

Effekte einer Tanzintervention auf die Fluide Intelligenz und das Körperempfinden von Kindern

B.Züger & B.Studer

1. Tanzinterventionen

1.1 Körper

1.2. Zeit

1.3. Raum

1.4. Kraft

1.5. Gemeinsame Interaktion

1.6. Meditation

2. Einsatz der Tanzinterventionen

2.1 Der Bereich Körper

2.2 Der Bereich Zeit

2.3 Der Bereich Raum

2.4 Der Bereich Gemeinsame Interaktion

2.6 Der Bereich Meditation

1. Tanzinterventionen

Die Tanzinterventionen beinhalteten die Bereiche Körper, Zeit, Raum, Kraft, Körperwahrnehmung und gemeinsame Interaktionen. Jeder Bereich wird möglichst ausgewogen und nach den Bedürfnissen der Kinder vertieft und erweitert.

Nach der Einführung der Bereiche, werden bei jeder Intervention die erlernten Bereiche für eine kleine Tanzkomposition verwendet. Dabei bekommen die Kinder abwechslungsweise einen oder mehrere Bereiche zugeordnet oder sie dürfen die Bereiche selber wählen um sie von den anderen Kindern erraten zu lassen.

Die 7. und 8. Intervention ist der Kreation eines Tanzes gewidmet. Sehr auffallend ist dabei, dass die Kinder betont den Bereich Raum vorwärts-rückwärts und nahe beieinander und weit entfernt voneinander gewählt haben. Erkennbar ist der Bereich Körper vornehmlich die Arme. Der Bereich Zeit ist kaum erkennbar.

1.1 Körper

Mit dem Körper bekommen wir einen Bezug zu uns selber, wie wir uns wahrnehmen und anerkennen. Der Rumpf als Ort der Identität, die Arme, um mit der Welt in Kontakt zu treten, die Beine, um den Ort zu wechseln und in die Welt hinein zu gehen. Werden Körperteile bevorzugt oder vernachlässigt? Inwiefern ist der Rumpf in der Bewegung mit einbezogen?

1.2 Zeit

Mit der Zeit wird die subjektiv erlebte innere Zeit angesprochen. Im langsamen Modus kann man sich der Zeit hingeben, langsam sein, das Gefühl der Endlosigkeit haben oder die Zeit geniessen. Im schnellen Zeitmodus kämpft man gegen die Zeit an und hat ein Gefühl der inneren Hektik.

1.3 Raum

Mit dem Raum nehmen wir Bezug auf unsere Umwelt auf. Der Gebrauch des Raumes wird mit dem Wunsch, an der Umwelt teilzunehmen und an ihr Interesse zu haben, in Verbindung gebracht.

1.4 Kraft

Mit der Kraft ist Leichtigkeit und Stärke angesprochen. Sie wird mit der Fähigkeit zur Absicht und der Willenskraft in Verbindung gesetzt. Ebenso kann die Kraft Ausdruck für das Verlangen eines Menschen stehen. Die Veränderung der Kraft setzt die Wahrnehmung des eigenen Gewichtes voraus, denn der (differenzierte) Krafteinsatz richtet sich nach dem Gewicht, welches bewegt werden soll.

1.5 Gemeinsame Interaktion

Mit den gemeinsamen Interaktionen wird vor allem das individuelle Verhalten in sozialen Interaktionen in den Vordergrund gebracht.

1.6. Meditation

Mit der Meditation wird die Fähigkeit, sich auf sich selber zu beziehen und die Aussenwelt auszuschliessen geübt.

2. Einsatz der Tanzinterventionen

Im Laufe der acht Interventionen werden die verschiedenen Bereiche miteinander verknüpft. Z.B. langsame (Zeit) Armbewegungen (Körper und Ich-Gefühl) in der Vertikalebene (Raum, Bezug zur Aussenwelt).

2.1 Der Bereich Körper

Er beinhaltet das Erlernen und Erkennen von Körperteilen visuell (schauen) und sensorisch (tasten/fühlen). Ein Körperteil wird den Kindern jeweils mit einer anatomischen Tafel des Skelettes vorgestellt. Die Kinder können die Beobachtung am Skelett am eigenen Körper tastend und bei anderen Kindern schauend überprüfen.

Der Bereich Körper befasste sich mit dem Erlernen und bewusst werden der verschiedenen Körperteile:

1. Intervention

Becken (Sitzknochen)

Wirbelsäule (inkl. Kopfgelenk)

Arme

Beine

Rücken

Kopf

2. Intervention

Beine differenziert: Fussgelenke, Kniegelenke, Hüftgelenke

3. Intervention

Beine

Arme

4. Intervention

Arme

5. Intervention

Beine

Arme koordiniert

1.2 Der Bereich Zeit

Er beinhaltet Aspekte des Tempos; langsam, mittel und schnell. Die Kinder werden aufgefordert, ihr individuelles Tempo zu halten, auch wenn andere Kinder unterschiedliche Interpretationen für das gleiche Tempo ausführen.

