Im Gespräch

«Beim Tanzen gibt es keine Gewinner»

Was hat das Tanzen in der Schule zu suchen? Sehr viel, sagt die Choreografin und Tanzpädagogin Lucía Baumgartner. Im Gespräch erklärt sie, wie man Kinder und Jugendliche zum Tanzen bringt, was sie dabei lernen und warum sich Präpositionen für den Einstieg besonders gut eignen.

Interview: **Jacqueline Olivier** Foto: **Dieter Seeger**

Wann und wie sind Sie zum Tanz gekommen?
Ich bin relativ spät zum Tanz gekommen. Während der Lehrerinnenausbildung am damaligen Seminar in Spiez unterrichtete uns die Tänzerin und Tanzpädagogin Annemarie Parekh einmal in der Woche im Freifach Tanz. Sie war eine Koryphäe. Ich hatte bis dorthin Jazztanz praktiziert, doch sie begeisterte mich für den Modern Dance und die Möglichkeit, die eigene Individualität einbringen zu können. Nach meinem Abschluss habe ich zunächst zwei Jahre lang im Berner Oberland als Primarschullehrerin unterrichtet, kam jedoch täglich nach Bern, um zu trainieren und mich für die Aufnahmeprüfung der London Contemporary Dance School vorzubereiten. Mit dem Master of Arts in Choreografie kam ich zurück in die Schweiz, um mit dem an die Schulen zu gehen, wofür mein Herz schlägt: für den Tanz.

Tanzangebote und -projekte für Schulen scheinen zu boomen. Welchen Platz nimmt der Tanz in den Schulen tatsächlich ein?
Gemäss meinen Beobachtungen wird der Tanz immer mehr zu einem Bestandteil der Schule. Das Tanzen steht zweimal im Lehrplan 21 – es ist sowohl im Sport als auch in der Musik verankert. Allerdings bedeutet dies nicht, dass es alle Lehrerinnen und Lehrer umsetzen. Viele von ihnen sind vermutlich während ihrer Ausbildung selbst kaum mit dem Tanz in Berührung gekommen. Darum holen sie lieber externe Fachleute in die Schule. Das ist durchaus eine Möglichkeit, denn als Lehrperson muss man nicht alles selbst abdecken. Und mittlerweile gibt es wirklich diverse gute Angebote. Trotzdem würde ich nicht von einem Boom sprechen.

Warum nicht?
Ich selbst stelle fest, dass es immer wieder dieselben Schulen sind, die sich für ein Projekt bei mir melden – weil sie für das Thema sensibilisiert sind oder mit einer früheren Klasse gute Erfahrungen gemacht haben. Natürlich kommen so immer wieder neue Klassen mit dem Tanzen in Berührung, aber es gibt eben auch Schulen, die nie ein solches Angebot nutzen. Das heisst, ob Kinder und Jugendliche in der Schule tanzen, steht und fällt oft mit einzelnen Lehrpersonen oder einem Schulteam.

> «Ich möchte die Lehrpersonen ermutigen, selbst Dinge auszuprobieren.»

Wie wählt man denn das passende Angebot für die eigene Klasse oder Schule aus?
Es gibt bei den Angeboten eine grosse Bandbreite, man sollte sich deshalb etwas Zeit nehmen, um sich zu informieren. Ausserdem lohnt es sich, zu überlegen, welches Angebot nah an der momentanen Lebensrealität der Jugendlichen ist. Damit ein Tanzprojekt gelingt, ist es wichtig, die Schülerinnen und Schüler dort abzuholen, wo sie stehen.

Und wie kann eine Lehrperson vorgehen, wenn sie selbst mit der Klasse tanzen will?
In der Unterstufe ist es meistens noch etwas einfacher, mit den Kindern zu tanzen, weil es Lehrbücher gibt, denen man entsprechende Ideen entnehmen kann. Tanz zu beschreiben, ist allerdings schwierig. Umgekehrt reicht es nicht, im Lehrbuch nachzulesen, wie ein Tanzschritt funktioniert, und mit diesem theoretischen Wissen vor die Klasse zu treten. Das Tanzen muss man mit dem eigenen Körper erfahren, deshalb plädiere ich dafür, dass die Lehrpersonen zuerst eine Fortbildung oder einen Workshop besuchen. Dort bekommen sie ein paar Instrumente an die Hand, wie sie mit einer Klasse etwas Einfaches umsetzen können. Am besten das, was ihnen selbst im Workshop am meisten Spass gemacht hat, dann springt auch der Funke auf die Schülerinnen und Schüler über. Ich möchte die Lehrpersonen gleichzeitig ermutigen, selbst Dinge auszuprobieren.

