

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 12 (2010)

Heft: 6

Artikel: Wenn der Körper sprechen lernt

Autor: Leonardi Sacino, Lorenza / Bartoli, Barbara / Humbert, Anne-Marie

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992349>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 04.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Wenn der Körper sprechen lernt

Seit Urzeiten tanzen die Menschen und leben so ihre Freude und Trauer allein oder miteinander aus. Für das Tanzen ist es nie zu früh. Kinder sind neugierig und empfänglich und lieben es, sich über den Körper, mit Gesten und Zeichen auszudrücken.

Text: Lorenza Leonardi Sacino; Foto: Ueli Käenzig

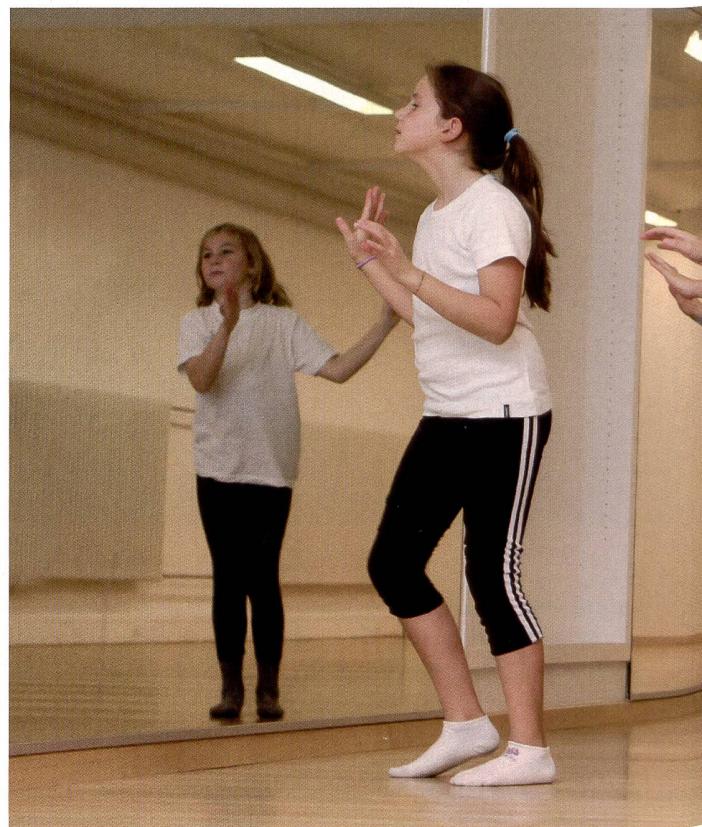
Billy Elliot. Wer kennt diesen Namen nicht? Beim Thema Tanzen im Kindesalter kommen unweigerlich Gedanken an diesen elfjährigen englischen Knaben auf, der den Boxunterricht schwänzt, zu dem er vom Vater geschickt wird, weil er viel lieber Ballett tanzt. Durch das Tanzen kann er seine Gefühle und Emotionen ausleben, was in seinem schwierigen familiären und sozialen Umfeld nicht möglich ist.

Auf der ganzen Welt haben sich unterschiedliche Tanzkulturen und Zugänge zum Tanzen entwickelt. In Afrika beispielsweise spielt der Tanz eine zentrale Rolle im Alltag und begleitet gesellschaftliche Ereignisse: Geburten, Taufen, Initiationen, Übergangsriten, Hochzeit und Tod. Rund um die Welt wird der Tanz mit Ausdruck in Verbindung gebracht. Nicht nur Pädagogen sind sich darüber einig, dass der Tanz eine Form von Sprache ist. «Wenn wir Kinder in den Tanz einführen, geben wir ihnen ein Kommunikationsmittel in die Hand. Die Sprache des Tanzes wird rund um die Welt gesprochen und verstanden», meint Barbara Bortoli, eine der Fachexpertinnen, an die wir uns gewandt haben. Somit kennt diese universelle Sprache keine Schranken. Sie entsteht spontan und nimmt je nach Tänzer verschiedene Bedeutungen und Formen an. Tänzer/-innen durchleben Emotionen und machen die faszinierende Erfahrung, ihren Körper im Einklang mit der Musik zu bewegen. Tanz ist untrennbar mit menschlicher und kultureller Entwicklung verbunden. Er wird zuweilen gar als die ursprüngliche Sprache des Menschen bezeichnet. Neugeborene drücken sich über ihren Körper aus und bauen ihre Beziehung mit ihrer Mutter hauptsächlich über die Körpersprache auf.

