SPORTLICHER KINDERTANZ - "DAS LIED ÜBER MICH"

Creative-Commons-Lizenz Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Autoren: Lisa Axmann, Patrick Birkner, Lara Krebs, Katharina Marx, Kerim Tlili

Übersicht

- **Kindertanz - Merkmale und Ziele**
- **Aktivgeschichte**
- **Aktivgeschichte: "Mara Maus steckt fest" / Seite 1 - 6**
- **Hinführung zur Aktivgeschichte - Tierimitationen**
- **Kindertanz in der Grundschulpädagogik und im Sportunterricht**
- **Idee zur Vermittlung eines Kindertanzes**
- **Text des Kinderliedes**
- **Videos**
  - Hinführung Aktivgeschichte (1)
  - Lehrerdemonstration: Choreografie (2)
  - Einüben der Choreografie mit der Gruppe (3)
  - Präsentation Kindertanz (4)
- **Quellenverzeichnis**

Kindertanz - Merkmale und Ziele

Die Choreografie bzw. Schrittfolge eines Kindertanzes ist in der Regel einfach zu erlernen und die Bewegungen beziehen sich auf den Text der Musik. Der Spaß sollte beim Kindertanz immer im Vordergrund stehen. Der gewöhnliche Kindertanz kann an das Alter und den Leistungsstand, durch Berücksichtigung bzw. Veränderung von Raum, Form, Dynamik und Zeit, angepasst werden. Die Form der Bewegung kann durch Teil- und Ganzkörpereinsatz verändert werden. Raumnutzung wird durch verschiedene Formationen verwirklicht, das heißt, dass die Bewegungen an Ort und Stelle, aber auch vom Ort weg, vollzogen werden können. Das Variieren von kraftvollen bzw. weichen Bewegungen, welche zwei Kennzeichen der Dynamik beschreiben oder auch schnelle und langsame Bewegungen, die uns dabei helfen, mit der Zeit zu spielen, sind weitere Möglichkeiten, den Kindertanz individuell zu gestalten. Charakteristisch für den Kindertanz sind unterschiedliche Fassungen und der Körperkontakt zwischen den Tänzern, wie beispielsweise das Einhaken mit einem Partner. Eine weitere Variationsmöglichkeit ist das Tanzen in verschiedenen Ebenen. Das Mitsingen und das Imitieren von Tieren oder Gegenständen gehört ebenso zu den Merkmalen des Kindertanzes. Um das Imitieren verschiedener Tiere möglichst realistisch zu gestalten, bieten Kostüme und Verkleidungen Kindern die Möglichkeit, in eine andere Rolle zu schlüpfen.
Kindertänze bieten eine Vielzahl an Anwendungsbereichen, wie zum Beispiel in Schulen, Vereinen oder Clubhotels und können ohne technische Erfahrung erlernt werden. Das Tanzen mit Kindern legt den Schwerpunkt auf ganzheitliche, körperliche und tänzerische Bewegungen. Das einseitige Erlernen ausgesprochen spezieller Tanztechniken wird bewusst vermieden, da die anatomischen Voraussetzungen der Kinder für solch ein spezielles Training noch nicht gegeben sind. Findet dies unzureichende Beachtung, schadet man den Kindern mehr als es ihnen nützt. Beim Kindertanz werden die Voraussetzungen für eine spätere Spezialisierung geschaffen. Er schult das Rhythmusempfinden und die Orientierung im Raum. In einem kindgerechten Körpertraining erfahren sie verschiedene Bewegungsmöglichkeiten ihres Körpers. Eines der wichtigsten Ziele stellt das zwanglose, freie und durchlässige Bewegen der Kinder dar. Der Unterricht im kreativen Kindertanz bietet Raum für individuelle Improvisation, sowie in der Gruppe sowie. Denn in erster Linie geht es nicht darum, technische Fähigkeiten zu perfektionieren, sondern die tänzerische Eigeninitiative, die Kreativität, die Phantasie und das soziale Miteinander des Kindes zu fördern. Ziel des Tanzes ist es, den Kindern zu verdeutlichen, dass es sich beim Kindertanz nicht nur um eine “freudige Bewegung zur Musik“ handelt, sondern um körperlich aktive Bewegungen.

