



## Vom Nachmachen zum Gestalten im Afrikanischen Tanz Gestaltungsaufgaben mit einfachen Bewegungsmotiven

Susanne Ganz, Schulleiterin der Weber-Schule, aus einer Veröffentlichung in "Sportpädagogik" (Zeitschrift für Sport, Spiel und Bewegungserziehung) im Oktober 2004

**Die Trommel ruft: Afrikanische Rhythmen motivieren die Schülerinnen und Schüler sehr. Weil es kein Richtig oder Falsch gibt, kann jeder die Bewegungsmotive individuell ausführen. Schnell haben die Schüler grundlegende Motive gelernt und können dann selbstständig Gestaltungsaufgaben lösen.**



Die methodische Vorgehensweise des Vor- und Nachmachens bietet sich vor allem bei Tanztechniken an. Auf dieser Basis kann meinen Erfahrungen zufolge erst ein Bewegungsrepertoire geschaffen werden, mit dem dann anschließend der Einstieg in einen eigenen kreativen Prozess möglich wird.

Als oberstes Ziel gilt: Das Nachmachen und Erlernen von Bewegungen anderer soll ohne den Verlust der eigenen Individualität erfolgen. Afrikanischer Tanz wird nur durch bestimmte Bewegungsprinzipien charakterisiert, so kann jeder die Bewegungen persönlich interpretieren. Es gibt kein richtig oder falsch wie wir es aus anderen Tanztechniken kennen, etwa die

Fußstellungen im Jazz-Tanz. Die Bewegungen haben eine bestimmte Form, können aber in diesem Rahmen sehr unterschiedlich gestaltet werden.

Afrikanischer Tanz ist sehr geeignet für das Kennen lernen neuer Bewegungsformen mit Hilfe des Nachmachens sowie für den gestalterischen Umgang mit den erlernten Bewegungen.

Trommelmusik motiviert die Schülerinnen und Schüler sehr; durch die im Vergleich zu anderen Tanzstilen technisch weniger anspruchsvollen Bewegungsmotive eignet sich der Afrikanische Tanz besonders gut für weniger Geübte und Tanzerfahrene. Die Chancen, auch Jungen für den Tanz zu begeistern, sind hier besonders gegeben. Dies entbindet die Lehrkraft jedoch nicht von der Aufgabe, die Wirkungen von Tanz und Musik auf die Lerngruppe zu antizipieren.

### Einsteigen ins Tanzen

Das Aufwärmen erfolgt in der offenen Aufstellung oder im Kreis. Die Kreisauflistung passt am besten zum Afrikanischen Tanz. Zudem ist so die Motivation für das gemeinsame Tanzen in der Regel größer. Die offene Aufstellung dagegen verhindert die Probleme mit links und rechts, außerdem kann die Lehrkraft leichter korrigieren.

Zuerst wird der Rhythmus der Musik aufgenommen, dann werden nacheinander alle Körperteile durch Isolationsbewegungen, Shakes zur Lockerung (Schüttelbewegungen z. B. der Schultern oder der Arme) oder Wellenbewegungen erwärmt. Im Anschluss daran werden schon hier die ersten Motive für den späteren Tanz aufgegriffen und erarbeitet, so dass der Übergang zur Kombination fließend ist und in der Stunde keine Brüche entstehen. Die



tänzerische Folge entwickelt sich logisch aus dem Aufwärmen, so dass die Schülerinnen und Schüler von allein zum Tanzen kommen. Die Musik sollte ein mittleres Tempo haben (siehe DVD).

## **Erarbeitung der Tanzmotive**

Der Übergang zur Erarbeitung der Tanzmotive verläuft fließend. Von den Bewegungen am Platz geht es in die Fortbewegung. Dabei werden nacheinander die Motive des jeweiligen Tanzes vermittelt. Je nach Leistungsstand der Gruppe kann die Vorgehensweise unterschiedlich sein. Fortgeschrittenen können Motive auch als Ganzes vermittelt werden, Anfängern jedoch eher analytisch-synthetisch. Demnach werden zuerst die Schritte erarbeitet - je nach Komplexität im halben Tempo der Musik. Dann werden die Armbewegungen gezeigt; dies wiederum isoliert bei komplexen Bewegungen bzw. bei einfacheren Motiven mit den Schritten zusammen. Auch diese Vorgehensweise erfolgt zunächst im halben Tempo der Musik. Werden die zusammengesetzten Bewegungen gekonnt, erfolgt ein neuer Durchgang im Tempo der Musik. Die Elemente sollten bezüglich des Tempos, Charakters und der Übergänge zusammenpassen.

