

## Bewegung und Tanz

Elke Hirsch

Bewegung und Tanz gehören in der Schule auf den ersten Blick wohl immer noch eher in die rhythmische Erziehung des Musik- und Sportunterrichtes als in den Religionsunterricht, und auch in der Gemeindearbeit vermutet man Tanz zuerst bei den Seniorinnen und Senioren oder vielleicht im Kindergottesdienst. Zwar enthalten die Lehrpläne der verschiedenen Schulformen Hinweise auf dieses Medium, doch in den Religionsbüchern beider Konfessionen beschränken sich die praktischen Vorschläge meist auf (pantomimische) Bewegungen zu Liedern, oder es findet sich die pauschale Aufforderung: »Macht dazu einen Tanz.« Ähnlich sieht es auch in der Literatur für die gemeindepädagogische Arbeit aus.

Doch gerade mit Bewegungen, Gebärden und Tanz als den ältesten uns zur Verfügung stehenden Ausdrucks- und Kommunikationsformen erschließen sich im Religionsunterricht und z.B. im Konfirmanden- oder Kommunikationsunterricht ganzheitliche und erfahrungsorientierte Handlungswege. Emotionales, soziales und religiöses Lernen und Erleben vollzieht sich dabei ebenso wie z.B. beim Verklanglichen einer biblischen Geschichte oder ihrer bildnerischen Darstellung, wie beim Erzählen und Spielen, bei Pantomime oder ähnlichen darstellenden Formen.

Gemeinsamer Religionsunterricht behinderter und nichtbehinderter Schülerinnen und Schüler und integrative Gemeindepädagogik brauchen solche methodische Vielfalt, damit die Individualität der Einzelnen gestärkt und zugleich die Gemeinschaft im Miteinander der Verschiedenen gefestigt werden kann. Deshalb gehören Bewegung und Tanzen sowohl in den Religionsunterricht als auch in gemeindepädagogische Handlungsfelder, denn sie fördern

- die Freude am gemeinsamen Tun - an Musik und Bewegung - an Text und Bewegung - an Musik und Text und Bewegung;
- die Sensibilisierung für den eigenen Körper;
- die Konzentrationsfähigkeit - das Vorstellungsvermögen - das Formverständnis;
- die Ich-Stärkung, die Flexibilität und Spontaneität;
- die Kommunikationsbereitschaft, die Toleranz gegenüber anderen.

Die religiöse Dimension von Bewegung und Tanz wird darüber hinaus besonders deutlich, wenn biblische Texte, Bilder und Symbole darin ihren Ausdruck finden. Auf nonverbale Weise kann im Tanz von Gott erzählt, mit dem ganzen Körper Lob und Dank, aber auch Bitte oder Klage bewegend »gesprochen« werden. Bewegung und Tanz sind also auch Formen des Sprechens mit und zu Gott und des Erzählens von Gott - Gebet und Antwort auf Gottes Wort.

Davon erzählt die Bibel in vielen eindrücklichen Beispielen, wie in Psalm 30,12: »Du hast meine Klage verwandelt in Tanzen.« - Psalm 104,33: »Ich

will dir singen, solange ich lebe, ich will dir spielen, solange ich bin.« – Psalm 150,3–5: »Lobt ihn mit dem Schall der Posaunen; lobt ihn mit Psalter und Harfe! Lobt ihn mit Handpauken und Reigen.« 2 Sam 6,5; 14: »David aber und das ganze Haus Israel tanzten mit aller Macht vor dem Herrn her, mit Liedern, mit Harfen und Psaltern, mit Pauken, Schellen und Zimbeln.« Ex 15,20: »Da nahm Mirjam, die Prophetin, Aarons Schwester, eine Pauke in ihre Hand, und alle Frauen folgten ihr nach mit Pauken im Reigen.«

Damit Tanz als »Beten mit dem Körper« im Rahmen integrativer religionspädagogischer Arbeit für Unterrichtende und Teilnehmende zu einer besonderen Erfahrung werden kann, sind einige praktische und methodische Überlegungen hilfreich:

