

Ausbildung zum Kinder- und Jugendtanzleiter

Abschlussarbeit

Tanz als psychomotorische Förderung

Erarbeitet von: Anna Elisabeth Steinmann

Susanne Bacher

Mai 2007

Inhaltsverzeichnis

1. Psychomotorik- Begriffserklärung	3
2. Ziele und Inhalte der Psychomotorik	4
3. Das Menschenbild in der Psychomotorik	6
4. Der Tanz- Begriffserklärung	6
5. Tanz als psychomotorische Förderung	7
6. Tanz als Unterstützung des Lernens im sozialen Bereich	10
7. . Literaturverzeichnis	13

1. Psychomotorik- Begriffserklärung

Die Lebensbedingungen der Kinder haben sich sehr verändert. Kinder haben nur mehr wenige Gelegenheiten, ihren Bewegungsdrang auszuleben. Vielerorts fehlen Spielmöglichkeiten und der Platz zum Austoben. Diese Defizite äußern sich darin, dass Kinder bereits in jungen Jahren gesundheitliche Probleme haben. Experten fordern schon seit Jahren, mehr Bewegung in das Kinderleben zu bringen, denn durch diesen Bewegungsmangel leiden auch die Wahrnehmung und das Lernverhalten der Kinder.

Psychomotorik ist in den vergangenen zwei Jahrzehnten ein eigener Wissenschaftsbereich geworden mit unterschiedlichen Bausteinen aus der Medizin, Sportwissenschaft, Pädagogik und kreativen Bereichen. Zu einer ganzheitlichen Entwicklung eines Kindes gehört Bewegung dazu, denn sie stellt eine wichtige Grundlage für die geistige und seelische Entwicklung dar.

Zimmer definiert die Psychomotorik als „ die funktionelle Einheit psychischer und motorischer Vorgänge, die enge Verknüpfung des Körperlich-motorischen mit dem Geistig-seelischen.“

„ Psychomotorische Förderung verfolgt damit einerseits das Ziel, über Bewegungserlebnisse zur Stabilisierung der Persönlichkeit beizutragen- also das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu stärken-, andererseits soll jedoch auch eine Bearbeitung motorischer Schwächen und Störungen, aber auch der Probleme des Kindes in der Auseinandersetzung mit sich selbst und seine Umwelt ermöglicht werden. (Zimmer, 2006, S.22)

Zusammenfassend können wir feststellen, dass der Psychomotorik eine wechselseitige Abhängigkeit von psychischen, motorischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Prozessen im Kindesalter zugrunde liegt. Da die motorische Entwicklung das Kind sehr beeinflusst und Kinder immer mehr unter Bewegungsmangel leiden, bietet die Psychomotorik Hilfen, mit gezielten Übungen diese Schwächen aufzuholen. Psychomotorische Spielangebote unterstützen das Kind mit allen Sinnen Erfahrungen zu sammeln, ihre motorischen Fähigkeiten auszubauen und zu erweitern und somit

ihre Umwelt zu begreifen. Gemeinsam mit anderen Kindern sammeln schwächere Kinder somit wichtige Erfahrungen in der Gruppe und werden in ihrem Selbstvertrauen gestärkt.

Jean Piaget spricht von der „ sensumotorischen Entwicklung“ des Kindes und meint damit die Wahrnehmung mit allen Sinnen. Diese Wahrnehmung mit allen Sinnen kann in der Psychomotorik über die Bewegung erfolgen. Piaget behauptet, je mehr die Kinder ihre Umwelt durch Bewegung erfahren, desto günstiger verläuft ihre psychische und geistige Entwicklung.