Den Körper und die Persönlichkeit stärken

«Tanzen ist eine Kunst, eine Ausdrucksform, eine Therapie, ein Ritual und auch ein Kanal, der uns hilft, Emotionen auszuleben». Für die Leiterin der Ballettschule in Belp (BE) gehört es seit früher Kindheit zu ihrem Leben. Tanzen ist eine Lebensschule, die eine ganzheitliche und harmonische Entwicklung von Körper und Geist fördert. Es erfordert korrekte und präzise Bewegungen, um die Stabilität und Balance der Knochen und Gelenke zu gewährleisten. Dennoch bietet diese Disziplin gewisse Freiheiten in der Interpretation und Ausführung.

Kinder sind wie Schwämme und nehmen alles auf, was sie von ihrer Umwelt wahrnehmen. Sie entwickeln sich spontan, ohne sich dafür anstrengen zu müssen. Der Tanz kann somit als Erziehungsinstrument verstanden werden, das die körperliche, seelische und mentale Entwicklung fördert und so zur Persönlichkeitsentwicklung beiträgt – genauso wie andere Sportarten. Über den Tanz verbessern die Kinder ihre Körperwahrnehmung und erleben zwis-



schenmenschliche Kontakte. Die Nähe zu Kameradinnen und Kameraden sowie der Wunsch, sich auszudrücken, mit ihnen zu kommunizieren und verstanden zu werden, regen sie dazu an, Freundschaften zu knüpfen. Sie erlernen zusätzliche Bewegungsformen, verbessern ihren Ausdruck, festigen ihre Persönlichkeit über einen neuen Kommunikationskanal, vertiefen und stärken ihre Konzentration sowie ihre Fähigkeit, Probleme zu lösen. Gleichzeitig wird die Entwicklung ihrer Autonomie gefördert.

Der grosse Vorteil des Tanzes ist, dass er keine Altersgrenzen kennt und ab frühester Kindheit ausgeübt werden kann. «Kaum können die kleinen Kinder stehen, tanzen sie schon», meint Barbara Bortoli, die in ihrer Schule Kinder ab vier Jahren aufnimmt. Anne-Marie Humbert, Rhythmisiklehrerin in Murten, bestätigt diese Beobachtung. Sie unterrichtet nach der Methode von Emile Jaques-Dalcroze, bei der Kinder kreativ und ganzheitlich an die Musik herangeführt werden. Ziel ist es, die Körperwahrnehmung und die Koordinationsfähigkeit zu steigern sowie die Musikalität und den stimmlichen, instrumentalen und körperlichen Ausdruck zu verbessern. «Das zentrale Merkmal der Rhythmisik ist, dass das Kind an seinem jeweiligen Standpunkt und Können abgeholt wird, mit der Absicht, seine persönliche Kreativität und Fantasie über musikalischen Ausdrucksformen zu vertonen. Die schulische – horizontale – Wissensvermittlung wie Schreiben, Zeichnen, und Rechnen wird durch das motorische – vertikale – Lernen über Musik und Bewegung ergänzt.»

rnt



Von Platon bis hin zu Isadora Duncan

«... Betrachten wir als Erstes die Erziehung. Sie besteht aus zwei Bereichen: Musik und Gymnastik. Beide haben eine Bedeutung, die über das Alltägliche hinausgeht. »Musik« bezieht sich auf das Reich der Musen, »Gymnastik« auf die Ausbildung und die körperlichen Fähigkeiten. »Musik« umfasst alles, was wir mit »Kultur« bezeichnen, »Gymnastik« geht weit über blosse »Athletik« hinaus.»

Den Ursprung dieser überraschend modern klingenden Worte würde man wohl kaum im vierten Jahrhundert vor Christus vermuten. Urheber ist der griechische Philosoph Platon. Noch erstaunlicher ist, dass diese Worte auch heute noch praktisch unverändert gültig sind. Zahlreiche zeitgenössische pädagogische Studien belegen in der Tat den hohen Nutzen der Einbindung des Tanzes als Ausdrucksform in den Schulunterricht.

