



Stephanie Lichtenthaler • Svenja Konowalczyk

Tanzen Gestalten Darstellen in der Primarstufe

23 komplette Unterrichtseinheiten
für die Klassen 1 bis 5

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	5
------------------	---

I Didaktische und methodische Vorüberlegungen

1 Tanzen, Darstellen und Gestalten in den Grundschullehrplänen	9
2 Grundkonzeption	19
Die strukturierte Improvisation	19
Unterrichten durch Vorgeben, Aufgeben und Anregen ..	20
Didaktische Grundkonzeption	21
3 Praktisches Handwerkszeug	25
4 Erläuterungen zu den Stundenentwürfen	44
Organisatorische und methodische Hinweise	44
„Füllmaterialien“ für 90 Minuten	46

II Stundenentwürfe für die Klassen 1 und 2

Stunde 1: Bewegungsform Laufen	53
Stunde 2: Metrik, Takt, Rhythmus	58
Stunde 3: Gestaltungskriterium Raum	63
Stunde 4: Gestaltungskriterium Dynamik	67
Stunde 5: Farben	71
Stunde 6: Jahreszeit Frühling (Material: Tücher)	75
Stunde 7: Jahreszeit Sommer (Eismaschine/Transportieren) ..	80
Stunde 8: Jahreszeit Herbst (Blätter)	85
Stunde 9: Jahreszeit Winter (Windlicht)	90
Stunde 10: Abschlussgestaltung zum Projekt „Jahreszeiten“ mit Kindern der 1. und 2. Klasse	94



III Stundenentwürfe für die Klassen 3 und 4

Stunde 11: Gestaltungskriterium Zeit	99
Stunde 12: Gestaltungskriterium Form	103
Stunde 13: Bezug zwischen Partnern und Gruppe.....	108
Stunde 14: Scooter-Roller	112
Stunde 15: Haiku.....	116
Stunde 16: Freundschaft	121
Stunde 17: Steinzeit I (Laufen)	125
Stunde 18: Steinzeit II (Ablauf Laufen und Klettern).....	128
Stunde 19: Steinzeit III (Anspringen)	131

IV Stundenentwürfe für den Übergang in die Klasse 5

Stunde 20: Bewegungsgrundformen Laufen, Rutschen, Rollen – umgesetzt mit der inhaltlichen Idee: Albtraum.....	137
Stunde 21: Tanztechnik/Fertigkeit Hip-Hop.....	143
Stunde 22: Gymnastik mit dem Ball/Basketball.....	148
Stunde 23: Material/Gerät Sporthocker.....	153
Stunde 24: Inhaltliche Bewegungs idee Wasser.....	159

Anhang

Musikverzeichnis	164
Literatur	166

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird die männliche Form verwendet.
Die Begriffe Lehrer, Schüler, Tänzer, ... meinen immer auch Lehrerinnen,
Schülerinnen und Tänzerinnen.



Einleitung



Tanzen, Gestalten und Darstellen sind wichtige Bestandteile in den Grundschullehrplänen der 16 Bundesländer. Dennoch haben viele Lehrkräfte vor ihrem Studium keine tänzerischen Vorerfahrungen oder aber nur Erfahrungen mit bestimmten

Tanzformen. Es gibt nicht den einen Tanz, wie zum Beispiel universale Regeln beim Fußball, sondern vielfältige Auslegungen und Erscheinungsformen. Das führt dazu, dass selbst Tänzerinnen und Tänzer die unterschiedlichsten Hintergründe mitbringen. Im Studium selbst ist die Ausbildung häufig zu kurz, um alles aufzufangen und die zahlreichen Formen und Arten des Tanzes in der Gesamtheit abzudecken.

Bei der Thematisierung des Tanzes im Unterricht, stellt sich für die Lehrkraft daher bereits zu Beginn die Frage, welche Zielsetzungen verfolgt, welche Themen und Inhalte aus der bunten Vielfalt ausgewählt werden sollen und wie eine mögliche Durchführung aussehen kann. An dieser Stelle knüpft das vorliegende Buch an und bietet Anregungen und Hilfestellungen für Lehrkräfte zur Thematisierung und Umsetzung des Bereichs Tanzen, Gestalten und Darstellen im Grundschulsport. Dabei wendet sich das Buch sowohl an Lehrkräfte, die bisher keine eigenen tänzerischen Erfahrungen im Lebenslauf gemacht haben oder vielleicht auch fachfremd Sport unterrichten, als auch an Lehrkräfte, bei denen der Tanz in der eigenen Sportkarriere enthalten ist.