Davor dürften viele Lehrpersonen Respekt haben.
Das stimmt, aber es ist nicht so schwierig, wie es klingt. Die wichtigste Voraussetzung bringen Lehrpersonen ohnehin mit: Sie sind es gewohnt, genau hinzuschauen, zu ermutigen, zu motivieren. Was sie zusätzlich mitbringen müssen, ist ein gutes Musikstück und Sattelfestigkeit darin, ein Metrum aus der Musik herauszuhören. Dann kann man sich an alltäglichen Dingen orientieren und anfangen, diese in Bewegung umzusetzen.

Können Sie ein Beispiel schildern?
Präpositionen eignen sich für den Anfang zum Beispiel sehr gut: oben, unten, auf, neben, vor – das sind alles räumliche Angaben, die man direkt in Bewegung umsetzen kann: Beide Hände oben, rechtes Bein vor, Kopf nach unten. Fügt man dies aneinander, ist man bereits am Tanzen. Und später können die Worte weggelassen werden. Man kann auch von Bewegungen ausgehen, die man vom Unterricht kennt, vom Werken, Nähen, Kochen. Es braucht sicher ein gewisses Vorstellungsvermögen, was man auf der Basis von solch einfachen Dingen entwickeln kann. Auf diese Weise kann man das Tan-

zen auch gut als kurze Sequenzen in den Unterricht einbauen, denn es braucht gar nicht immer ein grosses Projekt.

Sie sagen, in der Unterstufe sei es einfacher, zu tanzen, was heisst das für die Oberstufe?

Auf der Oberstufe müssen sich Lehrpersonen sicher oft mehr überwinden, um mit den Jugendlichen zu tanzen. Erstens, weil auf dieser Stufe andere Fächer stärkeres Gewicht haben als die Musik und die Fachlehrpersonen ihren Stoff durchbringen müssen. Und zweitens sind Jugendliche oft gehemmt, wenn es um Bewegung und Tanz geht. Auf dieser Stufe kann es hilfreich sein, externe Tanzvermittlerinnen und -vermittler beizuziehen.

Sie sind als Dozentin an der Pädagogischen Hochschule Bern tätig. Was lernen angehende Lehrerinnen und Lehrer bei Ihnen im Bereich Tanz?

Ich unterrichte angehende Musiklehrerinnen und -lehrer auf Sekundarstufe I in «Bewegen und Tanzen». Im Grundstudium lernen die Studierenden erst einmal ihren Körper als Instrument kennen und einzusetzen – vormachen, nachmachen, improvisieren sowie einfache Tanzsequenzen und Choreografien umsetzen. Für die Masterstudierenden geht es dann darum, das «Bewegen und Tanzen» gemäss den angestrebten Kompetenzstufen im Musikunterricht zu implementieren.

Den Körper als Instrument einsetzen – was bedeutet das?

Letztlich geht es darum, was der Körper in Koordination einzelner Körperteile und im Zusammenspiel mit der Umgebung alles ausdrücken kann. Ich beginne oft damit, den Körper mit Bewegung zu erkunden: Welche Körperteile haben wir? Schultern, Kopf, Hüfte, Arme, Beine und so weiter. Es geht dabei nicht um die intellektuelle Ebene, sondern wir wärmen die einzelnen Körperteile auf und nehmen sie dadurch bewusst wahr. Und wenn man mal weiss, welche Körperteile man hat, kann man anfangen, sie im Raum zu bewegen: vorwärts, rückwärts, seitwärts, diagonal und so weiter. Dann kommt hinzu, auf welcher Ebene und mit welcher Anspannung man sie bewegt – kontrolliert und mit Kraft oder sehr frei und locker, leicht oder schwerfällig. So kann man schliesslich ganze Abläufe kreieren und den Körper gezielt einsetzen.

Der Raum spielt für den Tanz also auch eine Rolle?

Eine sehr grosse sogar. Im Kindergarten und auf der Unterstufe haben Kinder beispielsweise oft Mühe mit dem Raum- und Richtungssinn oder damit, sich rückwärtszubewegen. Die Raumwahrnehmung ist bei kleineren Kindern noch wenig entwickelt. Wenn ich im Kindergarten oder in der 1. Klasse sage, alle sollen sich einen Platz suchen, stellen sich immer alle ganz nah nebeneinander. Dann strecken sie ihre Arme nach verschiedenen Seiten aus und merken, dass sie sich dabei in die Quere kommen. Es braucht sehr viel Zeit, bis sich die Kinder so aufstellen, dass sie genügend Platz haben, um sich frei zu bewegen. Und schon zwei Minuten später stehen sie alle wieder eng zusammen oder bei mir. Die Raumwahrnehmung muss man mit den Kleineren erst einmal trainieren.

Warum ist die Raumwahrnehmung für das Tanzen so wichtig?

Je besser die Raumwahrnehmung der Kinder, desto mehr trauen sie sich zu und können ihren Körper differenzierter einsetzen, was zu originelleren Bewegungen führt. Dadurch bekommen sie Lust, diverse Möglichkeiten zu erkunden. Punkto Bewegungsfähigkeiten gibt es aber dennoch grosse Unterschiede. Nach all den Jahren, in denen ich mit Kindern arbeite, sehe ich recht schnell, welche Kinder bewegungsmässig grundsätzlich gefordert sind und welche diesbezüglich weniger Mühe haben, weil sie vielleicht Fussball spielen. Wer Sport macht, kann beispielsweise Arm- und Beinbewegungen oft besser koordinieren als andere.

Kinder, die in ihrer Freizeit Sport treiben, sind beim Tanzen also im Vorteil?

Sie können im Vorteil sein, ja. Beim Sport ist es jedoch so, dass die Bewegung meistens eine Funktion und eine Absicht hat: Wer flinke Beine hat, kann den Ball besser kicken. Beim Tanzen hingegen geht es nicht um eine Funktion, sondern um Intuition, Ausdruck, Taktgefühl. Einen Unterschied merkt man deshalb auch bei den Kindern, die ein Instrument spielen, sie verfügen über eine gewisse Musikalität und merken, die Musik hat ein Metrum, einen Puls. Natürlich gibt es auch Kinder, die nie in Kontakt waren mit Musik oder keinen Sport treiben und beim Tanzen trotzdem lustvoll unterwegs sind. Gleichzeitig gibt es Klassen, in denen die Kinder ▸

Lucía Baumgartner (52) ist Choreografin, Tanzvermittlerin und -pädagogin und künstlerische Leiterin der Tanzcompagnie «inFlux». Nach ihrer Ausbildung zur Primarlehrerin studierte sie an der London Contemporary Dance School, wo sie mit einem Master of Art in Choreografie abschloss. Später absolvierte sie ein weiteres Studium in Arbeits- und Organisationspsychologie. Seit bald 25 Jahren profitieren Schulklassen von ihren Schultanzangeboten wie etwa «Das tanzende Klassenzimmer». Für das internationale Tanzfestival Steps war sie wiederholt für das Unterrichtskonzept der Schulvorstellungen mitverantwortlich. Sie ist Initiantin und Co-Leiterin des nationales Tanzfests in Thun, seit 2022 mitverantwortlich für die Tanz-Programmation im Stadttheater Langenthal und seit August 2023 als Dozentin Musik Sek I, Schwerpunkt «Bewegen und Tanzen», an der Pädagogischen Hochschule Bern tätig. Lucía Baumgartner wurde mehrfach ausgezeichnet, 2024 erhielt sie den Kulturvermittlungspreis des Kantons Bern.

es nicht einmal merken, wenn ich die Musik abstelle.

Das heisst, die Unterschiede sind gross. Wie kann man da allen Kindern gerecht werden?

Ich persönlich gehe gerne an Orte, wo die Kinder nicht schon übersättigt sind. Dort, wo viele Kinder von zu Hause aus privilegiert sind, Sport treiben, ein Instrument spielen oder zum Ballettunterricht gehen, sind die Schülerinnen und Schüler oft etwas enttäuscht von dem, was ich mit ihnen mache, weil sie eine gewisse Vorstellung davon haben, was Tanz ist. Wo die Kinder hingegen nicht verwöhnt sind in Sachen Freizeitangebote, sind sie oft weniger voreingenommen und entdecken vielleicht sogar ein in ihnen schlummerndes Talent oder überhaupt ihre Freude an Bewegung. Wobei das Gefälle im Prozess selbst in der Regel dann nicht mehr so gross ist.

Wie meinen Sie das?

Ein Kind, das viel Bewegungserfahrung hat, dreht sich vielleicht origineller oder akrobatischer, aber alle Kinder werden merken: Sie können sich irgendwie drehen. Es können sich auch alle irgendwie strecken. Springen können vielleicht nicht alle, es kann sein, dass jemand im Rollstuhl sitzt. Aber alle anderen können einen Sprung machen, auch wenn sie nicht in einem Athletikverein aktiv sind.

Sie haben gesagt, manche Kinder seien enttäuscht von dem, was Sie mit ihnen machen. Wie gehen Sie denn bei ihren Projekten vor?

Genauso, wie ich das auch den Lehrpersonen empfehle: Ich beginne mit alltäglichen Bewegungen, die wir dann nach und nach stilisieren. Wir können zum Beispiel eine Choreografie am Pult machen, Dinge, die man sonst an einem Pult nicht macht, und dies zu Musik, so wird es zu Tanz. Oder ich sammle Ideen: Jede Schülerin, jeder Schüler macht eine Pose vor und die anderen machen sie nach. Dann beginnt man, diese Posen miteinander zu kombinieren und weitere Elemente dazwischen zu bauen: Richtungswechsel, Levelwechsel, Tempovariationen und verschiedene Rhythmen. Zusammen mit Musik wird daraus ein Tanz.

Wie wichtig ist es, eine Choreografie nicht einfach vorzugeben, sondern gemeinsam mit den Kindern oder Jugendlichen zu entwickeln?

Sehr wichtig. Indem man jede und jeden dort abholt, wo er oder sie steht, oder indem man die Ideen der einzelnen Kinder aufnimmt und miteinander verknüpft, erkennen sich die Schülerinnen und Schüler im Resultat wieder. Die Autorenschaft der Choreografie ist geteilt. In einem zweiten Schritt kann man die Choreografie dann sukzessive schwieriger gestalten, indem man zum Beispiel das Tempo erhöht, den Rhythmus verändert oder weitere Bewegungen einbaut. Ebenso sollte man darauf achten, eine gute Balance zwischen dem Vor- und Nachmachen und der Improvisation zu finden.

Warum braucht es diese Balance?

Es gibt Schülerinnen und Schüler, die sich beim Vor- und Nachmachen gestresst fühlen, weil es für sie zu schnell geht oder weil sie denken, es sehe bei ihnen sowieso nicht so cool aus wie bei jener Person, die es vormacht. Andere wiederum haben Stress beim Improvisieren, weil sie Hemmungen haben, sich intuitiv und völlig frei zu bewegen. Wenn sich die beiden Elemente abwechseln, können sich die einen beim Vor- und Nachmachen und die anderen beim Improvisieren entspannen und Spass haben. Wobei es bei der Improvisation hilft, einige Eckwerte vorzugeben, etwa dass man insgesamt zweimal acht Takte Zeit hat und drei Richtungswechsel vorkommen müssen. Wie diese Vorgaben umgesetzt werden, darf hingegen jede und jeder frei wählen.

Was können Kinder und Jugendliche abgesehen von der Bewegung im Raum beim Tanzen sonst noch lernen oder erfahren?

Vor allem bei längeren Projekten kann man beobachten, dass das Selbstwertgefühl der Kinder und Jugendlichen steigt – erst recht, wenn sie am Schluss mit dem Erarbeiteten vor Publikum treten, den Applaus entgegennehmen dürfen. Ein anderer wichtiger Punkt des Tanzens ist, dass man sich der Ausstrahlung des eigenen Körpers bewusst wird. Die Körperhaltung vermittelt eine Botschaft, mehr noch als Worte. Wenn man beispielsweise einen Vortrag hält oder sich für eine Lehrstelle vorstellt, ist die Körpersprache zentraler Bestandteil des Erfolgs. Beim Tanzen lernen die Schülerinnen und Schüler ausserdem, an etwas dranzubleiben und gemeinsam etwas zu kreieren, ohne zu wissen, wo das Ganze hinführt. Diesen vulnerablen Zustand muss man aushalten können, er ist Teil des kreativen Prozesses. Kreativ zu sein, heisst auch, neugierig zu sein, sich auf etwas Ungewohntes einzulassen und damit etwas zu erarbeiten, was einen bestärkt oder allenfalls verworfen oder umgestaltet wird.

Etwas gemeinsam zu kreieren, stärkt auch die Gemeinschaft. Dient das Tanzen auch der Gewaltprävention?

Dies kann sicher ein positiver Nebeneffekt sein. Trotzdem sollte man Tanzprojekte nicht mit dem Ziel der Gewaltprävention durchführen. Damit würde man das Tanzen für ein bestehendes Problem instrumentalisieren, und Tanzvermittlung ist keine Sozialtherapie. Ein Tanzprojekt ist ein Kulturprojekt, die Schülerinnen und Schüler sollen auf künstlerischer Ebene gefordert werden. Kinder und Jugendliche würden es merken, wenn man das Tanzen für etwas anderes instrumentalisieren würde, das Projekt verlöre dadurch an Glaubwürdigkeit. Was ebenfalls wichtig ist: Beim Tanzen gibt es keine Gewinner. Man entwickelt sich für sich selbst weiter.

Sprechen wir noch kurz über die Musik. Wie wählt man diese aus?

Auch da empfiehlt es sich, bei der Musik anzuknüpfen, welche die Kinder und Jugendlichen gerade hören. Manchmal hole ich vorgängig eine Hitliste der Klasse ab. Denn bezüglich Musikgeschmack gibt es grosse Unterschiede, die oft mit dem Ort oder der Schule zusammenhängen. Deshalb frage ich die Lehrperson vorab gern nach drei bis vier beliebten Songs, um einen Anhaltspunkt zu haben. Vielleicht verwende ich dann nicht genau diese Lieder, aber ich weiss ungefähr, wo die Schülerinnen und Schüler musikalisch stehen. Man darf dann aber auch nicht den Moment verpassen, wann ein Song für die Schülerinnen und Schüler kein Hit mehr ist, denn das kann schnell wechseln.

Vermutlich divergieren die musikalischen Vorlieben aber auch innerhalb der Klassen?

Das ist so, darum arbeite ich persönlich oft mit instrumentalen Versionen und weniger mit Liedern. Wichtig ist, dass diese Versionen ein klares Metrum haben. Ich verwende aber auch gerne mal ein klassisches Stück, das einen gewissen Groove hat. Wenn man jedoch am Anfang einen bei vielen beliebten Song wählt, fühlen sich zumindest diese Schülerinnen und Schüler schon mal angesprochen. Eine Zeitlang war beispielsweise der Geiger David Garrett vor allem bei den Mädchen extrem beliebt, und plötzlich konnte ich mit klassischer Musik kommen – Paganini oder Vivaldi –, nur weil ich gesagt habe, wer spielt. Vorher hätten mich alle skeptisch angeschaut, wenn ich etwas von Paganini erzählt hätte. Ich erachte es aber schon auch als meine Aufgabe, Musik mitzubringen, welche die Schülerinnen und Schüler nicht jeden Tag hören. Im Lehrplan steht schliesslich auch, dass die Jugendlichen verschiedene kulturelle Musikstile kennenlernen sollen. ■

«Die Raumwahrnehmung ist bei kleineren Kindern noch wenig entwickelt.»