### **Motive benennen**

Alle Bewegungen im Afrikanischen Tanz haben eine Bedeutung, die beim Erlernen benannt werden sollte. So symbolisieren Bewegungen zum Himmel meist "Dank" (DVD), Elemente zum Boden häufig "Erntebewegungen" (DVD), Armbewegungen zum Körper und vom Körper weg bezeichnen in der Regel "Nehmen" und "Geben", und Sprünge stehen für verschiedene "Tiere" oder "Freude". Gibt es Bewegungen, deren Bedeutungen unbekannt sind, bietet es sich an, eigene Begriffe und Bilder zu erfinden. Hier sind der eigenen Fantasie keine Grenzen gesetzt. Der Vorteil der Namensgebung von Bewegungen liegt nach meiner Erfahrung in der leichteren Antizipation. Erarbeitet man eine Kombination und ruft während des Tanzens die Bedeutungen der Bewegungen in die Gruppe, werden diese schneller umgesetzt und auch behalten. Der Charakter der Bedeutung erleichtert auch das Nachmachen. Der Unterricht lässt sich leichter gestalten, denn die Bewegung wird mit dem Bild gekoppelt, so dass wortreiche Bewegungsbeschreibungen und Hinweise entfallen.

Eine weitere Hilfestellung im Vor- und Nachmachen sind Klatschen und die Verbalisierung. So können Motive in ihrem Rhythmus und den Betonungen nach- bzw. mitgeklatscht oder gemeinsam zum Tanzen gesprochen werden ("tam-to-ta-, Schritt-Schritt-Hop").

### **Weitere Hilfen**

Die Bewegungsmotive sollten immer früh genug angesagt werden, am besten mit dem jeweiligen Bild und der Richtung rechts bzw. links. Leichter ist es, wenn alle Bewegungen gleich oft wiederholt werden, z. B. viermal oder achtmal. Meist entspricht dies ohnehin der Phasierung der Musik. Am Ende einer Stunde sollten die Beine immer gedehnt, gelockert und der ganze Körper entspannt werden.



## Beispiele für Gestaltungsaufgaben

Die Brücke vom Vormachen und Nachmachen zum Gestalten lässt sich im Afrikanischen Tanz m. E. erst schlagen, wenn ein Bewegungsrepertoire vorliegt. Dann können Einzel- oder Gruppenaufgaben, z. B. unter dem Aspekt Raum, Frage/Antwort, Kontrast gestellt werden, aus denen die Schüler eigene Choreografien entwickeln können.

### Gestaltungsaufgabe "Raum"

Gruppenaufgabe: aus acht Elementen mindestens vier auswählen und in der Gruppe im Raum gestalten (DVD). Je nach Größe der arbeitenden Gruppe können z. B. verschiedene Raumformen gewählt werden wie der Kreis, die Linie, ein Dreieck usw. Die Schüler können sich aufeinander zu, voneinander weg, gleichzeitig oder im Kanon bewegen. Sie sollen einen klaren Anfang und ein klares Ende des Tanzes gestalten, möglichst vielseitige Variationen finden und die gewählten Motive sinnvoll und fließend aneinander reihen. Die Arbeitsergebnisse werden später der restlichen Gruppe gezeigt, so dass der Bühneneffekt praktisch erlebt werden kann.

Man sollte den Schülern aber auch immer die Möglichkeit einräumen, zusätzlich eigene Motive zu entwickeln. Oft werden die afrikanischen Bewegungsprinzipien sehr schnell verstanden; schon durch die Abwandlung von Armbewegungen entstehen neue Motive.

### Gestaltungsaufgabe "Frage-Antwort"

Bekannte Bewegungen werden zu einem Zwiegespräch gestaltet. Dabei führt der eine Partner eine Bewegung aus, auf die der andere mit einer zweiten Bewegung antwortet. Dabei steht der kommunikative Aspekt und die Rücksichtnahme auf den Bewegungsgesprächspartner im Vordergrund (DVD).