- Der/die Unterrichtende muss zunächst seine/ihre eigene Bereitschaft zum Tanzen und die eigenen Bewegungsfähigkeiten und -möglichkeiten einschätzen, denn er/sie kann sich beim Tanzen nicht zuschauend ausschließen.
- Schon bei der Überlegung, welche Bewegungen/Gebärde/welcher Tanz in Frage kommen könnten, sollten die unterschiedlichen Bewegungsmöglichkeiten, Behinderungen und somit auch Grenzen beim Mittun der Schüler und Schülerinnen im Blick sein.
- Anregungen zum freien Bewegen und Tanzen oder Anleitungen zum Tanzen zu Liedern und Kanons sowie zu Instrumentalmusik nach einer vorgegebenen Choreografie müssen den Schülerinnen und Schülern einfach und verständlich vermittelt werden, sodass keine langen Übungsphasen nötig sind und die Freude an der Bewegung im Vordergrund bleibt. Das setzt voraus, dass der/die Unterrichtende sich Tänze nach vorgegebenen Choreografien zunächst selbst »einverleibt«, um sie dann sicher anderen beibringen zu können. Mit einem Repertoire an Grundbewegungen und Schrittararten können Schülerinnen und Schüler dann auch selbst einfache Tänze gestalten.
- Die meisten Tänze werden im Kreis getanzt. Dabei stehen alle im gleichen Abstand von der Mitte, auch wenn sich der Kreis weitet oder verengt. Schülerinnen und Schülern fällt es zu Beginn schwer, einen Kreis zu bilden, der auch während des Tanzens rund bleibt. Deshalb ist es hilfreich, die Mitte besonders zu kennzeichnen. Sie ist der ruhende Pol und wird optisch sichtbar gemacht mit einer Kerze, mit Blumen und Zweigen oder Gegenständen, die einen thematischen Bezug haben.
- Klassen- oder Gruppenräume sind oft wenig geeignet fürs Tanzen, denn sie stehen voller Mobiliar, ein Kreis lässt sich da kaum bilden. Das Ausweichen in einen anderen Raum ist mit zeitlichem Aufwand und meist mit Unruhe verbunden. Mit diesen Vorgaben wird oft gegen das Tanzen im Unterricht oder in einer Gruppenstunde argumentiert. Doch wem das Tanzen mit einer Klasse oder Jugendgruppe wichtig ist und wer es ausprobiert hat, wird das Umräumen gern in Kauf nehmen.
- Nicht alle Schülerinnen und Schüler werden zwar die Begeisterung fürs Tanzen sofort teilen, aber die Erfahrung zeigt, dass bei einer behutsamen Hinführung Hemmungen oder Ablehnung abgebaut werden können. Das geschieht vor allem, wenn Schülerinnen und Schüler zunächst in spielerischer

scher Form die unterschiedlichen Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten des eigenen Körpers wahrnehmen: Arme, Hände, Beine, Füße, Kopf, Oberkörper usw. – jede/r hat andere Stärken, sich damit zu bewegen. Indem sie die Arme ausbreiten, sich drehen oder einen kleinen Kreis gehen, nehmen sie im allgemeinen Raum ihren persönlichen Raum ein. Zur Musik gehen sie einzeln durch den Raum, drücken dabei unterschiedliche Befindlichkeiten aus; ihre Wege kreuzen sich, Begegnung findet statt – Einander wahrnehmen, anschauen und anfassen verbindet sie zu gemeinsamem Tun. Verschiedene Raumwege werden gemeinsam gegangen zu zweit, zu dritt oder durchgefasst zu einer langen Reihe, die sich in die Spirale ein- und ausdreht, den Weg eines Labyrinthes nachschreitet und schließlich im Kreis endet.

Das alles dient der Vorbereitung auf einfache Lied- und Kanontänze. Bei diesen geht es jedoch nicht darum, den Text pantomimisch in Bewegung umzusetzen, sondern ihn in den sich wiederholenden Schrittfolgen mitschwingen zu lassen. Auch Arme und Hände können durch Gesten in dieses Mitschwingen einbezogen werden.

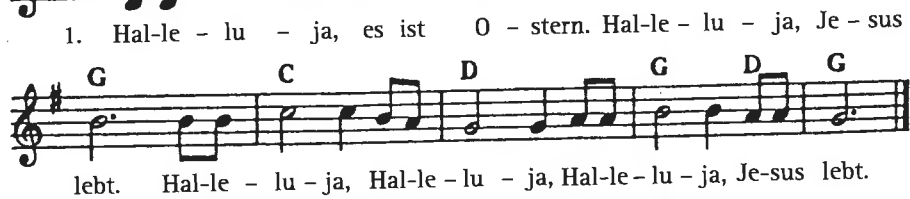
Ein einfacher Tanz entsteht, wenn alle im Kreis in Tanzrichtung (TR) nach rechts gehen mit der bildlichen Vorstellung der Sonne entgegen, »gegensonnen« – in Gegentanzrichtung (GTR) nach links »mitsonnen« – in die Mitte – aus der Mitte zurück. Eine Drehung um die rechte und/oder linke Schulter, wechselseitige Gewichtsverlagerung über die eigene Mitte hinaus nach rechts und links zur Seite oder vor- und rückwärts (Wiegeschritte) sind weitere Differenzierungen, ebenso wie Gesten und Gebärden mit Armen und Händen.