2.Ziele und Inhalte der Psychomotorik

Die Psychomotorik ist gezielt an Kinder mit Problemen gerichtet, wie zum Beispiel an Kinder mit Wahrnehmungsstörungen oder an Kinder mit Übergewicht. „ Unter den Anspruch einer ganzheitlichen Vorgehensweise steht die Förderung der gesamten Persönlichkeitsentwicklung eines Kindes durch das Medium Bewegung im Vordergrund.“ (Zimmer, 2006, S. 22)

Zimmer zählt folgende Inhalte der Psychomotorik auf:

➤ Körper- Erfahrungen/ Selbst- Erfahrungen

Zum Beispiel: das Erleben des eigenen Körpers, Orientierung am eigenen Körper, Raumwahrnehmung über den Körper, Körpergeschicklichkeiten, Körper intensiv wahrnehmen.

➤ Material- Erfahrungen

Zum Beispiel: Wie geh ich mit dem Material um? Beim Ausprobieren mit den verschiedenen Materialien gewinnt das Kind neue Erkenntnisse, er kann physikalische Gesetzmäßigkeiten erfahren, dabei ist vor allem der Umgang mit den Materialien wichtig.

➤ Sozial- Erfahrungen

Zum Beispiel: das Kind lernt, sich auf den anderen einzustellen, es lernt Vertrauen aufzubauen, das Kind kann verschiedenen Realitäten durchspielen, es lernt andere Perspektiven kennen, Rollenspiele.

„Im Vordergrund stehen erlebnisorientierte Bewegungsangebote, die dem Kind die Möglichkeit geben, sich selbst als wichtiges Mitglied der Gruppe zu erfahren, die den Aufbau eines positiven Selbstkonzepts unterstützt und ihm Erfahrungen des Selbst-Wirksam-Seins vermitteln.“ (Zimmer, 2006, S. 24)

Zusammenfassend können wir also feststellen, dass die psychomotorische Förderung den Kinder helfen soll, sich und ihren Körper intensiv wahrzunehmen, zu erleben und mit ihm umzugehen; sich in seiner Umwelt orientieren lernt; seine soziale Umwelt kennen lernt und mit seinen Mitmenschen umgehen lernt. Da Kinder in ihren Handlungen auch nicht bewertet werden, sondern ermuntert und bestätigt, kann jedes Kind sich frei und ungezwungen bewegen und sich ausleben.

Diese Elemente greift auch der Tanz auf.

3. Das Menschenbild in der Psychomotorik

Zimmer beschreibt den Menschen als „ aktives, lebendiges, unternehmungslustiges Wesen. Er hat das Bedürfnis, seine Umwelt zu erforschen, nach Wissen zu streben und seine schöpferischen Fähigkeiten zu entfalten. Der Mensch wird als Ganzheit gesehen, psychische, kognitive, emotionale, soziale und somatische Prozesse sind aufeinander bezogen. An jeder Handlung ist immer der ganze Mensch beteiligt; Leib und Seele, Gefühl und Vernunft werden als Einheit betrachtet. Aus humanistischer Sicht ist der Mensch ein handelndes Subjekt, ein biologisches, psychisches und soziales Wesen.“ (Zimmer, 2006, S.27) Da Kinder in der Psychomotorik ihre geistigen, motorischen, sensorischen und sozialen Fähigkeiten schulen, kann auch der Tanz viel zu dieser Entwicklung und Reifung im Kind beitragen.

4. Der Tanz- Begriffserklärung

Tanz wird als „eine rhythmische Körperbewegung, meist von Musik begleitet, im übertragenen Sinn auch die zum Tanz erklingende Musik oder deren vom Tanz

gelöste Stilisierung in instrumentaler oder vokaler Form (Tanzlied).“ (Brockhaus Musik, 2001, S.782)

Dietel beschreibt Tanz als „Sammelbegriff für rhythmisch gestaltete Körperbewegungen, die häufig von Musik begleitet sind. Tanz kann sowohl künstlerisches Ausdrucksmittel des einzelnen Menschen sein als auch, beim Paar- oder Gruppentanz, Gemeinschaftserlebnis.“(Dietel,2000, S.304)