Uns ist es wichtig, dass der Tanz in der Schule seinen Platz erhält. Nicht nur mit Blick auf die pädagogische Perspektive „Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten“ kann dem Tanz ein Alleinstellungsmerkmal zugesprochen werden, sondern auch im Rahmen der Perspektive „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“ spielt er eine zentrale Rolle. Darüber hinaus bietet der Tanz vielfältige Möglichkeiten der Auseinandersetzung



mit dem eigenen Körper sowie des Erfindens, Kreierens und bestenfalls auch Präsentierens.

Die einzelnen Kapitel des vorliegenden Buches bauen zwar grundsätzlich aufeinander auf – sind jedoch auch für sich selbst stehend verständlich. In Kapitel 1 des Buches wird zunächst ein Überblick über den Bereich Tanzen, Darstellen und Gestalten in den Grundschullehrplänen gegeben. Dabei werden als Grundlage für die Unterrichtseinheiten im Praxisteil des Buchs vor allem die inhaltsbezogenen Kompetenzbereiche für das Bewegungsfeld dargestellt. Darauf aufbauend folgt in Kapitel 2 die Vorstellung unseres Konzepts zum kreativen Bewegungsunterricht. Die Ansätze der strukturierten Improvisation und des Unterrichts durch Vorgeben, Aufgeben und Anregen bilden hierfür die Basis. Wir legen in unserer didaktischen Grundkonzeption den Schwerpunkt auf den Tanz und das Gestalten und messen aber auch einem Produkt zum Abschluss einer Unterrichtsstunde Bedeutung zu.

Kapitel 3 umfasst praktisches Handwerkszeug, also die Grundausstattung, um Tanz unterrichten zu können. Hierzu zählen zum Beispiel das Wissen um den Takt und Rhythmus oder aber auch verschiedene Kriterien zur Gestaltung. Bevor die Stundenentwürfe für die Klassen 1 und 2, 3 und 4 sowie 5 umfassend dargelegt werden, finden in Kapitel 4 Erläuterungen zu den Stundenentwürfen statt. Dabei geben wir neben organisatorischen und methodischen Hinweisen auch „Füllmaterialien“ an die Hand, mit denen einzelne Stunden beliebig erweitert werden können.



3 Praktisches Handwerkszeug

Um Tanz zu unterrichten ist erstens eine kleine Grundausrüstung wichtig – ähnlich wie bei einem Werkzeugkasten, in dem Utensilien wie Hammer, Schraubenzieher, Zange und Nägel nicht fehlen dürfen. Zweitens wird ein bestimmtes Maß an Hintergrundwissen benötigt, um die Stundenentwürfe dieses Buches kompetent in die Praxis umsetzen zu können. Im Folgenden wird – auf der Basis einer Zusammenschau verschiedener Literaturquellen (u. a. Adam, 2003; Beck & Maiberger, 2005; Becker, 2018; Datzler, Liesen, Marquardt, Metz & Tiedt, 2007; Drefke & Vent, 1988; Ellermann & Martin, 1998; Lichtenthaler, 2007b; Meusel & Wieser, 1995; Pollähne & Postuwka, 1995a; Tiedt, 1995b) – auf diese beiden Aspekte eingegangen.

Tanzunterricht funktioniert fast immer nur mit **Musik**. Dem Thema entsprechend, muss – wie bei den Stundenentwürfen in diesem Buch – Musik gesucht und ausgewählt werden. Für die eigenständige Planung ihres Unterrichts brauchen die Lehrkräfte daher eine gewisse Sicherheit im Umgang mit und bei der Umsetzung von musiktheoretischen Begriffen. Auch die Schüler sollen diese wichtigen Begriffe lernen und begreifen. Es gibt sogar Stundenentwürfe, deren explizites Ziel das Erlernen und Unterscheiden dieser **musiktheoretischen Grundlagen** ist.