Abb. 1: Tafelbild "Kindertanz"

CC BY-SA

Aktivgeschichte

Kinder hören sehr gerne Geschichten, denn sie lieben es, in andere Rollen zu schlüpfen.
Sie leben die Abenteuer mit viel Fantasie nach. Diese Freude an der Identifikation und am Rollenspiel wird damit aufgegriffen. Die Besonderheit liegt in der Verknüpfung von Bewegung, Gestik und Mimik. Die Kinder sind aktiv mit ihrem ganzen Körper an der Handlung der Geschichte beteiligt. Sie fallen während des Vorlesens nach und nach in ihre individuelle Darstellung hinein, können viele Gesten schnell verinnerlichen und sich mit den verschiedenen Rollen identifizieren.
Dadurch können die Kinder mit großen, freien, zwanglosen und verschiedensten Bewegungen und Geräuschen die Geschichte zum Leben erwecken.
Außerdem wird eine kreative Vielfalt in der Ausführung und dem Nachahmen von Bewegungen gefördert.
Als Hilfestellung zur Umsetzung der Bewegungen, Ausführungen und akustischen Untermalung dienen Bewegungsbeschreibungen, welche in vielen Aktivgeschichten im Text hervorgehoben oder gekennzeichnet sind. Der Vorleser nimmt eine wichtige Rolle ein, da er während des Vortragens auf besondere Merkmale achten muss. Zu den zu beachtenden Merkmalen zählen das laute, deutliche und langsame Vorlesen, die Betonung der hervorgehobenen Begriffe, sowie das Einhalten von Pausen. Um den Kindern eine Pause oder den Fortgang der Geschichte zu signalisieren, bietet sich ein sichtbares Handzeichen oder eine zuvor vereinbarte Geste an.

Aktivgeschichte: "Mara Maus steckt fest"

Um den Kindern einen passenden Einstieg in die Welt der Aktivgeschichte zu ermöglichen, ist es hilfreich, einen Einblick in das Geschehen der Geschichte zu geben. Ein beispielhafter Einstieg zu der Aktivgeschichte "Mara Maus steckt fest“ ist:

„Die drei Tierfreunde Hund, Katze und Biene
befinden sich auf einem Bauernhof und
sind auf der Suche nach Mara Maus, denn sie steckt in der Patsche."

Abb. 2: Plakat von Maras Haus

Seite 1

Text	Ausführung	Bilder
Ein Hilfeschrei geht durch den Wald: *„Hiiilfe!!“* **Die Tiere hören den Schrei und sehen sich um.** Wer ruft an diesem schönen Wintersonntag um Hilfe? **Der Hund rennt als erstes vom Bauernhof los**, um den Schreien im Wald zu folgen. Er weiß woher die Schreie kommen. Wieder und wieder sind die kläglichen Hilfeschreie zu hören. *„Hiiilfe, Hiilfe!!“* **Die Katze und auch die Bienen folgen dem Hund.** **Die Biene fliegt, so schnell sie kann,** **und die Mietze-Katze rennt, als ob sie nichts an-** **deres mehr kennt.**	• Die Tiere hören den Schrei und sehen sich um • Die Hunde rennen als erstes los • Alle Tiere schreien um Hilfe • Die Katzen und die Bienen folgen den Hunden • Die Bienen fliegen und die Katzen rennen	 Hund rennt & Hilfeschreie

"Mara Maus steckt fest"/ Seite 2

Der Hund läuft zum Eingang der Mausehöhle. Denn von dort kommen die Hilfeschreie. **Der Hund schaut sich um.** Wer ruft da?
Die Katze schaut sich ebenfalls um. Aber niemand ist zu sehen!
Die Biene fliegt ein Stück in die Mausehöhle und siehe da, die Biene entdeckt jemanden.
Es ist – MARA MAUS!!!
Sie wackelt mit den Ohren.

Und sie schreit so laut sie kann:
„Hiiilfe! Ich stecke fest“
„Was machst du da?“, fragt der Hund.
„Und vor allem wie ist das passiert?“
Will die Katze wissen.
Mara Maus seufzt. Sie wackelt mit den Ohren.

„Ich habe zu viel gegessen“, flüstert sie**.** *„Es gab leckere Gemüsesuppe mit Sahne, danach gab es auch noch Nudeln mit Tomatensoße, ich habe zweimal Nachschlag genommen!“*
Mara Maus seufzt. Sie wackelt mit den Ohren.

Tatsächlich – **Maras Bauch ist so dick geworden,** dass die kleine Maus nicht mehr durch ihr Mauseloch passt.

