

# Bewegung für Familien mit Kindern – Tanz: Führen und sich führen lassen

Kinder tanzen gerne. Die folgenden Vorschläge und Ideen sollen allen Kindern und unabhängig von ihrem Geschlecht die Möglichkeit geben, zu «führen» und sich «führen zu lassen». Dazu bilden sie Mädchen-Knabe-Paare, solche nach Alter oder solche nach Alter.

Anhand der Übungssammlung können mehrere Unterrichtssequenzen à je 60 Minuten gestaltet werden. Für ein besseres Verständnis über die Inhalte stehen zahlreiche Spiele und Vorschläge als kurze Filmsequenzen zur Verfügung. Die Eltern/Lehrpersonen können mehrere Aktivitäten aufgrund der Ziele, die sie erreichen möchten und der Wünsche der Kinder frei wählen. Für die Musik gilt: Für Kinder geeignete Stücke mit gutem Rhythmus auswählen, das ideale Tempo liegt zwischen 120 und 140 bpm.

Die Kinder...

- nehmen ihren Körper im Raum und den Körper ihres Partners wahr.
- respektieren die ihnen zugewiesene Rolle. Sie führen mit Wohlwollen und Respekt (resp. lassen sich führen).
- improvisieren und/oder gestalten aufgrund von Anweisungen frei und entwickeln persönliche Varianten.

## Lektion:

[Tanz: Führen und sich führen lassen](#) (pdf)

## Vorlagen (für die Lektion):

[Kartenspiel](#) (pdf)

[Gänsepiel](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**