

# Angebot - Kreatives Tanzen

!!!Der KSB bietet hier einen Schnupperkurs zum Thema – Tanzen an!!!



- Alter:**
- 3 – 6 Jahre
  - 7 – 12 Jahre
  - 13 – 16 Jahre
  - Ab 17 Jahre
- Gruppengröße:** 6 – 12 Teilnehmer
- Inhalt:**
- Warm up: Musikstopp – Spiele, Bewegungsspiele zu Musik
  - Lockerung, Dehnung und Kräftigung der Muskeln und Bänder
  - Improvisation und kreative Verfahren
  - Körper – Ausdruck, Ausdruck von Stimmungen und Erlebnissen durch tänzerische Bewegung
  - Tanzchoreografien, verschiedene Arten des Tanzes (z.B. Hip Hop)
  - Tanzen mit Material, Musikalische Bewegungsgeschichten, Tanztheater
  - Einzel-, Partner – und Gruppentänze
  - Verschiedene Musikstile – von Kinderliedern bis zu Musikstücken aus aller Welt, von Klassik bis Pop, Disco – Chart – Hits, ...
  - Cool – Down: Entspannen nach Musik, meditative Tänze und Phantasiereisen, autogenes Training und PMR
- Ziel:**
- Erlernen elementarer Bewegungsformen bzw. Tanzbewegungen (gehen, hüpfen, drehen, springen, Balance etc.)
  - Takt- und Rhythmusgefühl entwickeln
    - Förderung von Körperbewusstsein und -Wahrnehmung, Sinnesschulung
    - Schulung von Haltung, Motorik, Musikalität
    - Stärkung der Muskulatur
    - Erweiterung der Ausdrucksmöglichkeiten in der Bewegung
    - Anregung der Fantasie und Kreativitätsförderung
    - Gestaltung von Darbietungen und Aufführungen für Eltern, Freunde und Bekannte
    - Stärkung des Selbstbewusstseins und -vertrauens als Voraussetzung für eine erweiterte Persönlichkeitsentwicklung
  - der Schnupperkurs soll dazu dienen, Interesse für das Tanzen zu entwickeln bzw. neue Mitglieder für unsere Vereine zu gewinnen
  - Außerdem sollen sozial schwache Kinder angesprochen werden, die einen Anspruch auf Bildung und Teilhabe hätten

**Zeit:**

- 1 h pro Woche (45 – 60 Minuten) – maximal 4 Wochen