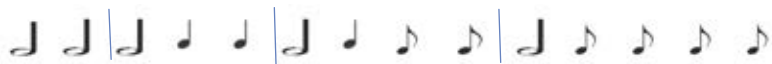
Die größte musikalische Einheit ist das **Metrum**. Das Metrum ist der Grundschat der Musik und wird auch beat oder Puls genannt. Diese Grundschatge eines Musikstücs sind alle gleich lang und gleich betont. Das Metrum gibt das Tempo an; daher hat das Metronom seinen Namen. Durch die Angabe oder das Zählen von „beats per minute“ (bpm) kann das Tempo erkannt werden. Im Tanzen spricht man auch von Zählzeiten (ZZ). Würde man das Metrum auf ein Blatt Papier zeichnen und dadurch bildlich festhalten, wären auf dem Blatt unausgemalte, gleich große Kreise in regelmäßigen Abstand zu sehen:



Die nächstkleinere Einheit ist der **Takt**. Der Takt gliedert den Grundschat in betonte und unbetonte Zeiteinheiten. Die einzelnen Einheiten sind durch Taktstriche gegliedert. Vor der betonten ersten ZZ, der 1, wird der Taktstrich gesetzt. Für die Musikauswahl in der Grundschule spielt der $\frac{4}{4}$ -Takt die wichtigste Rolle, bei dem nach vier Viertelnoten wieder die betonte erste Note folgt. Es gibt gerade und ungerade Taktarten; beim $\frac{3}{4}$ -Takt z. B. wird auch die erste Note betont, es folgt die zweite Viertelnote und nach der dritten kommt der Taktstrich bevor wieder die 1 betont wird. Hält man den $\frac{4}{4}$ -Takt bildlich fest, sähe das folgendermaßen aus:



Es folgt der **Rhythmus**. Beim Rhythmus handelt es sich um die unterschiedliche Zeiteinteilung und Akzentuierung der Noten innerhalb der Taktstriche. Bleiben wir beim $\frac{4}{4}$ -Takt, so müssen wir beim Zusammenrechnen der Notenwerte innerhalb von zwei Taktstrichen immer auf die Zahl 4 kommen. Dafür muss man wissen, dass eine ganze Note 4 ZZ gehalten wird, eine halbe 2, eine Viertel 1 und eine Achtelnote eine halbe ZZ, also nur ein „und“. Beginne ich beim „Bauen“ meines eigenen Rhythmus mit einer halben Note, so habe ich danach entweder die Möglichkeit noch eine halbe Note oder zwei Viertelnoten oder eine viertel- und zwei Achtelnoten oder vier Achtelnoten anzubauen:



1,2, 3,4 1,2, 3, 4 1,2, 3, 4 und 1,2 3 und 4 und

Ein Rhythmus ist gegliedert, hat einen Anfang und ein Ende und ist somit wiederholbar. Gut erklärbar ist er auch mit Hilfe eines Anfeuerungsrufes, z. B.

Deutschland vor, noch ein Tor



1, 2, 3,4, 1, 2, 3,4

Welche Bedeutungen haben diese Aspekte nun für den Tanzunterricht?





Ein Einstieg in den Unterricht ist oft, die Schüler zur Musik gehen zu lassen. Die Anweisung lautet dann: „geht im Metrum der Musik“ oder: „geht im Tempo der Musik“ – und nicht im „Rhythmus“ der Musik, was die meisten unerfahrenen Tanzunterrichtenden sagen. Das wäre eine etwas andere Aufgabe, die an dieser Stelle aber meistens nicht gewollt ist.

Ein weiterer wichtiger Punkt im Tanzunterricht ist das „Zählen“ zu Musik oder auch das Zählen als Bewegungsbegleitung ohne Musik. Gerade zu Beginn des Erlernens eines Bewegungsablaufs überfordert es die Schüler, wenn sofort Musik dazu abgespielt wird. Oft braucht es erst ein langsames Tempo. Beim „Zählen“ kann das Tempo optimal auf die Lernsituation der Schüler angepasst und so lange gesteigert werden, bis der Ablauf in der Musikgeschwindigkeit beherrscht wird. Auch beim Tanzen zu Musik, kann es erleichternd sein, wenn zunächst noch unterstützend gezählt wird. Wenn man mit Musik im $\frac{4}{4}$ -Takt arbeitet, was in der Grundschule meistens der Fall ist, wird im Tanzunterricht bis zur ZZ 4 (also über einen Takt) oder bis zur ZZ 8 (also über eine Phrase) gezählt. Unter einer Phrase versteht man die musikalisch sinnvolle Gliederung von Tongruppen, man spricht auch von einem Spannungsbogen.