Tanz ist weder ein blosses Schauspiel noch eine Modeerscheinung, sondern vielmehr ein Bereich, der viel persönliche Freiheit eröffnet. Genau darauf hat die italienische Pädagogin und Erzieherin Maria Montessori ihre Erziehungsmethode aufgebaut – auf dem Grundgedanken der Freiheit des Kindes. Sie war davon überzeugt, dass die natürliche Kreativität der Kinder auf diese Art gefördert wird. ... «Die Freiheit fördert die angeborene Spontanität des Kindes (...) Die Disziplin muss sich aufgrund der Freiheit einstellen. Diszipliniert sein heißt nicht, stumm und unbeweglich zu sein (...) Für uns ist ein disziplinierter Mensch ein selbstständiger Mensch, der in der Lage ist, Lebensregeln zu folgen. Wir können nicht wissen, wel-

che Folgen eine unterdrückte spontane Handlung hat, wenn das Kind gerade zu handeln beginnt; vielleicht unterdrücken wir das Leben selbst (Montessori: 1912).»

Auch Isadora Duncan, einer der Wegbereiterinnen des Modern Dance in den USA, schwebten pädagogische Ziele vor, die sie in ihren grossen Schulen umsetzen konnte: «Kinder sollen nicht Bewegungsabläufe erlernen, sondern sie sollen lernen, sich über ihren Körper mit natürlichen Bewegungen auszudrücken.»

Eine gute Tänzerin ist nicht zwangsläufig eine gute Lehrerin

Tanzen scheint also für die Kinder ebenso wichtig zu sein wie Sprechen, Rechnen oder Geografieunterricht. «Ja, absolut! Die positiven Auswirkungen eines guten Körpergefühls brauchen wohl nicht mehr bewiesen zu werden», meint Anne-Marie Humbert. Die Voraussetzung für gutes Lernen ist ein guter Unterricht. Allgemein herrscht die Vorstellung, dass ein guter und erfahrener Tänzer automatisch ein guter und motivierter Tanzlehrer für alle Disziplinen ist. Wie vorab erwähnt, ist die Ausbildung in einer Tanzschule auf die Entwicklung von Körper, Geist und Seele ausgerichtet. Eine solche ganzheitliche Förderung der drei Bereiche lässt sich aber ohne pädagogisches System nicht erreichen. Das Programm der Russian Ballet Association ist die Grundlage der Lektionen von Barbara Bortoli. «Im Unterricht geht es mir vor allem darum, Kindern die Freude an der Bewegung zu vermitteln. Wichtig ist, einfühlsam, natürlich und geduldig zu sein. Zuweilen muss ich mich in meine Kindheit zurück-



Die Softshell Jacke **AROSA**, mit Kapuze und in verschiedenen Farben, finden Sie auf www.respect-code.org/arosa oder www.switcher.com

AROSA*, so fühle ich mich wohl.