Bergmann definiert Tanz bereits spezifischer, diese Definition finde ich für meine hier vorliegende Arbeit am aussagekräftigsten: „Tanzen ist ein körperorientiertes pädagogisches Konzept, das die Entwicklung verschiedenster Kompetenzen fördert: Entwicklung eines gesunden Körpergefühls und Körperbewusstseins, Erlangung grob- und feinmotorischer Geschicklichkeit, Entwicklung von Emotionalität in Verbindung mit bestimmten intellektuellen Operationen, Entwicklung von Konzentrationsfähigkeit und Training des Gedächtnisses, Zuversicht in die eigene Leistungsfähigkeit.“ (Bergmann 2006, S.7)

5.Tanz als psychomotorische Förderung

Tanzen fördert bei den Kindern die Grob- und Feinmotorik, ihr Gleichgewicht wird geschult, die Konzentrationsfähigkeit wird gesteigert, gleichzeitig bietet Tanz Entspannung, er schult die Wahrnehmung und Ausdauer, Kinder können ihre Koordination und Geschicklichkeit trainieren. All diese Bausteine fördert auch die Psychomotorik.

Tanzen

- schult den ganzen Körper
- macht seine Eigenheiten und Veränderungen bewusst
- fördert die Akzeptanz des eigenen Körpers
- gibt der kindlichen Persönlichkeit Raum
- ist spielerische Förderung aller Sinne

- gibt ein Gefühl Rhythmus und Raum
- drückt Gefühle aus
- erzeugt Gefühle
- ist ein Mittel der Kommunikation
- sorgt für soziales Miteinander
- lehrt Rücksichtnahme
- fördert Konzentration
- baut Spannungen und Blockaden ab
- weckt die Kreativität
- ist schöpferisch
- fordert und fördert Selbstdisziplin
- macht Spaß

(Schneider, 2004,S. 32)

Tanzen ist eine Unterstützung des Lernens im sozialen Bereich, denn die Kinder lernen, sich in eine Gruppe einzugliedern, sie üben Toleranz, sie lernen andere Meinungen zu akzeptieren und zu respektieren, ihr Selbstvertrauen wird gestärkt, Hemmungen können abgebaut werden, Tanz fördert das Gemeinschaftsgefühl, Konkurrenzdenken wird abgebaut, sie lernen, sich jemanden anzuvertrauen.

Tanz ist aber auch Lernen im kommunikativen Bereich. Das Tanzen bietet vielfältige Kommunikationsmöglichkeiten; die Kinder teilen sich über ihre Bewegungen und Handlungen mit als verbal. Vogel weist darauf hin, dass „potentielle soziale Konflikte durch das Tanzen aufgefangen und entschärft werden können.“(Vogel, 2004, S. 307)

Kinder lernen beim Tanzen mit sich, mit ihrem Körper, mit ihren Gedanken und Gefühlen in der Gruppe sich einzuordnen. Beim Tanzen bekommen Kinder die Chance, in andere Rollen zu schlüpfen und ihre kreative Kraft zu entfalten. Im Tanz können sie ihre momentane Gefühlslage ausdrücken und brauchen dazu nicht Worte, sondern nur Gesten und Mimik. Sie machen die Erfahrung, dass sie mit ihrem Körper ein unbegrenztes Ausdrucksvermögen besitzen. Tanz ist aber auch eine Hilfe zur Unterstützung und Entfaltung der motorischen Fähigkeiten. Schneider bezeichnet Tanz „als Grundstein für eine gesunde Entwicklung.“ Nach Schneider „verbessert

Tanz das Gleichgewicht, kräftigt die Muskulatur, fördert die Vernetzung von Einzelbewegungen und steigert die Geschmeidigkeit und Biegsamkeit des Körpers.“ (Schneider, 2004, S. 60) Tanzen fördert auch den non- verbalen Ausdruck. Im Tanz kann sich das Kind meiner Ansicht nach nicht- sprachlich mitteilen. Durch die Bewegungen tritt das tanzende Kind in Kontakt zu seiner Umwelt und kann so seine Gefühle und Stimmungen ausdrücken. Durch den Tanz bekommt das Kind immer wieder die Möglichkeit geboten, sich über verschiedene Bewegungen auszudrücken. Zimmer fügt dem hinzu, dass „der Tanzende außerhalb der Wirklichkeit liegende Verhaltensmöglichkeiten entwickeln kann und damit experimentieren kann.“ (Zimmer, 2002, S. 12)

