

## Musik und Bewegung: Choreografieren – Paartanz

Sobald die Umriss einer Choreografie festgelegt sind, ist es denkbar, sich auf einen bestimmten Tanzstil zu beschränken und den Kindern die technischen Grundlagen dafür zu vermitteln.



Nicht alle sind zur Tänzerin oder zum Tänzer geboren, es ist denn auch alles andere als selbstverständlich, Ideen für Bewegungen zu entwickeln und die Tanzschritte zu beherrschen. Teilweise füllen die in der Folge vorgestellten Übungen diese Lücke.

Sie lassen sich in einer Lektion als Einführung zu den beiden Tänzen umsetzen – oder aber in mehreren Lektionen als intensiveres Lernen. Die beiden sportlichen Tänze eignen sich für alle, auch für kleine Kinder.

## Paartanz: Führen

**Die für den Paartanz besonders wichtigen Führungsübungen eignen sich auch für kleine Kinder und erweisen sich erst noch als sehr spielerisch: ein angemessener Einstieg in dieses Thema.**

Die Kinder bilden Paare. Eines hält die Hände flach hin, Handfläche gegen oben. Das andere legt seine Hände flach darauf, Handfläche gegen unten, und schliesst die Augen. Wichtig: Die Hände sind in Kontakt, aber nicht im Sinn eines Händedrucks. Das Kind mit offenen Augen führt. Es bewegt sich langsam durch die ganze Halle, ohne zu reden. Das andere Kind muss die Fortbewegung ausschliesslich aus der Führung heraus empfinden, die ganz fein und ohne an den Armen zu ziehen erfolgt. Anschliessend Rollentausch.

### Variationen

- In der Halle befinden sich verschiedene Objekte, die Hindernisse bilden, denen man ausweichen muss.
- Die Kinder bewegen sich im Tempo einer vorzugsweise langsamen Musik fort.

## Boogie-Woogie: Paarfiguren

**Dieser Tanz wird hauptsächlich zu zweit getanzt. Die Führung ist hier besonders wichtig. Üblicherweise führt der Tänzer die Tänzerin, aber man kann selbstverständlich Paare mit zwei Mädchen oder zwei Buben bilden und die Rollen wechseln.**

Das Ausführen von Grundfiguren mit einem kompletten Grundschrift kann für Kinder unter zehn Jahren zu kompliziert sein, aber die Übung lässt sich problemlos vereinfachen. Der Grundschrift wird ausgelassen und das Hauptaugenmerk auf die Figuren gerichtet; die Kinder führen sie zu zweit im Gehen aus.

- Schliessen und öffnen: sicher die einfachste Figur. Die beiden Kinder stehen sich gegenüber und halten sich an einer Hand (der linken für das Kind, das führt; der rechten für das Kind, das sich führen lässt). Das führende Kind zieht den Partner an seine rechte Seite. Dann folgt die Gegenbewegung, so dass sich beide wieder gegenüber stehen. [Video](#)
- Einrollen/ausrollen: eine etwas schwierigere Figur. Die beiden Kinder stehen sich gegenüber und halten sich an beiden Händen. Das führende Kind zieht den Partner an seine rechte Seite, indem es ihn in seinen Arm dreht. Dann folgt dieselbe Bewegung in umgekehrter Richtung, so dass sich beide wieder gegenüber stehen. [Video](#)

## Akrobatischer Rock 'n' Roll: individuelle Bewegungen

**Verschiedene Rock-'n'-Roll-Bewegungen können allein getanzt werden und lassen sich einfach in eine Gruppenchoreografie integrieren, bei der alle Kinder gemeinsam dieselbe Sequenz ausführen.**

Die speziell für Tanzformationen (Gruppe von Tänzern, die sich zusammen bewegen) gedachten und im [Monatsthema 01-02/2018 «Rock 'n' Roll – Boogie-Woogie»](#) vorgestellten Figuren sind einfach genug, um sich für kleine Kinder ab vier Jahren zu eignen. Zum Beispiel:

- Knie anheben und gleichzeitig Armbewegungen machen. -> [Video](#)

- Ganze Drehungen um sich selbst machen (oder bloss eine halbe Drehung). -> [Video](#)
- Arme und Beine gleichzeitig ausstrecken und wieder schliessen. -> [Video](#)
- Hüpfen und dabei Armbewegungen machen. -> [Video](#)

### Mehr zum Thema

Das Monatsthema [01-02/2018 «Rock 'n' Roll – Boogie-Woogie»](#) hält zusätzliche Ansätze bereit, um attraktive Lektionen zu konzipieren. Es illustriert insbesondere die verschiedenen Grundschritte und Figuren mit Videos und Bilderserien.

Da sich dieses Dossier hauptsächlich an Lehrpersonen richtet, die mit Kindern im Alter von zehn und mehr Jahren arbeiten, müssen die Methode angepasst und die eingesetzten Übungen vereinfacht werden.

---

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**