- Die Hunde laufen zur Mausehöhle und schauen sich um
- Die Katzen schauen sich auch um
- Die Bienen fliegen in die Mausehöhle und entdecken Mara Maus
- Alle Tiere wackeln mit den Ohren
- Alle schreien…
- Die Hunde fragen…
- Die Katzen wollen wissen…
- Alle seufzen und wackeln mit den Ohren
- Alle flüstern…
- Alle seufzen und wackeln mit den Ohren
- Alle machen einen dicken Bauch

Die Mausehöhle

Maras dicker Bauch

"Mara Maus steckt fest" / Seite 3

Mara Maus weint. Sie wackelt mit den Ohren.
Wie können die drei Tierfreunde Mara Maus nur helfen?
„Sie muss abnehmen“, **sagt die Katze**
Der Hund ruft: *„Sie darf nur noch Obst und Gemüse essen!“*
Die Biene fügt hinzu: *„Sie muss sich bewegen! Dann wird sie bald wieder dünn!“*
Mara Maus weint nicht mehr. Sie wackelt mit den Ohren.
Und hört genau zu, was ihre Freunde sagen.
Zuerst **schieben die Tiere Mara durch das Mauseloch** zurück in die Mausehöhle. Das ist schwierig. Aber schließlich klappt es doch: Plopp!
Dann erklären sie der Maus, wie sie sich bewegen muss, damit sie wieder dünn wird.
Der Hund sagt: *„Du musst Kniebeugen machen."*
„Du musst wie ein Hampelmann hüpfen“,
sagt die Katze.
„Du musst einen Dauerlauf machen!“,
ruft die Biene.
„Du musst dich immer wieder ganz tief bücken und mit deinen Pfoten den Boden berühren“, **erklärt der Hund.**

- Alle weinen und wackeln mit den Ohren
- Die Katzen sagen…
- Die Hunde rufen…
- Die Bienen fügen hinzu…
- Alle wischen sich die Tränen ab und wackeln mit den Ohren
- Die Tiere schieben Mara in die Mausehöhle
- Die Hunde sagen…
- Die Katzen sagen…
- Die Bienen rufen…
- Die Hunde erklären…

Mara macht Kniebeugen

"Mara Maus steckt fest" / Seite 4

„Und du darfst nur Obst und Gemüse essen!“, **rufen die drei Freunde.**
Mara Maus seufzt. Sie wackelt mit den Ohren.
Mara Maus möchte gern wieder so dünn sein, dass sie aus ihrem Mauseloch heraus huschen kann. Deswegen fängt sie auch gleich mit dem Training in ihrer Mausewohnung an.
Sie macht Kniebeugen.
Sie hüpft wie ein Hampelmann.
Sie rennt im Dauerlauf um ihren Tisch
und sie bückt sich viele Male.
Aber am nächsten Morgen passt Mara Maus noch immer nicht durch ihr Loch und fängt das ganze Trainingsprogramm wieder von vorne an.

Die drei Freunde fahren am nächsten Morgen mit dem Auto in den Wald, um nach Mara Maus zu schauen.

Zur gleichen Zeit wacht Mara Maus auf, und probiert erneut die Höhle zu verlassen.
„Hurraaaa!“ **schreit Mara Maus und freut sich.**
Das harte Training hat sich gelohnt. Mara Maus passt wieder durch das Loch.

- Alle Tiere rufen…
- Alle Tiere seufzen und wackeln mit den Ohren

- Alle Tiere machen Kniebeugen, hüpfen wie ein Hampelmann, rennen im Dauerlauf und bücken sich viele Male

- Alle fahren Auto

- Alle schreien Hurra!!

Huuuuuurraaaa!

"Mara Maus steckt fest" / Seite 5

„Herrlich ist es an der frischen Luft in dem schönen Wald“, schreit Mara Maus.

Für Mara Maus hat sich das harte Training gelohnt: *„Sport und Bewegung ist eine gute Sache, um sich fit zu halten“*, weiß jetzt auch Mara Maus.
Sie hat sich vorgenommen, täglich Sport zu treiben. Mara Maus ist äußerst glücklich und macht das ganze Programm mit viel Spaß und Leidenschaft.
Sie macht wieder Kniebeugen.
Sie hüpft wie ein Hampelmann.
Sie rennt im Dauerlauf um ihren Tisch
und sie bückt sich viele Male.

Nach ihrem Programm hört sie auch ein Auto in ihre Richtung fahren.
Es sind ihre Freunde, die schon von weitem **winken** und sich freuen, Mara Maus wieder draußen zu sehen.