Tanzen unterstützt das Lernen in der Raumorientierung. Durch die verschiedenen Fortbewegungsarten wie laufen, gehen, hüpfen, sich drehen, haben Kinder die Möglichkeit, einen Raum auf die verschiedenste Art und Weise zu erkunden. Tanzen fördert die Erweiterung der eigenen Körperwahrnehmung. Vogel hebt hervor, dass „Tanz unmittelbaren Körper- und Gefühlsausdruck ermöglicht, da er unmittelbarer Ausdruck dessen ist, was den Menschen innerlich bewegt. Je größer die innere Beteiligung ist, desto lebhafter wird der Ausdruck.“ (Vogel, 2004, S.309) Tanzen fördert die sensorische Wahrnehmung. Vogel bekräftigt einen Einsatz von Tanz im Unterricht, denn „ eine Förderung der Kinder durch Tanz wird durch die Zusammenhänge zwischen den motorischen, musikalischen, affektiven und kognitiven Fähigkeiten legitimiert.“ (Vogel, 2004, S.313)

6. Tanz als Unterstützung des Lernens im sozialen Bereich

Vogel geht davon aus, dass „der Aufbau des Selbstbewusstseins beim Tanzen daraus resultiert, dass Bewegungsaufgaben meist schnell beherrscht werden und das Kind dadurch unmittelbare und zahlreiche Erfolgserlebnisse erreichen kann. Besonders Kinder mit Lernproblemen können durch das Tanzen Erfolg haben.“ (Vogel, 2004, S.306)

Vogel erläutert weiter, dass „das Einfinden der Kinder in einer Tanzgruppe ein Gruppengefühl entstehen lässt. Durch die gebundene Form entsteht eine

Gruppenzugehörigkeit, welche den Tanzenden Sicherheit und Geborgenheit vermittelt. Es ist für die Kinder eine wichtige Erfahrung, dass ein Vorgang oder eine Form nur gelingen kann, wenn sich alle um das Zustandekommen bemühen.“ (Vogel, 2004, S. 307)

Wenn Kinder in einer Gruppe tanzen, so müssen sie sich auch immer wieder an einen Partner anpassen und lernen, gemeinsame Regeln einzuhalten. Kinder bekommen durch das Tanzen die Möglichkeit geboten, sich in die Bewegungen eines Anderen hineinzufühlen oder sie auch zu kopieren. Zudem kommen die Kinder immer wieder in Kontakt mit verschiedenen Kindern und somit können Kontakte zu allen Kindern einer Gruppe geknüpft werden. Hierzu erklärt Hirler, dass „der Aufgabenbereich „ Führen und Folgen“ das soziale Verantwortungsbewusstsein fördert.“

(Hirler, 1998, S. 14)

Schneider erwähnt in diesem Zusammenhang, dass „gemeinsames Tanzen die gegenseitige Akzeptanz und Toleranz fördert.“ Nach Schneider „verhilft Tanz zu einer realistischen Einschätzung des eigenen Vermögens und steigert die Wertschätzung für die Fähigkeiten anderer.“ (Schneider, 2004, S. 31)

Vogel vertritt die Auffassung, dass „sich im Tanz auch grundsätzliche Gefühlszustände des menschlichen Lebens widerspiegeln: Die Tanzenden spielen Zustände und Situationen des Lebens, welche über die Bewegung spielerisch geprobt, erfahren und verarbeitet werden können. Die in diesen Situationen erworbenen Fähigkeiten können als Vorbereitung zur praktischen Lebensmeisterschaft dienen.“ Vogel betont, dass „gerade für Kinder die „Erprobung des Ernstfall Lebens“ im Tanz wichtig, das soziale Grunderfahrungen, welche das zwischenmenschliche Leben bestimmen, im Tanz spielerisch durchlebt werden können.“ (Vogel, 2004, S. 308)

