

Inhaltsverzeichnis

»Trifft Du nur das Zauberwort« –	
Eine einleitende Anmerkung von Frank-Manuel Peter	7
Vorwort und Widmung	11
Etwas zum Bedenken	12
Über das Lehren und Lernen, sowie die Entstehung der Methodik	13
Die Ur-Bedürfnisse und Wünsche des Kindes	17
Lehr- und Lernziele	19
Beginn des Unterrichts	20
I. Einstimmung	25
Einteilung der Unterrichtsstunde	29
Das Ventil und seine Bedeutung	32
Endziele für die Bewegungsgestaltung	35
Themen und Hilfen, um das Ziel zu erreichen	36
II. Bewegungstechnik und Körperbildung	55
Füße	55
Beine	65
Rücken	76
Bauchmuskulatur	83
Haltungsschulung	84
Das en dehors, Gewöhnung und Erhaltung	89
Standbein	92
Plié in der Parallelposition	93
Hände und Finger	95
Arme	99
Schultern	105
Kopf und Hals	107
III. Bewegungsentwicklung und	
IV. Bewegungsgestaltung	110
(siehe auch oben unter Endziele)	
Gehen, laufen, hüpfen und springen	113
Choreographien/Tanzspiele für junge Kinder	120
Lehren und Korrigieren	122
Stundenbilder/Stundenverlaufspläne	129

Wie geht es weiter?	157
Kinder von sieben bis zehn Jahren	158
Leminhalte	161
Weiterführung zum Modernen Tanz	163
Labans Lehre für die Kinder von heute	163
Armschwünge	165
Federungen	165
Weiterführung zu Klassischem Tanz	169
Weiterführung zu Folkloretanz	174
Weiterführung in Rhythmik und Musicalität	178
Die Geschichte einer Schülerin	183
Danksagung	206