1. Intervention

Langsam, mittel, schnell

2. Intervention

Langsam, schnell

3. Intervention

Langsam, schnell

4. Intervention

Langsam

5. Intervention

Langsam, schnell

6. Intervention

Langsam, schnell

2.3 Der Bereich Raum

Er beinhaltet die drei Ebenen Horizontal, Vertikal und Sagital. Ebenso beinhaltet der Raum die Richtungen vorwärts, rückwärts, seitwärts, aufwärts, abwärts und die Ortsangaben vorne, hinten, rechts, links oben und unten. Man kann mit Schritten in den Raum gehen oder am Ort stehen bleiben. Die Kinesphäre beschreibt dem Umraum meist mit den Armen. Es ist der Raum, der mit dem Körper und der Bewegung eingenommen werden kann, wenn die bewegende Person am Ort stehen bleibt. Die Kinesphäre kann klein, mittel oder gross sein. Ausserdem werden für die Erkennung und Gestaltung von Strecken und Distanzen die Aspekte nahe beieinander und weit voneinander eingeführt.

1. Intervention

Klein, gross

Bewusstsein für den Abstand zwischen einander

3. Intervention

An Ort und durch den Raum

Vertikale und horizontale Ebene

In Verbindung mit Zeit (langsam)

4. Intervention

Horizontal Vertikal

5. Intervention

Grosse Kinesphäre

Weit weg voneinander (die Kinder haben Tendenz, ganz nahe beieinander zu sein)

6. Intervention

Vorwärts –rückwärts mit Partner (zueinander –weg voneinander)

2.4 Der Bereich Kraft

Er beinhaltet die Differenzierung von verschiedenen Muskeltoni, wie angespannt und locker als Grundlage für komplexere Bewegungseigenschaften wie stampfen, gleiten, tupfen, stossen.

In diesem Bereich werden bewusst **Assoziationen und Bilder** gesucht. Dabei wird beachtet, dass die Bewegung „wie ein...“ ist. Nachahmung soll vermieden werden, damit die Kinder das Gefühl für die Krafteigenschaft nicht verlieren.

1. Intervention

Nicht angesprochen

2. Intervention

Gleiten, stampfen tupfen

3. Intervention

Gleiten

4. Intervention

Angespannt, locker

In Kombination mit Körperteilen Arme, Beine wobei die Arme locker und die Beine angespannt geübt wurde

5. Intervention

Angespannt differenziert (angespannt ist nicht steif), locker

6. Intervention

Angespannt differenziert (angespannt ist nicht steif), locker (wie 5. Intervention)

2.5 Der Bereich gemeinsame Interaktionen

Dieser Bereich will möglichst viele Variationen von gemeinsamen Handeln und Erleben vermitteln. Die Kinder lernen wie sie führen und folgen können. Ausserdem können sie Absprachen treffen, wie sie etwas gemeinsam ausführen wollen. Dabei haben sie die Wahl, dieselben Bewegungen auszuführen, oder sich auf unterschiedliche Bewegung, die sie gleichzeitig ausführen, zu einigen.

1. Intervention

Körperteile zu zweit, die Paare präsentieren ihre Erkenntnisse

2. Intervention

Kraftaspekte (gleiten, stampfen) zu viert nach Vorgabe, zu zweit in eigener, führen -folgen Reihenfolge (Kind A führt, Kind B folgt, Rollen tauschen)

3. Intervention

Zu zweit mit verschiedene Raumaspekten an Ort stehend, im Raum gehend abgesprochen und führen - folgen

4. Intervention

Zwei verschiedene Gruppen mit unterschiedlichen Bewegungsaufgaben in den Bereichen Kraft und Raum.

Steigerung: die eine Gruppe ist Bewegungssignal für die andere Gruppe

5. Intervention

Mit gleiten (Kraft) schnell (Zeit) durch den Raum mit viel Platz zwischen einander (Raum)

6. Intervention

In Kleingruppen viel Platz zwischen einander, wenig Platz zwischen einander (nahe)

Der Bereich Meditation wird anhand der Cantienica Übung für den Beckenboden und die Kraft der Wirbelsäule in jeder Stunde meist am Anfang geübt. Die Kinder berichten über ihre Erfahrungen wobei darauf geachtet wird, dass die Kinder die Nicht-Bewertung für sich und bei anderen Kindern erfahren.

2.6 Der Bereich Meditation

Er wird mit einer Beckenboden und Wirbelsäulenübung aus dem CANTIENICA®-Das Powerprogramm angeleitet. Die Vorstellung, die Sitzknochen können gegeneinander zusammen federn wie ein Trampolin wird eingeführt. In der zweiten Intervention wird das Bild der Kraft, die aus der Trampolinbewegung nach oben springt oder pulsiert, dazu genommen. Im Laufe der restlichen Interventionen können die Kinder damit die verschiedenen Erfahrungen sammeln und werden so implizit auf ihre unterschiedliche Tagesverfassung aufmerksam.

BZ19_06_1