Für eine ausführliche Beschreibung bestimmter Tanzformen, Schrittarten, Fassungen und Gebärden sowie vertiefende Hinweise zu thematischer Anbindung eines Tanzes im Unterricht sei auf die weiterführende Lektüre verwiesen.

Abschließend sollen an einem Liedtanz-Beispiel verschiedene Gestaltungsmöglichkeiten entfaltet werden:

### Halleluja, es ist Ostern

(Melodie und Text: Gertrud Lorenz, in: Mit Kindern Ostern entgegen, 3. Aufl. Freiburg u. a. 1992, 5. und 6. Strophe: E. Hirsch, Tanzvorschläge: E. Hirsch)



2. Freut euch alle, es ist Ostern. Freut euch alle, Jesus lebt.  
Halleluja, Halleluja, Halleluja, Jesus lebt.

3. Singet alle, es ist Ostern ...
4. Klatschet alle, es ist Ostern ...
5. Tanzet alle, es ist Ostern ...
6. Sagt es allen, es ist Ostern ...

Bevor zum Lied getanzt wird, werden zunächst die Melodie und der Text gelernt. Da sich in diesem Beispiel von Strophe zu Strophe nur wenige Worte ändern und die Melodie einfach und eingängig ist, ergeben sich dabei kaum Schwierigkeiten. Erst wenn alle mit der Melodie und dem Text vertraut sind, kommen Bewegung und Tanz hinzu, z. B.:

1. Eine oder mehrere Reihen ziehen singend durch den Raum/die Kirche. Das Tempo wird von dem/der Unterrichtenden vorgegeben. Es richtet sich nach den Bewegungsmöglichkeiten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Auf diese Weise wird niemand ausgeschlossen, sondern alle sind in ihrer Verschiedenheit ein Teil des Ganzen. Methodische Hinweise sind nicht notwendig. Hier kommt es nicht auf Genauigkeit an. Die Osterfreude wird mit Lied und Tanz ausgedrückt. Diese Tanzform eignet sich für einen Schulgottesdienst oder Familiengottesdienst, an dem viele Kinder und Erwachsene teilnehmen. Das gilt auch für den folgenden einfachen Kreistanz. Zusätzlich zu den Schrittfolgen können hier die Arme beim Hineingehen in die Mitte nach oben schwingen und die Osterfreude unterstreichen. Tanzen viele mit, werden mehrere kleine Kreise gebildet.

2. Aufstellung: Alle stehen im Kreis, fassen sich an den Händen und schauen zur Mitte (Osterkerze!). Mit Beginn des Liedes wenden sich alle in die Tanzrichtung. Der Tanz beginnt mit dem vollen Takt.

Halleluja, es ist Ostern.      8 Schritte gegensonnen (in TR)  
Halle ...

... luja, Jesus lebt.              8 Schritte mitsonnen (in GTR)  
Halle ...

... luja, Halleluja,              4 Schritte zur Mitte  
Halle ...                              wiegen rechts-seit - links-seit

...luja, Jesus lebt.              4 Schritte zurück  
(2. Freut euch ...)              wiegen rechts-seit - links-seit  
in TR wenden und mit der 2. Strophe beginnen

### *Literatur*

- HIRSCH, ELKE, Kommt, singt und tanzt. Materialien für Schule und Gemeinde. Mit eingelegerter CD, Düsseldorf 21999.
- JESTÄDT, HANNELIE, Bewegung und Tanz im Familiengottesdienst: leibhaftig beten, Kevelaer u. a. 1996.
- MACHT, SIEGFRIED, In die Freiheit tanzen. Liedtänze für Schule, Freizeit und Gemeinde, Paderborn 1997.
- MACHT, SIEGFRIED, Mit Liedern tanzen. Der Liedtanz als Medium der Religionspädagogik. Ästhetik - Theologie - Liturgik, Bd. 11, Münster u. a. 2000.