- Alle Tiere machen Kniebeugen, hüpfen wie ein Hampelmann, rennen im Dauerlauf und bücken sich viele Male
- Alle fahren Auto
- Alle Tiere winken

Auto fahren

"Mara Maus steckt fest" / Seite 6

„Huuuura! Ich passe wieder durchs Mauseloch!“, **jubelt Mara Maus.** *„Das ist das schönste Weihnachtsgeschenk!“* **Die Freunde laufen aufeinander zu und umarmen sich.** *„Danke. Ihr habt mir sehr geholfen und mir sehr gute Tipps gegeben“*, **und schüttelt ihren Freunden die Pfote.** *„Ohne euch würde ich noch immer feststecken!“* *„Wie gut es ist, so tolle Freunde zu haben!“*, ruft Mara Maus *„Ihr seid die Besten“*, **ruft Mara hinterher und wirft ihren Freunden einen Luftkuss zu.** Alle sind glücklich und zufrieden und jeder kann mit gutem Gewissen nach Hause gehen.	• Alle Tiere freuen sich… • Alle laufen aufeinander zu und umarmen sich • Alle schütteln sich die Pfote • Alle werfen sich einen Luftkuss zu	 Luftkuss, Händeschütteln, Umarmung

Hinführung zur Aktivgeschichte - Tierimitationen

Das Imitieren von Tierbewegungen dient als Grundlage für die Aktivgeschichte und den späteren Kindertanz. Durch das Nachahmen der verschiedenen Tiere, die auf Plakaten gezeigt werden, müssen die Bewegungen, die für den jeweiligen Kindertanz als Grundlage dienen, erarbeitet werden. Mithilfe dieser Übung werden die ersten Hemmungen gelöst und die Kinder können ohne Probleme in andere Rollen schlüpfen. Wichtig dabei ist, dass sich die Kinder frei im Raum bewegen, verschiedene Mimiken und Gestiken ausprobieren und mit Lauten und Geräuschen ihre Bewegungen untermalen. Als Anregung können zusätzlich zu den Tieren unterschiedliche Emotionen und Gefühle, wie beispielsweise eine müde Katze, ein aggressiver Hund oder eine verliebte Biene, genannt werden.

Abb. 3: Tierkarten

Aus der Vielfalt der gezeigten Bewegungen der Kinder ist es hilfreich, am Ende der Übung ein Ideal der Bewegungsausführung festzulegen, um damit in der Aktivgeschichte und im Kindertanz weiterarbeiten zu können. ▶ **1**

Kindertanz in der Grundschulpädagogik und im Sportunterricht

Bei dem Kindertanz geht es sowohl um körperliche, als auch um geistige und soziale Kompetenzen. Durch rhythmische und räumliche Spiele sowie verschiedenste Übungen wird der Tanz den Kindern beigebracht. Bewegungs- und Musikrituale erleichtern und beschleunigen den Vorgang. Die Kinder sollen sich entfalten und aus sich herauskommen. Hierbei wird auch versucht, durch kleine positive Hinweise und Korrekturen, den Kindern die Grundlagen und abwechslungsreiche Bewegungen näher zu bringen.
Der Unterschied zur Grundschulpädagogik ist gekennzeichnet durch große, dynamische, ganzkörperliche und schwungvolle Bewegungen, die sportliche Belastung herausfordern und sogar die Tänzer zum Schwitzen bringen. In Verbindung mit einem extrem übertriebenen "Spiel" zwischen Mimik und Gestik wird dem Tänzer die Möglichkeit gegeben, sich körperlich "auszupowern".
Das mit dem Tanz verbundene Singen ist eine zusätzliche Herausforderung für die Tänzer.
Durch das aktive Auftreten und das ganzkörperliche Mitmachen verbessern die Kinder sowohl ihre Haltung, wie auch ihre Gelenkigkeit. Zudem wird die Muskulatur gestärkt und die Kondition und Kraft ausgebaut. Nicht nur Aerobic und andere Fitness-Tänze fördern den „gesamten“ motorischen Bereich, auch der sportliche Kindertanz in seinem vollen Umfang trägt dazu bei.