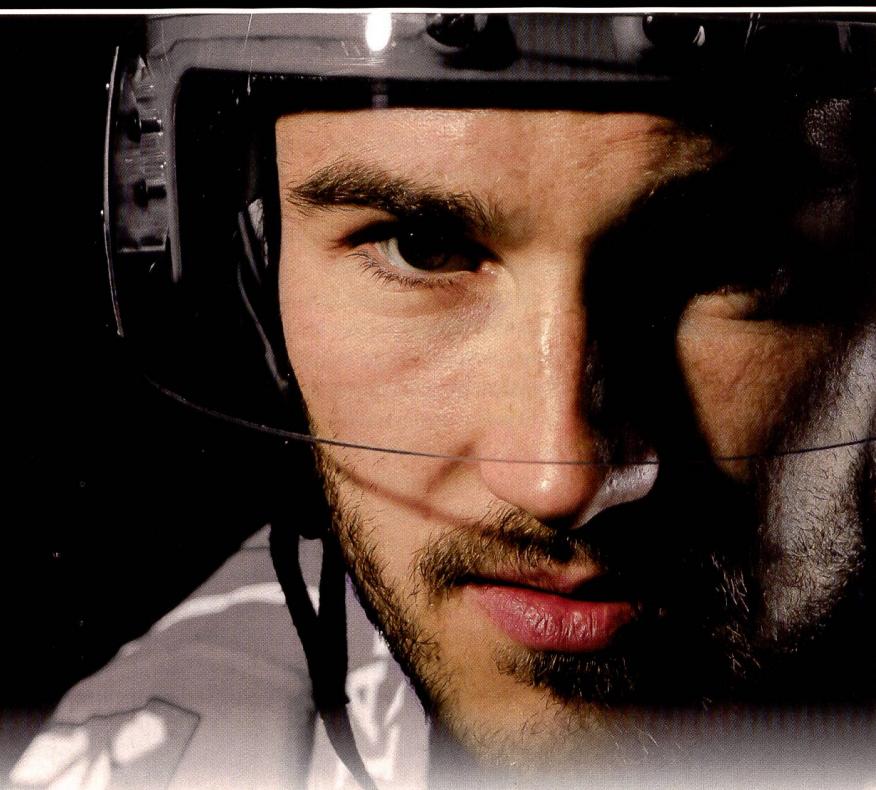
Ich respektiere die Natur und trenne meinen Abfall.



 **switcher**
made with respect 

Kraftvolle Wärme – natürlich Isola®

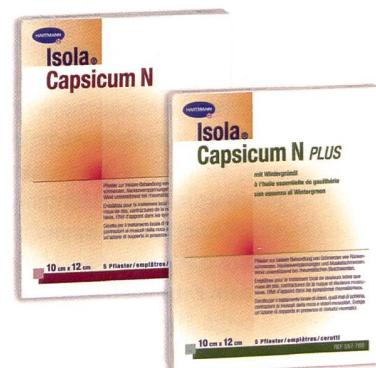
Mathias Seger, ZSC Lions



Isola® Capsicum N und Isola® Capsicum N PLUS:

Die wärmenden Schmerzpfaster aus pflanzlichen Wirkstoffen

Helfen bei Verspannungen sowie Rücken- und Muskelschmerzen und wirken unterstützend bei rheumatischen Beschwerden.



Dies sind Arzneimittel. Bitte lesen Sie die Packungsbeilage und lassen Sie sich von Ihrem Apotheker oder Drogisten beraten.

HARTMANN


hilft heilen.

versetzen, um in die kindliche Fantasie einzutauchen und sie wieder aufleben zu lassen. Gleichzeitig ist eine gewisse Disziplin ange sagt.» Neben pädagogischem Fachwissen soll die Tanzlehrerin zudem über Grundkenntnisse anderer Disziplinen wie beispielsweise der Philosophie verfügen und mit den Themenkreisen Menschsein und Selbstdarstellung vertraut sein. Psychologisches Fachwissen zur kindlichen Entwicklung ist hilfreich, um die mentalen Entwicklungsstufen und das Verhalten der Schüler/-innen besser zu verstehen. Soziologische Kenntnisse vermitteln Einblicke in den gesellschaftlichen Wandel, in die Veränderungen der Lebensweise und in die Denkweise der neuen Generationen. Wichtig sind auch anatomische Kenntnisse. «In meinem Beruf ist es zentral, die verschiedenen Stufen der körperlichen Entwicklung zu kennen, die den Übergang von der Kindheit ins Erwachsenenalter kennzeichnen», betont Anne-Marie Humbert. Ihr Unterricht in der Primarschule in Murten beruht auf Spielen mit Musik sowie auf Themenkreisen wie Lateralität, Körperschema und Raumorientierung. Sie lockert ihre Lektionen mit Übungen zur Förderung der Kreativität und des Erfindungsgeistes sowie zur Entspannung auf. «Rhythmusunterricht setzt musikalische Improvisationsfähigkeiten am Klavier sowie Kenntnisse in den Bereichen Körperausdruck, Körpertechnik, Choreografie und natürlich Tanz, vor allem Volkstanz, voraus.» Warum gerade Volkstanz? Hauptsächlich aus drei Gründen. Einerseits, weil

solche Tänze hauptsächlich auf relativ einfachen Schritten und Formen aufgebaut sind – Viereck, Kreis, Linie –, und andererseits, weil alle Schüler/-innen ausnahmslos einbezogen werden. «Tänze gehören zum Kulturgut der verschiedenen Länder. Die Klassen sind je länger, je multikultureller, und die Kinder freuen sich, Vertrautes aus ihrem heimatlichen Umfeld im Unterricht wiederzufinden. Es ist eine grosse Bereicherung, die Kultur eines Klassenkameraden auf diese Weise kennenzulernen.»

Jenseits aller pädagogischen und theoretischen Aspekte: Billy Elliot und Millionen andere Kinder, die den Tanz für sich entdeckt haben, würden ihn wohl einfach als Explosion von Bewegungen, Formen, Gesten, Farben und tollen Gefühlen beschreiben. Gefühle, die ein Lächeln aufs Gesicht zaubern, wenn der Vorhang fällt. ■

*Barbara Bortoli ist Leiterin der «Balletschool Barbara Bortoli» in Utzenstorf (BE)
Kontakt: barbara@bortoli.ch*

*Anne-Marie Humbert unterrichtet Rhythmus an der Primarschule in Morges.
Kontakt: ahumbert@worldcom.ch*

Kommentar

Achtung Tanz!

Tanzkünstlerisches Schaffen mit Schulklassen: So unerwartet «der Tanz» bei den Kindern und Jugendlichen im Schulalltag auftaucht, so unerwartet schnell verschwindet bei den Betroffenen die Unsicherheit vor diesem anfänglich geglaubten Schreckensgespenst. Tanz wird von ihnen als künstlerische Ausdrucksform, die Freiraum zum Experimentieren, Forschen, Gestalten und Präsentieren bietet, wahrgenommen und angenommen. Die Rede ist hier von Zeitgenössischem Tanz, der Schulkinder aller Schulstufen zum kreativen Handeln auffordert. Der Zeitgenössische Tanz bietet ein Gefäss, verstecktes Körperwissen über konkrete Aufgaben anzusprechen und zu nutzen.

Tanztechnik bedient sich hier nicht einem fixen sich angeeigneten Tanzstil, sondern der intensiven Auseinandersetzung mit dem individuellen Bewegungsmaterial. Über das Medium Tanz beschäftigen sich die Kinder und Jugendlichen mit ihrem eigenen Körper, an den auch das Innenleben der Tanzenden gebunden ist. Dieser Prozess braucht Mut, Kraft und Ausdauer, da man sich dem eigenen Körper mit all seinen angenehmen und unangenehmen Merkmalen nicht entziehen kann, sondern sich mit diesen auseinandersetzen muss. Kinder und Jugendliche werden über Themen angesprochen, die sie bewegen, beschäftigen, die ihren Alltag bestimmen wie Langeweile, Fussballspiel, Schulaufgaben, Wut, Glück. Sie bearbeiten diese tänzerisch, kreieren nonverbal Lösungen und erarbeiten Bewegungsvariationen, die in Klassenchoreo-

grafien inszeniert werden. Diese Herangehensweise initiiert künstlerische Prozesse, die es den Tanzenden ermöglicht, ästhetische Erfahrungen zu machen. Durch den vielfältigen und differenzierten Gebrauch dieser Sinne haben die Jugendlichen und Kinder die Chance, sich in dieser neuen Welt neu zu entdecken. Diese künstlerische Schaffensart verlangt grosses Engagement aller Beteiligten sowie Präsenz, Toleranz und ernsthaftes Arbeiten, was Spass und Freude mit einschliesst. Eine Herausforderung, die Kinder und Jugendliche annehmen und ausser den tänzerischen Fähigkeiten auch die Selbst- wie die Sozialkompetenz der einzelnen fördert und stärkt.

Ein Zeitgenössisches Tanzereignis einer Schulkasse präsentiert somit «künstlerische Muskelkraft», vor der Achtung geboten wird.

*Rosa Walker ist Tanzpädagogin, Choreografin und Tänzerin.
Sie unterrichtet an der Universität Freiburg und an der PH Bern.*

Kontakt: rosa.walker@gmx.ch

