

Zeitgenössischer Kindertanz

wie eine typische Stunde aussehen kann:

die Kinder betreten den Tanzraum, der vorher so weit als möglich frei geräumt wurde.

am besten lässt es sich barfuß oder mit dünnen rutschfesten „Schläppchen“ tanzen. Daher ziehen die Kinder Hausschuhe, Socken oder Strumpfhosen aus. Zu lange Hosenbeine oder Ärmel werden hoch gekrempelt.

Im Sitzkreis schauen wir, welche Kinder da sind und begrüßen einander. Das Kind erlebt sich als wichtigen Teil der Gruppe und fühlt sich dem „wir“ zugehörig.

Mit der Methode *learning by moving* beginnen wir, unseren Körper für das Tanzen wach, geschmeidig und lebendig zu machen. Durch die Bearbeitung der Faszien wird das zentrale Nervensystem stimuliert und weckt unsere Lebensgeister.

Mit springen, rennen, drehen, fliegen und krabbeln erobern wir uns nun den gesamten Raum und üben uns im Abstandhalten zu allen anderen Gruppenmitgliedern.

Wir durchlaufen die Evolution des Menschen in seinen acht Bewegungsmustern: vom Liegen und Rutschen zum aufrechten Gang. Mit der Zeit gewinnen wir Sicherheit in den Bereichen, die uns vorher weniger zugänglich waren: so gibt es Kinder, die in ihrer Entwicklung das Rutschen auf dem Bauch vernachlässigt haben. Das Abdrücken von Hand und Fuß in Bauchlage, ist eine wichtige Voraussetzung, um das Fußgewölbe zu entwickeln. Im Stand verhilft uns genau dieses trainierte Fußgewölbe zu einem aufrechten Gang. Die Fußstellung leitet unser Gewicht ab und befähigt uns zum besseren abdrücken und springen.

Nun sammeln wir uns in einer Raumform, die ein Kreis, eine Reihe, ein Quadrat oder versetzte Plätze aufweist. Tanztechniken, aus Ballett, Folklore, Zeitgenössischem Tanz oder der Kontaktimprovisation werden eingeübt.

Das Thema der Stunde wird vorgestellt. die Kinder werden befragt, was sie mit dem Thema verbinden: Was ist blau?, Musst du dich warm anziehen wenn du aus dem Haus gehst oder reicht ein Sonnenschutz? Welche Tiere gibt es und welche Fantasiewesen kennt ihr? Wenn wir eine Reise machen, was wollen wir mitnehmen? Wo ist vorne, wo hinten?

Wir erforschen das Thema individuell: manche tun sich mit der besten Freundin zusammen, andere steigen alleine in das Thema ein. Dabei kann es sein, dass sich jedes Kind einen anderen Aspekt heraus pickt.

Wir zeigen einander womit wir uns beschäftigt haben. Nun legen wir einen Geschichtsablauf fest und lassen ihn lebendig werden. Alle von den Kindern behandelten Aspekte, kommen zum Einsatz. Wir tanzen, springen und schleichen nun diese Geschichte. So trainieren wir spielerisch viele tanzkünstlerische Techniken und stärken die individuelle Ausdruckskraft.

Um die emotionale Verarbeitung des Themas zu unterstützen, wird nun ein passendes Spiel angeboten.

Zum Ausklang der Stunde wird jedes Kind noch einmal gesehen und verabschiedet.