Idee zur Vermittlung eines Kindertanzes

Damit der Kindertanz erfolgreich und mit Spaß vermittelt werden kann, müssen bestimmte Voraussetzungen geschaffen werden. Dazu gehört, dass eine Musik, die motivierend auf die Kinder wirkt, ausgewählt wird. Wichtig ist es auch, dass die Bewegungen deutlich erkennbar sind und von allen Teilnehmern gesehen werden können. Gerade für die Vortänzer ist es bei der Demonstration des Tanzes besonders von Bedeutung, selbst Spaß am Tanzen zu haben, um diesen den Kindern zu vermitteln. Weiterhin sollte ein besonderes Augenmerk auf die Ausführung von großen Bewegungen und extremer Mimik und Gestik, gelegt werden.
Der Kindertanz kann mithilfe von verschiedenen Medien vermittelt werden. Hierfür eignen sich besonders gut Videos oder Bilder, die den Kindern die Schrittfolgen, Bewegungen oder die gesamte Choreografie verdeutlichen. Eine andere Möglichkeit der Vermittlung bzw. der Festigung des Tanzes stellt das aktive Mitmachen und Wiederholen dar. Wesentlich dabei ist, dass die Kinder wissen, was sie machen, dass sie es bewusst tun und sich merken können, was sie getan haben. Sich erinnern zu können, bedeutet Sicherheit. Und Sicherheit fördert die Fähigkeit, tanzen zu können. Erst wenn ein Schritt, eine Bewegung, eine Bewegungsfolge in das Gedächtnis gefunden hat, - und dies geschieht über die Wiederholung - haben die Kinder die Chance, eine Choreografie zu tanzen. ▶ 2-4

Text des Kinderliedes

In Deutschland unterliegt die Veröffentlichung von Musiktiteln der Lizenzierung der Gesellschaft für musikalische Aufführungs- und mechanische Vervielfältigungsrechte (GEMA). Es ist daher nicht gestattet, Musiktitel oder Videos ohne Genehmigung der GEMA zu veröffentlichen. Alle Musikvideos, die auf dem KNSU-Portal erscheinen werden aus diesem Grund mit lizenzfreier Musik und nicht mit den Originaltiteln veröffentlicht. In dem vorliegenden Beitrag wurde "Das Lied über mich" als Grundlage für den Kindertanz verarbeitet. Der Text dieses Liedes, auf den die Tanzbewegungen in den Videos abgestimmt sind, wird im Folgenden dargestellt:

Das Lied über mich

Es gibt Lieder über Hunde – wau wau wau
und auch Lieder über Katzen – miau miau miau
nur das eine Lied, das gibt's noch nicht,
und das ist das Lied über mich.

Refrain

Ich hab Hände sogar zwei,
und auch Haare mehr als drei,
ich hab einen runden Bauch,
und 'ne Nase hab ich auch,
ich hab links und rechts ein Bein,
und ein Herz, doch nicht aus Stein,
und jetzt winke ich dir zu,
hallo du, du, du.
La la la…

Es gibt Lieder über Autos, brumm brumm brumm,
und auch Lieder über Bienen, summ summ summ,
nur das eine Lied, das gibt's noch nicht,
und das ist das Lied über mich.

Refrain

Ich hab Hände sogar zwei,
und auch Haare mehr als drei,
ich hab einen runden Bauch,
und 'ne Nase hab ich auch,
ich hab links und rechts ein Bein,
und ein Herz, doch nicht aus Stein,
und jetzt winke ich dir zu,
hallo du, du, du.
La la la…

Abb. 4: Originaltext des Kinderliedes

Quellenverzeichnis

Literatur

Autor	Literaturname	Erscheinungsort	Erscheinungsjahr	Verlag
Schneider, K.	Alle Kinder tanzen gern	Wiesbaden	2004	Beust
Frege, J.	Kreativer Kindertanz	Berlin	2008	Heschel
Gass-Tutt, A.	Tanztrubel	München	1985	Don-Bosco

Internet

URL	Zugriffszeitpunkt
http://www.kindergarten-johannesberg.de/wp-content/ziele undgrundlagen-destanzensimkindergartenalter.pdf	11.02.2013

Abbildung / Foto

Nummer	Urheber
Titelbild, 1-3	Kerim Tlili, Lara Krebs

Ursprünglich verwendete Musik

Video	Musiktitel	Interpret	Verlag
2, 4	Das Lied über mich	Volker Rosin	Karussell/ Moon Records

Neuvertonte Musik

Video	Musikquelle	Unterkategorie	Nummer/Interpret	Titel
2, 4	KNSU-Musikstudio	Pop vocal	40 John Carry	Du bist für mich wie gemacht

Videos

Nummer	Urheber
1-4	Kerim Tlili, Lara Krebs

Urheber des Beitrages

Autor	Berater	Institution
Lisa Axmann, Patrick Birkner, Lara Krebs, Katharina Marx, Kerim Tlili / Lehramtsstudierende	Minnich, Marlis	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz- Landau, Campus Koblenz