

Afrika ganz nah

Bendula – wir treffen uns hier!

Musik, Kunst, Kultur
für Kinder, Jugendliche
und Erwachsene

Mit dem **bendula projekt**
von Sabine Herrmann-Ikram



www.bendula.de

das bendula projekt

Warum brauchen wir Afrika ganz nah?

Spätestens seit der Fußballweltmeisterschaft 2010 in Südafrika oder dem Thema Flüchtlinge, rückt Afrika immer mehr in unser europäisches Bewusstsein.

Unsere Medien zeigen jedoch fast nur beängstigende Bilder von Armut, Bürgerkrieg, Flüchtlingsströmen, Entführungen, AIDS, Ebola- und Malaria-Toten.

Wir wollen besonders unseren Kindern in Deutschland einen anderen Eindruck von Afrika und seinen Menschen vermitteln. Das Afrika von **bendula** hat kulturellen Reichtum zu bieten, Lebensfreude, Kreativität und Hoffnung.

Wir bringen dieses Afrika zu Ihnen. Wie im "Fliegenden Klassenzimmer" findet Afrika mit dem **bendula projekt** direkt in Recklinghausen statt!

Benna dula kommt aus der Mandinka-Sprache und bedeutet **treffen an diesem Ort**



das bendula projekt

Ihr Nutzen – Unsere Ziele

Vorteile für Auftraggeber, Pädagogen und Teilnehmer:

- spielerisch eigene Fähigkeiten und Stärken erleben und entwickeln;
- Rhythmik, Motorik, Balance, Körpergefühl, und Kreativität aufbauen bzw. entfalten;
- neu zusammengesetzte Gruppen oder Klassen lernen sich schneller kennen;
- Teambildungsprozesse werden unterstützt;
- Erleichterung der Integration von Menschen unterschiedlicher Ethnien durch Wertschätzung ihrer kulturellen Wurzeln;
- größeres Verständnis für andere Kulturen;
- Lehr- und Erziehungspersonal findet neue Anregungen für die eigene Arbeit;
- Sie brauchen die Themen nicht alle selbst zu erarbeiten: Sie können einfach mit den Kindern zusammen unserem Konzept folgen.



das bendula projekt

Lernziele

Durch das Kontrollieren des eigenen Körpers, richtiges Zuhören, zusammenarbeiten, fremde Sprachen ausprobieren, die eigene Stimme entfalten, selbst gestalten, Speisen zubereiten, einmal ganz anders essen als gewohnt, Aussaat und Pflege einer Pflanze, werden

- **Selbstvertrauen, Selbstsicherheit**
- **Fantasie, Kreativität**
- **Motorik, Rhythmik, Musikalität**
- **Konzentrationsfähigkeit, Geduld**
- **Fürsorge**
- **Teamfähigkeit**
- **Respekt und Offenheit** im Umgang mit anderen Menschen gelernt bzw. gefestigt.

Und das Ganze macht auch noch viel **Spaß!**



das bendula projekt

Vorstellung von Mensch und Natur, Berufen und alltäglichem Leben in Senegal, Gambia, Ghana

Die Kinder sollen authentische Eindrücke von Afrika bekommen. Wir zeigen Bilder und Filmsequenzen, die wir selbst in Afrika aufgenommen haben.

Dazu erzählen wir, wie der Alltag der Erwachsenen und Kinder im Dorf oder der Stadt aussieht.



das bendula projekt

Umwelt-detektive

Energie und Umwelt sind zurzeit zwei der wichtigsten Themen, die unsere Zukunft bestimmen. In vermitteln wir, was der Begriff „Klimawandel“ konkret für unser Leben bedeutet.

Anhand von Experimenten und praktischen Beispielen zeigen wir die Herkunft und Erzeugung von Wasser, Wärme und Strom und wecken das Bewusstsein für unseren Umgang mit Ressourcen.

Wir bilden kleine Umweltdetektive aus. Am Ende des Projektes gibt es eine Urkunde.



das bendula projekt

Rhythmische Übungen

Viele Kinder haben Koordinationsschwierigkeiten, oder nehmen keine Strukturen wahr.

Wir üben mit einem live gespielten Rhythmus z.B. zu stampfen, zu klatschen und die Betonungen im Takt herauszufinden. Der Körper der Kinder ist jetzt ihr Instrument.

Wir haben Sprechrhythmen und Sätze, die es leicht machen, Beat und Offbeat zu fühlen und darin etwas Sicherheit zu gewinnen.

