

Musik und Bewegung: Tanzen und choreografieren

Musik und Bewegung werden oft mit Tanz verbunden. Tanzen hat den Vorteil, ein enorm breites Spektrum zu eröffnen. Es erlaubt, die Kreativität zu fördern und sich zugleich körperlich zu verausgaben, kann individuell, zu zweit oder in der Gruppe gepflegt werden, eignet sich für alle Altersgruppen – und die vielen verschiedenen Musikstile garantieren für vielfältige Übungen und Choreografien.



Tanzen fördert zahlreiche Fähigkeiten, etwa die Bewegungskoordination, das Rhythmusgefühl oder das Musikgehör. Als Weiterführung der körperlichen Betätigung mit und durch Musik lohnt es sich, die Kinder zum Erlernen und vor allem selbst Erfinden von Choreografien hinzuführen. Dieser Teil zielt darauf ab, der Lehrperson die notwendigen Instrumente zu vermitteln, um den Kindern Choreografien vorzustellen sie dazu anzuleiten, selbst solche zu entwickeln und dabei ihre Kreativität zu entdecken.

Bewegungsunterricht mit Musikbegleitung anzubieten, läuft nicht zwingend auf das Tanzen oder Choreografieren hinaus. Die Lehrperson kann von Musik begleitete Übungen und Spiele einsetzen, ohne auf diese Ziele hinzuwirken. Eine Choreografie zu verwirklichen, ist allerdings aus verschiedenen Gründen interessant: Sie ist ein Ziel unterschiedlicher Lernprozesse im Zusammenhang mit Bewegung und Musik und ein Mittel, die Kreativität der Kinder zum Ausdruck zu bringen. Zusätzlich erleben sie dabei die Befriedigung, ihren Eltern und Nahestehenden etwas Konkretes vorzeigen zu können. Zudem lassen sich damit andere Aktivitäten verbinden, wie etwa das Gestalten von Kulissen oder Kostümen, zum Beispiel für eine Schulfest.

Dieses Kapitel ist in vier Teile gegliedert:

1. Methodik
2. Einstiegsübung
3. Eine Minichoreografie entwickeln
4. Paartanz

Quelle: Louise Dafflon, J+S-Leiterin Tanzsport, Tanzpädagogin, Kursleiterin und Präsidentin
Rock'n'Roll- und Boogie Woogie-Club BC Swing Grand-Saconnex



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO