

TANZEN UND TRÄUMEN

IN DER STÄDT. GRUNDSCHULE SIEPEN

Bewegt lernen- Schule für gesunde Bewegung und Fitness kommt zur Grundschule und tanzt und träumt mit den Grundschulkindern.

Ein bewegtes Tanz- und Entspannungsprogramm erwartet Ihre Kinder ab Herbst 2022 im Anschluss an den Schulunterricht. Hier wird Musik in Bewegung umgesetzt, Tanzschritte, coole Moves, Bodywaves, rhythmische Bewegungsfolgen nach langsamer oder auch schneller Musik erlernt. Bewegungsvielfalt- und -möglichkeiten, die die Kinder zum Mitmachen und Nachahmen motivieren, sie auch mal tüchtig ins Schwitzen bringen, das Herz-Kreislauf-System trainieren und die Koordination und Körperspannung steigern, stehen genauso auf dem Programm wie Phantasie Reisen, Igelballmassagen und andere Entspannungsmöglichkeiten zum Relaxen und Spannungen abbauen.

Was spricht für die Teilnahme am Unterricht "Tanzen und Träumen"?

Wir regen mit den Inhalten des Unterrichtes Ihr Kind zum bewegten Lernen an, in dem wir mit den Möglichkeiten, die uns das Tanzen (und Träumen) bietet, die Basissinne schulen. **Die Basissinne sind für das Lernen die Grundlage**. Mit "Tanzen und Träumen" werden genau diese Sinne immer wieder „gereizt“, also gefordert.

- Tanzen ist eine der wenigen Sportarten, in der Ihr Kind gezielt durch Schrittkombinationen und Richtungswechsel verschiedene geometrische Formen wie Kreise, offene Aufstellungen, Linien, Dreiecke innerhalb der Tänze oder beim Üben der Tänze erlebt. Geometrie wird hier für Ihr Kind im Großen erlebbar-> kinästhetischer Sinn.
- Durch den Einsatz von Musik, dem Erleben des Taktes, Klatschen, Schnippsen usw. wird Rhythmus erlebt.
- Beim Tanzen nimmt Ihr Kind seinen Körper z.B. beim Techniktraining in isolierten Bewegungen, wahr und erfährt dabei viel über seinen eigenen Körper, z.B. Welche Muskeln muss ich anspannen um aufrecht zu sitzen oder um meine Beine zu strecken? -> Körperwahrnehmung/Körperschema/Selbsterfahrung/Körpererfahrung.
- Durch das Wiederholen der erlernten Tänze erlebt Ihr Kind: "Übung macht den Meister". Je öfter es das Erlernte wiederholt, um so leichter wird es Zusammenhänge, hier Bewegungsabfolgen behalten: Einspeichern von Erlerntem -> Lernen lernen.
- Koordination, Gleichgewicht, Gewandheit, Ausdauer, Bewegungserfahrung beim Aufwärmen, Techniktraining, Einüben des Erlernten, Tanzen von kompletten Tänzen.

Wie lernen Kinder?

Kinder lernen vor allem durch beobachten, experimentieren, ausprobieren, kreativ sein, nachahmen und spielen. **Das Lernen erfolgt also über die Sinne**. Hierbei unterscheidet man die körpernahen Sinne = **Basissinne und die Fernsinne** (= Geruchssinn, Geschmackssinn, Gehörsinn, Sehsinn). **Alle Fernsinne bauen auf die Basissinne auf**. Die Fernsinne leiden meist unter Reizüberflutung (zu viel Fernsehen, zu viel Handy, zu viel X-Box usw.) **Defizite in den Basissinnen führen zu Defiziten in den Fernsinnen**.



Beispiele, wie die Basissinne auf die Schulfähigkeit der Kinder einwirken:

- Der **Gleichgewichtssinn** wirkt durch die Bewegung auf den **Gehörsinn** ein. Der Gehörsinn ist ausschlaggebend für das **Kurzzeitgedächtnis (hören, abspeichern, abrufen)**.
- Der **Gleichgewichtssinn** hat Einfluss auf den **Sehsinn**. Nur wenn das Gleichgewicht stimmt können die Kinder in der Zeile, auf der Linie schreiben.
- Nur wer **rückwärts gehen** kann, der kann auch **rückwärts (minus) rechnen**.
- **Die Körperwahrnehmung** ist wichtig um **oben, unten, links, rechts zu unterscheiden**.
- **Rhythmus (hüpfen, gehen u.s.w.)** ist wichtig um das gesamte Lernen zu erleichtern. Wir lernen rhythmisch schneller. **Gereimte, rhythmisch gesprochene Texte verinnerlichen wir eher, z.B. Gedichte, Liedertexte.**
- Nur wer sich selbst gut spürt, kann mit Formen außerhalb seines Körpers umgehen, kann den Raum erfahren. Nur so kann man **richtig schreiben**. Diese **Raumorientierung (kinästhetischer Sinn) kann nur über Bewegung aufgebaut werden**. Die Bewegungen werden nur sicher, wenn die **Körperwahrnehmung stimmt**.
- Erst wenn ein Kind eine **Schräge/Diagonale mehrere 1000 Mal erlebt/ gespürt** hat, wird das Gefühl der Diagonalen im Gehirn abgespeichert. (Verknüpfungen bilden sich.) **Fehlt diese Erfahrung, dann gibt es Probleme bei Überkreuzbuchstaben (b,l,g, usw.), Koordination.**
- (Kinder mit Defiziten in den Basissinnen fallen entweder durch übermäßige Aktivität oder durch auffallende Passivität auf.)
- Grundsätzlich gilt: **Je mehr Sinne gleichzeitig tätig sind, um so besser/mehr lernen die Kinder (Abspeicherung im Gehirn). Die Basissinne werden dabei immer beansprucht.**
Übrigens: Um Handlungsabläufe, Körpererfahrungen, und ähnliches zu festigen, bzw. zu ändern muss der Kontakt zwischen 20.000 - 100.000 mal da sein.

GANZ WICHTIG! -----> Tanzen und Träumen ist für Jungen und Mädchen.

Vor allen Dingen soll Tanzen und Träumen Ihrem Kind **Spaß machen**. Das ist die Grundvoraussetzung! Deswegen haben **alle Kinder in den ersten Wochen** die Möglichkeit Tanzen und Träumen **ohne zusätzliche Kosten** auszuprobieren. Frau Julia Rico- Meis freut sich bereits auf Ihre Kinder.



Klassen 2a u. 2b am Montag, 17.10. und 24.10.22, jeweils in der 5. Stunde.
Klassen 3b u. 4a am Montag, 17.10. und 24.10.22, jeweils in der 6. Stunde
Klassen 1a u. 1b am Mittwoch, 19.10. und 26.10.22, jeweils in der 5. Stunde
Klassen 3a u. 4b am Mittwoch, 19.10. und 26.10.22, jeweils in der 6. Stunde

Sie können dann entscheiden, ob Sie Ihr Kind zu dem Unterricht anmelden möchten. Die Anmeldeformulare erhalten Sie nach den zwei Probestunden. Am 07.11.22 geht es dann los. Direkt im Anschluss an den Schulunterricht. Kosten: 22.-€/Monat/Kind. Wenn Ihre Familie Leistungen wie ALG II, Sozialgeld nach SGB II oder Leistungen nach den AsylbLG erhält, können Sie Leistungen aus dem Bildungs-u. Teilhabepaket beim Jobcenter bzw. Sozialamt beantragen.

Für die Anmeldung Ihres Kindes geben Sie bitte Anmeldeformular/den Vertrag vollständig ausgefüllt an die Schule zurück. Gerne können Sie am Sepa-Lastschriftmandat teilnehmen. Dieses Formular erhalten Sie gleichzeitig mit dem Anmeldeformular.

Bewegt lernen Claudia Diefenbach
Schule für gesunde Bewegung und Fitness
claudia-diefenbach@bewegt-lernen.de

Telefon: 0157 345 270 54