Hier wird die Basis gelegt, die wir brauchen, um später die Rhythmen auf Trommeln oder selbstgebaute Instrumente zu übertragen.



das bendula projekt

Die Rhythmen Westafrikas

Für Kinder und Erwachsene bieten wir Trommel-Unterricht in Form von 3-Stunden-, Wochenend-Workshops oder Kursen an.

Mit einfachen Übungen lernen die Teilnehmer die Grundzüge der Schlagtechnik. Sie üben das Zuhören und Sich-selbst-wahrnehmen. Über leichte Patterns werden sie langsam in die Welt der traditionellen Musik Gambias, Senegals und Guineas eingeführt.

Wir vermitteln mit unserer Methode rasche Erfolgserlebnisse. Es ist ein gutes Gefühl, sich selbst zu hören und als wichtiger Teil eines gesamten Klangteppich-Teams zu wirken.

Und dann klingt es auch schon nach Musik!



das bendula projekt

Tänzerische Übungen

Mit einfachen Schritten, später kommen die Arme hinzu, stellen wir in tänzerischen Bewegungen Alltagssituationen nach – sie kommen auch in den Liedern vor, die wir mit den Kindern singen.

Schamhafte oder schüchterne Menschen werden leicht ihre Scheu überwinden, sich darzustellen. Denn bevor sie sich dessen ganz bewusst werden, tanzen sie!



das bendula projekt

Afrikanischer Tanz

Die Tänze Afrikas haben immer etwas mit der Arbeit oder bestimmten Festen zu tun. Sie erinnern daher oft an Pantomime: Nüsse vom Baum pflücken, auf eine Palme klettern, Freude oder Angst ausdrücken, ein Krokodil oder einen Affen darstellen, rudern, säen und ernten, im Mörser stampfen und vieles mehr.

Im afrikanischen Tanz sind viele Elemente, die wir heute aus dem Jazzdance oder HipHop kennen, enthalten. Nach einer Einführungsphase kommen Live-Musiker hinzu, die uns auf Trommeln begleiten. Den Abschluss bildet der Cooldown.



das bendula projekt

Lieder

Jeden Tag ein Lied aus Afrika - passend zur Rahmengeschichte der Pinat - singen wir für und mit den Kindern in den Sprachen Mandinka, Diola (Senegal, Gambia), Kikongo (Kongo) oder Deutsch. Einfache Refrainsequenzen können von den Kindern leicht mitgesungen werden.



BAMBO BALLANTA BADALA

(Land: Senegal | Sprache: Mandinka)

Djallafaila nam bendung, bambo ballanta badala

Na'o fa'o, bambo ballanta badala

Na'o fa'o, bambo ballanta badala

Bambo ballanta bada minna, bada sillo ballanta

Na'o fa'o, bambo ballanta badala

Na'o fa'o, bambo ballanta badala

...

Das Krokodil am Strand
Fischer kommt her,
das Krokodil liegt am Strand.
Komm, Vater, das Krokodil
liegt am Strand und
versperrt den Weg.

das bendula projekt

Spiele

Wenn die Konzentrationsfähigkeit nachlässt, bringen wir zwischendurch Spiele mit und ohne Instrumente ein. Sie sind abgestimmt auf den Zweck, nämlich die Motorik, das Rhythmusgefühl, Balance und Raumgefühl sowie das genaue Hinhören zu stärken. Das sind z.B.:

- Schiffe im Nebel
- Der Regentanz der Tiere
- Blinder Mann im Busch

Ein ruhiges Bohnenspiel zu zweit, bietet willkommene Entspannung.



das bendula projekt

Abschlusskonzert

Und wenn dann alles geschafft ist, führen die Kinder mit unserer Unterstützung ihren Familien und Freunden vor, was sie in dieser Woche alles gelernt gebastelt, gebaut und gemalt haben. Das wird ein großes Fest!



das bendula projekt

Instrumentenbau

Kleine Trommeln aus Blumentöpfen und Elefanten- oder Bananenpapier, Schüttel- Rassel- und andere Klanginstrumente bauen wir aus selbstgesammelten Dosen, Joghurtbechern, Stöcken, Astgabeln uvm.

Wir zeigen Beispiele, erklären die Handhabung des Werkzeugs und helfen den Kindern ihre eigenen Instrumente zu bauen, mit denen sie später auch musizieren werden.



das bendula projekt

Kraftfigur, Fetisch, Maske

Als Symbol für Zusammenhalt, Freundschaft, das Überwinden von Schwierigkeiten, Team- und Zusammenarbeit bauen wir eine Figur.

