichts Impulse verleihen:



### Filme / Videos

- ▶ können als Ergänzung zur Übermittlung von Tanzgeschichte, anderen Tanzkulturen, eingesetzt werden, z. B. wird den Tanzenden gezeigt, wie ein Tanz, den sie soeben gelernt haben, „wirklich“ getanzt wird, in welchen kulturellen Zusammenhang er eingebettet ist.
- ▶ können als „Vorbild“ dienen, wobei Tanzfiguren aus einem bestimmten Film nachgetanzt werden („Charts-Dancing“ – Tanzfiguren/-motive aus Musikclips der aktuellen Hitparade werden nachgetanzt).  
Für die kreative Tanzerziehung mag dieser Film-Einsatz wohl eher eine Ausnahme darstellen, ist aber als eine anregende Möglichkeit für Jugendliche auch spannend. Eine methodische Aufbereitung dieses Einsatzes ist aber unbedingt nötig.

# Methodik einer Tanzerziehung

## 5. Musik im Tanzunterricht

- ▶ Das „eigene“ Tanzen der Gruppe kann natürlich auch auf Video aufgezeichnet werden.

**Vorsicht:** möglichst nicht zu früh, wenn überhaupt, einsetzen, d.h. nicht in der Anfangsphase, den Such- und Experimentierphasen. Zunächst auch die Funktion einer Videoaufnahme mit der Gruppe besprechen (was soll damit erreicht werden?). Auf keinen Fall sich über Bedenken, Ängste, Unwillen seitens der Teilnehmenden hinwegsetzen und trotzdem filmen. Sollte die Kamera als „Korrektur“ eingesetzt werden, kann der/die JL/ÜL vielleicht Überlegungen über andere methodische Formen vorschlagen, wie z.B. die Korrektur durch einen Partner/in oder Kleingruppe; Die so genannte „objektive Kamera“ kann brutal, d.h. schonungslos alle Bewertungen, die viele (besonders Mädchen und Frauen) sowie schon in Bezug auf ihre Bewegung / ihren Körper verinnerlicht haben, noch verstärken und in Folge Ängste, Hemmungen und Blockaden vertiefen/vergrößern anstatt sie zu lösen.



### **Bilder aus der Malerei / Fotografie**

- ▶ können Einzelmomente aus geschichtlichen und kulturellen Zusammenhängen verdeutlichen, z.B. wenn Elemente aus historischen Tänzen gelernt und nacherlebt werden sollen;
- ▶ können (auch selbstgemalte Bilder) in Bewegung umgesetzt werden; so kann auch eine Verbindung geschaffen werden zwischen den menschlichen Ausdrucksformen: dem Tanzen und der Malerei / Graphik / Fotografie / Objektkunst, etc. (vertiefend nachzusehen und zu lesen bei HASELBACH: Tanz und Bildende Kunst, 1991).



### **Literatur**

- ▶ kann sowohl informieren (Geschichte / Kultur / gesellschaftspolitische Aspekte) als auch Impulse verleihen durch Texte, Geschichten, deren Inhalt oder Formen (Wort und Rhythmus / Metrik) und in Bewegung / Tanz „übersetzt“ werden (s. hierzu auch Stundenbeispiele, Kap. 4).