Stunde 13: Bezug zwischen Partnern und Gruppe

Stundenabschnitte und Unterrichtsinhalte

Organisatorische Hinweise

Aufwärmphase

1 Schattenlaufen zu zweit

- Zwei Kinder bewegen sich hintereinander
- Das vordere Kind gibt die Bewegung vor, das hintere kopiert wie ein Schatten
- Auf Signal Wechsel der Rollen



2 Tanztechnik

- Paralleler, schulterbreiter Stand
 - Aufrechte und „offene“ Körperhaltung
 - Mit dem Kopf beginnend den Oberkörper abrollen, die Arme hängen locker und entspannt nach unten, die Beine sind gestreckt
 - Am tiefstmöglichen Punkt Beine beugen, Kopf und Arme hängen ganz entspannt
 - Beine wieder strecken
 - Wirbel für Wirbel bis zum Aufrichten des Kopfes aufrollen
 - Hände und Arme am Körper entlang nach oben bringen, dabei in den Hochzehestand gehen
 - Position einen Moment halten
 - Arme gestreckt über die Seite nach unten bringen, Gewicht wieder auf den ganzen Fuß verteilen
- Ablauf mehrere Male wiederholen.

Musik: „Liebe in Nairobi“ (Niki Reiser)

Hauptphase

3 Umsetzen von Bildern im Team

Immer zwei Kinder ziehen einen Umschlag, indem sich ein Bild zu folgenden Themen befindet:

- Spiegel
- Marionette
- Schatten
- Echo
- Groß und Klein (Gegensätze)
- Frage-Antwort

In kurzer Zeit sollen die Teams sich überlegen, wie sie das Bild in Bewegung umsetzen können (alltägliche oder tänzerische Bewegungen möglich).

**4 Präsentation und Quiz**

- Die Teams präsentieren ihre Lösungen
 - Die Gruppe versucht den dargestellten Begriff zu erraten
- Sammeln der Begriffe auf einem an der Wand hängenden Plakat.



**5 Erlernen eines Bewegungsablaufs**

- ZZ 1-2: Nachstellschritt rechts vorne
- ZZ 3-4: Nachstellschritt links vorne
- ZZ 5: Schritt mit rechts nach rechts hinten
- ZZ 6: „Tip“ mit links zurück
- ZZ 7: Schritt mit links nach links hinten
- ZZ 8: „Tip“ mit rechts zurück
- ZZ 1-4: Schrittdrehung nach rechts
- ZZ 5-8: Schritt links zur Seite, Schritt rechts kreuzt hinter links, Schritt links zur Seite, Schritt rechts ran (Grapevine)
- ZZ 1-2: Schritt rechts diagonal nach vorne, Schritt links schulterbreit daneben (V-Schritt)
- ZZ 3-4: Sprung in Schlussstellung, Sprung in Grätschstellung, Beine gebeugt
- ZZ 5-6: In der Position Rumpfbogen und mit den Händen 2-mal auf den Boden schlagen
- ZZ 7-8: Schritt rechts in die Mitte, Schritt links ran, dabei Oberkörper aufrichten
- ZZ 1-4: Schrittdrehung nach links
- ZZ 5-8: Schritt rechts zur Seite, Schritt links kreuzt hinter rechts, Schritt rechts zur Seite, Schritt links ran (Grapevine)



Musik: „Ananas“ (Tosca)

6 Gestaltungsaufgabe

Umgestaltung des zuvor erlernten Ablaufs.

Mindestens zwei der zuvor kennengelernten Formen sollen eingebaut werden.

Musik: „Ananas“ (Tosca)

7 Präsentation der Ergebnisse

Die Kleingruppen präsentieren ihre Ergebnisse.

Die Zuschauenden erraten, welche Formen eingebaut wurden.

Stundenausklang

Möglichkeit zu kürzen: Weglassen.

8 Bewegen in der Gruppe

Einführung von verschiedenen Wellenbewegungen, z. B. La-Ola-Welle, Armwelle, Drehwelle.

Möglichkeit zu verlängern: Spiel (siehe Füllmaterial).