Welche Form, Farbe, Struktur, Größe und Oberfläche sie haben wird, finden wir in der Vorbereitungsphase gemeinsam heraus. Dabei können Probleme der Einzelnen und der Gruppe angesprochen werden, die dann in der Gestalt und während des gemeinsamen Baus der Kraftfigur eine Lösung finden können.



das bendula projekt

Schalen bauen

Aus Papier und Kleister lassen sich wunderschöne Schalen herstellen. Es braucht dafür nur noch einen Gymnastikball oder kleinere Bälle für die Grundform. Mit Acrylfarben, Farb- oder Transparentpapieren, Bändern, gepressten Blättern und vielen anderen Materialien werden die Rohlinge dann dekoriert. Mit Lack wasserfest gemacht, nutzen wir sie, um z.B. Obst, Wollknäule oder unsere Geheimnisse aufzubewahren.



(mehr: www.design-schalen.de)



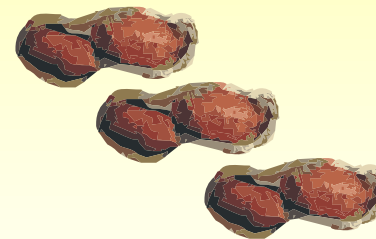
das bendula projekt

Erdnusspflanzung

Während des Projektes setzen die Kinder ein paar rohe Erdnüsse an. Schon nach wenigen Tagen haben sich Keime gebildet, die in einem Topf mit feuchtem Papier, später mit Erde auf die Fensterbank kommen.

Pflanzen mit kleinen Erdnüssen an den Wurzeln entwickeln sich nach der Selbstbestäubung etwa binnen 200 Tagen.

So sind die Kinder noch lange nach dem Projekt mit der Thematik beschäftigt und können das Wachstum der Pflanze beobachten, Vielleicht gibt es – mit Geduld und Fürsorge – sogar eine Ernte.



das bendula projekt

Kochen und Essen

Schnippeln, stampfen, rühren – das erste eigene Erdnuss-Gericht kochen.

Und nachher essen wir unser Gericht gemeinsam auf. So wie es die Menschen im afrikanischen Dorf machen: auf der Bastmatte, und wer will, auch mit den Fingern.



das bendula projekt

Geschichten erzählen

Im afrikanischen Dorf gibt es kaum Fernseher, deshalb erzählen sich die Menschen am Feierabend Geschichten.

Wenn wir am Feuer sitzen, oder bei Regen im gemütlich beleuchteten Zelt, dann ist Geschichtenzeit. Jeder Teilnehmer bekommt einen Zettel, auf den er ein Stichwort schreibt, über das erzählt werden soll. Der Geschichtenerzähler zieht den ersten Zettel und beginnt eine Geschichte dazu. Dann ist der nächste dran. Er zieht einen neuen Zettel und spinnt die begonnene Geschichte um das neue Thema weiter. So macht die Geschichte die Runde, bis alle Zettel aufgebraucht sind.



das bendula projekt

**Gefällt Ihnen unser Konzept?
Dann fordern Sie ein Angebot für Ihre
individuellen Anforderungen an**

Wenn wir Sie überzeugen konnten, dass dies das richtige als Ergänzung zu Ihrer Arbeit ist, dann fragen Sie einen Zeitraum bei uns an.

Sie suchen die Projektelemente aus, die zu Ihrer Gruppe am besten passen.

Danach stellen wir das **Feinkonzept** zusammen und **machen Ihnen ein Angebot.**

Je nach vereinbarter Projektzusammenstellung stellen wir folgende Materialien zur Verfügung:

- Hintergrundmaterial für Lehrer oder Erzieher
- Arbeitsmaterial für die etwas größeren Kinder
- Bildtafeln, Diashow
- Rhythmen, Musikstücke, Lieder
- Instrumente: Djembe- und Bass-Trommeln, Rasseln etc.
- Tänze, Spiele
- Rezepte, Lebensmittel aus Afrika
- Bastelmaterial und Werkzeuge
- Umweltexperimente, Solarkocher