Große- Jäger führt an, dass „zwischenmenschliche Beziehungen durch das Tanzen auf eine besondere Art erfahren und gefördert werden: Zuneigung kann vertieft, Abneigung abgebaut werden.“ (Große- Jäger, 1988, S. 5) Witosznskyj betont ebenso, dass „ soziales Lernen alle Lernvorgänge erfasst, bei welchen zwischenmenschliche Beziehungen eine Bedeutung haben. Tänzerische- musikalische Erziehung hat im sozialen Bereich das Ziel, das Kind in seiner Kommunikation mit der

Umwelt zu sensibilisieren und es somit in seiner Fähigkeit zur Zusammenarbeit mit Partnern und einer Gruppe zu fördern.“ (Witosznskyj, 2006, S.14)

Abschließend möchten wir die Ausführungen von Zimmer wiedergeben, die zu der Ansicht kommt, dass „Kinder Kinder brauchen, um in eine soziale Gemeinschaft hineinwachsen zu können.“ Zimmer führt hier „die altersgemischten Gruppen an, die die Chance bieten, sich gegenseitig zu helfen, voneinander zu lernen und sich auf die jeweiligen Fähigkeiten jüngerer oder älterer Kinder einzustellen.“

(Zimmer, 2004, S. 35)

Zusammenfassend können wir feststellen, dass Tanz im sozialen Bereich vor allem folgende Fähigkeiten fördert:

- Fähigkeit zur Eingliederung in die Gruppe
- Fähigkeit zur Toleranz, andere Meinungen akzeptieren und respektieren
- Mitgefühl und Rücksichtnahme
- Stärkung des Selbstvertrauens
- Abbau von Hemmungen
- Schulung der Kontaktfähigkeit
- Förderung des Gemeinschaftsgefühls
- Konkurrenzdenken wird abgebaut
- Verzicht lernen(warten können, wenn man nicht gleich dran kommt)
- Sich jemanden anvertrauen, sich entscheiden lernen

Literaturverzeichnis

- Bergmann, B.: Lernen durch Tanzen. Ein körperorientierter Lernansatz für Kinder nach Montessori. Weinheim und Basel: Beltz Verlag, 2. Aufl.2006.
- Dietel, G.: Wörterbuch Musik. München: Bärenreiter- Verlag, dtv 2000.
- Edleditsch, H.: Entdeckungsreise Rhythmik. Grundlagen, Modelle und Übungen für Ausbildung und Praxis. München: Don Bosco Verlag 1998.
- Große- Jäger, H. (1992): Tanzen in der Grundschule. Boppard/Rhein: Fidula Verlag, 3.Aufl.
- Hirler, S. (1998): Kinder brauchen Musik, Spiel und Tanz. Münster: Ökotoxia Verlag.
- Schneider, K.: Alle Kinder tanzen gerne. Wie Tanzen Kinder fördert und erfüllt. Wiesbaden: Beust Verlag 2004.
- Vogel, C.: Tanz in der Grundschule. Augsburg: Wißner- Verlag 2004.
- Witosznskyj, E., Schneider, M.,Schindler, G. (2006): Erziehung durch Musik und Bewegung. Wien: ÖBV, 3. Aufl.
- Zimmer, R.: Handbuch der Psychomotorik. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder 2006.
- Zimmer, R. (2002): Spielformen des Tanzes. Vom Kindertanz bis zum Rock`n Roll.

Dortmund: Verlag modernes Lernen, 5. Aufl.

- Zimmer, R. (2004): Handbuch der Bewegungserziehung.
Freiburg im Breisgau: Herder.

Nachschlagewerke:

- ❖ Brockhaus Musik: Mannheim 2001, S.782