Hier sollte die Lehrkraft die Motive vorgeben, allerdings wieder mit der Option, sie zu erweitern. Dabei bieten sich Motive mit verschiedenen Charakteren an, etwa tiefbetonte (Bewegungen zum Boden) und hochbetonte (Bewegungen zur Decke oder auch Sprünge) oder kraftvolle (Bewegungen aus Kampftänzen) und weiche, fließende Bewegungen. In jedem Fall sollten sie kontrastierend sein, da dies die Entwicklung eines Bewegungsgesprächs einfacher und für den Zuschauer verständlicher macht.

Zunächst erscheint die Aufgabe gleich zu sein mit der Folgenden (s. u.) zum Thema Kontrast. Doch durch die typischen Merkmale, die ein Gespräch ausmachen, wird der Unterschied sehr schnell deutlich. Beim Thema Kontrast finden die kontrastierenden Bewegungen der Tanzenden gleichzeitig statt, so dass der Kontrast sofort deutlich wird. Beim Thema Frage-Antwort bewegt sich immer nur ein Teil der Gruppe, während die anderen im Grundrhythmus bleiben und "zuhören".

Charakteristische Merkmale eines Gesprächs (z. B. wenn einer spricht, hört der andere zu; die Gesprächsteilnehmer sind abwechselnd aktiv; es gibt einen Gesprächsanfang und ein Ende usw.) sollten im Vorfeld kognitiv erarbeitet worden sein. Die Aufgabe kann in Partnerarbeit aber auch mit mehreren stattfinden. Anfangs ist die Partnerarbeit hier einfacher und bewegungsintensiver.

Das Gespräch kann beispielsweise so verlaufen, dass einer nur tiefbetonte Motive wählt und der andere mit hochbetonten antwortet. Die Motive können aber auch gemischt werden, oder die Antwort erfolgt mit der gleichen Bewegung, die der Partner vorgegeben hat, als Zeichen der Einigung.



## **Gestaltungsaufgabe "Kontrast"**

Aus bekannten Elementen sollen kontrastierende ausgewählt werden, Hoch- und Tiefbewegungen oder weiche und kraftvolle Bewegungen können miteinander kombiniert werden (DVD). Dies kann als Frage-Antwort oder als Kombination (Verbinden der Motive zu einem Tanz) erfolgen. Das Thema Kontrast lässt sich später sehr gut in die choreografische Arbeit mit Raum und Bühne einbauen.

Hier lernen die Schüler viele Aspekte, die für eine gelungene Präsentation wichtig sind: Präsenz, Exaktheit und Synchronizität in Raum, Zeit und Dynamik. Eine Choreografie braucht einen deutlichen Anfang und ein klares Ende sowie einen Spannungsbogen. Sie sollte variationsreich sein, wobei die Ebenen im Raum (hoch, mittel und tief) mit einbezogen werden können. Da mit kontrastierenden Bewegungen gearbeitet wird, ergeben sich viele der oben genannten Aspekte schon fast von allein. Der Schwerpunkt in dieser Aufgabe liegt deutlich mehr auf der Bewegungsqualität und dem Ergebnis als auf der Exploration mit afrikanischen Elementen. Daher bietet es sich an, ein solches Gestaltungsthema eher an das Ende einer Unterrichtsreihe zu stellen. Das durch Nachmachen erworbene Bewegungsrepertoire stellt den entscheidenden Fundus dar.

Susanne Ganz ist Schulleiterin und Lehrerin an der Weber-Schule, Berufskolleg, Berufsfachschule für Gymnastik, Fachschule Motopädie, Ausbildungsinstitut Tanzpädagogik in Düsseldorf.

## **Bewegungsprinzipien des afrikanischen Tanzes**

### **Erdung**

Das Tanzen erfolgt barfuß auf der ganzen Fußsohle mit leicht gebeugten Knien. Dadurch verlagert sich der Körperschwerpunkt nach unten. Ein unmittelbarer Kontakt zur Erde (im spirituellen Sinn zu den Ahnen) wird hergestellt.

### **Isolationsbewegungen**

Arme, Kopf, Rumpf, Schultern oder Beine werden isoliert und unabhängig voneinander bewegt.

### **Polyzentrik**

Mehrere Körperzentren bewegen sich gleichzeitig, aber unabhängig voneinander.

### **Polyrhythmik**

Mehrere Körperzentren bewegen sich gleichzeitig und unabhängig voneinander, aber in verschiedenen Rhythmen.