das bendula projekt

Beispiel für ein Wochenkonzept an einer Schule

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:00 bis 9:30	Natur und Leben, Land und Leute in Westafrika; Eine Präsentation mit Erläuterungen; Fragen an die Senegalesen	Vertiefung der Rhythmen, Zusammenspiel	Weiterführung in die traditionellen Rhythmen für ein mehrstimmiges Stück; Erweiterung um das dazugehörige Lied; optional Tanz	Mehrstimmiges Stück ggf übernehmen die Kinder die Basstrommeln; Erweiterung um das dazugehörige Lied; optional Tanz	Wiederholung aller Lieder und Tänze für die Aufführung am Nachmittag
30 Minuten Pause					
10:00 bis 11:30	Zauberfigur/Kraftobjekt für Freundschaft und Zusammenarbeit: Brainstimming was ist Freundschaft, Teamarbeit, Zusammenhalt "Einer für alle, alle für einen" und wie kann man das symbolisieren. Einigung auf eine gemeinsame Form über eine Kreativmethode	Wir bauen eine Zauberfigur /Kraftobjekt für Freundschaft und Zusammenarbeit	Wir bauen eine Zauberfigur/Kraftobjekt für Freundschaft und Zusammenarbeit	Wir bauen eine Zauberfigur/Kraftobjekt für Freundschaft und Zusammenarbeit	Fertigstellen der Zauberfigur/Kraftobjekt und anderer Dinge, die noch beendet werden müssen
10:45 bis 11:30	5 Kids kochen mit Sabine	5 Kids kochen mit Sabine	5 Kids kochen mit Sabine	5 Kids kochen mit Sabine	5 Kids kochen mit Sabine
	Baobabsaft herstellen	Honjo herstellen	Jatta macht Ataia	Erdnusspaste herstellen	Aufbau der Bühne
11:30 bis 12:15 Mittagessen					
12:15 bis 13:15	Einführung in die Trommeltechnik, kleine Instrumentenkunde; Erste Rhythmen, Übungen auf Trommeln; Gruppenbilden: Anfänger und Fortgeschrittene	Wir singen und trommeln gemeinsam Lieder	Wir singen und trommeln gemeinsam Lieder	Mehrstimmiges Stück ggf übernehmen die Kinder die Basstrommeln; Erweiterung um das dazugehörige Lied; optional Tanz	ab 12:30 Konzert für die Schule und ggf Familie alle gelernten Lieder, Rhythmen und Tänze werden gemeinsam vorgeführt; Bendula Kunda" gibt eine kleine Zugabe
15 min Trinkpause					
13:30 bis 15:00 Wir bieten alles an jedem Tag an, die Kinder wählen, was sie gerne an diesem Tag machen würden	Kleine Geschichte über die Erdnuss	Vorbereiten der Nüsse zur Zucht	Beobachten und Wasser erneuern	Umsetzen in Töpfe und Anleitung was später zu tun ist	Nachbereitung, Abbau
	Das bringt mir persönlich Kraft und Energie, Talismane in der afrikanischen Kultur	Wir stellen uns einen eigenen Talisman oder ein "joujou" oder "grigri" zusammen	Wir stellen uns einen eigenen Talisman oder ein "joujou" oder "grigri" zusammen	Wir stellen uns einen eigenen Talisman oder ein "joujou" oder "grigri" zusammen	
	Spiel: Blinder Mann im Busch	Spiel: Blinde Schlange	Spiel: Schiffe im Hafen	Spiel: Das Spinnennetz	
	Das Bohnenspiel	Suchrätsel: Nüsse; Suchrätsel: Tiere	Fahrradfelgen mit dem Stock balancieren	Jobpapiere: Pflanzen, Energie, Wasser	

das bendula projekt

Die Projektleitung

Sabine Ramona Herrmann-Ikram (*SamaBa*)

Dipl. Designerin

Beratung für Marketing und Kommunikation

Mentoring + Coaching + Training

Afrikanische Kulturen interessieren mich seit über 20 Jahren. In Westafrika und Deutschland nahm ich an zahlreichen Kursen und Workshops im afrikanischen Trommeln und Tanzen teil. Im Jahr 2001 gründete ich mit Freunden im Dorf Abéné (Senegal) den Hof *fangkalita*. Hier können sich Gäste in verschiedenen kreativen Workshops mit lokalen Lehrern weiterbilden oder entspannen.

In meiner Freizeit leitete ich von 2000 bis 2013 im Münsterland und Essen zahlreiche Workshops und Kurse zu den Themen „Afrika“ und „Umwelt“, „Trommeln“ und „Tanzen“. Im Rahmen von „Kultur und Schule NRW“ führte ich unter dem Label *fangkalita* mit senegalesischen Freunden Wochenprojekte in Schulen durch.

Heute bin ich mit Projektpartnern und meinem vielfältigen, sich laufend erweiternden Programm im Projekt **bendula** unterwegs und freue mich auf neue Herausforderungen.



das bendula projekt

Kontakt und Information

Haben Sie Interesse an einer Veranstaltung mit **bendula**? Dann rufen Sie an oder schreiben Sie uns.

das bendula projekt

Afrikanische Workshops, Projektwochen, Kurse
In Recklinghausen und der Metropole Ruhr

mailto: info@bendula.de
mobil: 0152 28737734
web: www.bendula.de

bendula projekt
Sabine Ramona Herrmann-Ikram
Heinrich-Imig-Str. 18
45665 Recklinghausen



das bendula projekt