

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Inhaltsverzeichnis	7
Einleitung	11
Die Idee der musikalischen Bewegung	13
Bewegungen sind in sich gestaltet	13
Veränderung und Gewohnheit	13
Die Gestalt hat Merkmale	14
Sich bemühen ist nicht mühsam	14
Fließen und Zerfließen	14
1. Spiele im Grundpuls	16
Den Puls mitspielen	16
Im Pulsschlag	17
Wandern, Schleichen, Eilen	17
Aufgaben	17
Bewegungsaufgaben	17
Gestaltungsaufgaben	18
Im Takt	18
Die einen, die anderen	18
Phase 1: Vorbereitung	18
Phase 2: Konflikt	18
Phase 3: Lösung	19
Die einen, die anderen II	19
Orchesterbesetzung	22
Erstes Konzert: Klang	22
Zweites Konzert: Dynamik	23
Drittes Konzert: Akzent	24
TANZ: Zum Konzert ein Tanz im Sitzen	25
WISSEN: Musiktheorie	26
Drei Geschwindigkeiten	26
Taktbetonung	27
Bewegung im Takt	27
Spielen im Takt	27
Auftakt	28
Beispiel	28
WISSEN: Nicht jeder Takt ist ein guter Anfang	28
Zuhören	

Die Hände wandern	29
Miteinander	29
Nacheinander	29
Vor oder zurück?	30
Aufpassen	30
Vier + Fünf = Eins	30
Gemischte Handwanderung	31
Orientierung im Takt	32
WISSEN: Orientierung braucht Orientierungspunkte	32
Der Außenraum	32
Der Innenraum	32
Handspiel	33
Gegenüber	34
Tanz der Arme	34
Mitspielen	36
TANZ: Dodenlander Kreisel	36
TANZ: Tanz der Arme	36
Lied zum Tanz der Arme: Swabedoo	38
Ohne Strom	39
TANZ: Trommeltanz	45
Ohne Strom unter Dampf	46
Klänge	49
Klangvielfalt	49
Verwendung der Rhythmen aus der „Klangvielfalt“	50
Kleines Orchester	50
Harmonie	51
Harmonie im Klang	51
Harmonie in der Bewegung	51
Orchestervariationen	51
WISSEN: Technik	52
Zusammenfassung	54
2. Spiele gestalten	56
?Regeln?	57
Grundpuls – Takt – Taktstruktur	58
Grundpuls	58
Gehen im Grundpuls	58
Alle die nicht da sind, bitte melden!	59
Rhythmisches Tierleben	59
Tierischer Groove	60
Bewegungen im Gehen	60
Die Mischung macht's	60

Takt	61	Verteilte Klänge	79
Taktanfang	62	Dynamik	80
Im Takt	63	Lautstärkeverläufe	80
Taktstruktur	63	Akzente	82
Bewegungswechsel am Taktbeginn	63	Gehen im Puls einer Musik	82
Klangwechsel am Taktbeginn	63	Akzente finden	83
Periodische Wechsel	64	Spiel mit der Taktbetonung	83
a) Verschiedene Taktstrukturen	64	Beliebige Akzente	83
Im Sitzen	64	Zählen	84
Im Gehen	65	Drei Merkmale zusammen	84
b) Verschiedene Einteilungen der Pulsschläge	65	Klangfarbe – Dynamik – Akzent verteilt	84
Bewegungsspiel im Sitzen zur Akzentfolge 3/3/2	66	Klangfarbe – Dynamik – Akzent zusammen	84
Bausteine für einen Tanz nach diesem Schema	66	Klangfarbe – Dynamik – Akzent in der Bewegung	84
Variation: Zwei Partner sitzen sich gegenüber	66	Charakter – Kraft – Akzent verteilt	84
Bewegungsspiel im Gehen zur Akzentfolge 3/3/2	66	Charakter – Kraft – Akzent zusammen	85
Variation	66	Präzision – Fluss – Einbettung	85
Fortbewegung	66	Präzision	85
Am Platz	66	In allgemeiner Form	86
Variation	67	Mit genauen Anweisungen	86
TANZ: Wälzer	67	Mit mehrfachen Anweisungen	86
TANZ: Fixtrott	67	Präzise Klangfarben	86
Akzentverschiebung	67	Bunte Klangfarben	86
Ergänzung	67	Präzise Bewegungen	87
Eine andere Akzentstruktur	67	Raumordnung	88
Als musikalisches Spiel	68	Fluss	89
Ein Kreisspiel mit Taktwechsel	68	Fließen lassen, im Fluss sein	89
Halbe Viertel sind ganze Achtel	68	Denk einfach ans Nichtdenken	89
TANZ: Fixtrott	68	Bewegungsbegleitung	89
TANZ: Tanz zum Hörbeispiel 2	69	Umschalten	89
Steter Wechsel	71	Fließender Wechsel	90
Zwischenspiel	71	a) Unterschiedliche Bewegungen	
Drei Merkmale zusammen	71	Rückweg genau wie der Hinweg	90
Puls – Takt – Taktstruktur verteilt	71	b) Möglichst genaue Bewegungen beim Wechsel	90
Puls – Takt – Taktstruktur zusammen	71	Variation	90
Pausen	73	Polaritäten	91
Klangfarbe – Dynamik – Akzente	74	Für Geübte	91
Klangfarbe	74	Einbettung	91
Unterschiedliche Klänge	74	Musikalische Aufgaben	92
Körperinstrumente	74	Bewegungsaufgaben	92
Unterschiedliche Klangfarben eines Instruments	75	Drei Merkmale zusammen	93
Die Nuancierung einzelner Klänge	76	Präzision – Fluss – Einbettung verteilt	93
WISSEN: Musik und Bewegung	77	Präzision – Fluss – Einbettung zusammen	93
WISSEN: Klang ist eine Qualität	78		

Wachsen – Herauslassen – Balancieren	94
Wachsen	94
Nach oben – nach unten	94
Herauslassen	95
Erste Hilfsvorstellung: das Verströmen	96
Zweite Hilfsvorstellung: ein verlängerter Arm	96
Balancieren	96
Umkehrpunkte	96
Schwerkraftverunsicherung	97
3 Merkmale zusammen	98
Musikalische Spielformen	99
Miteinander	99
Nacheinander	99
Gegeneinander	100
Musikalisch	100
Bewegung	100
Kanon	101
Ein kurzer Bewegungskanon	101
Ein längerer Bewegungskanon	101
Formen für einen Bewegungskanon	101
Kreis	101
Dirigierspiele	102
Solo – tutti	103
Rondo	103
Variation	104
Sprache	104
Schiebung	104
Ohrwurm	105
Ein zweites Sprachspiel	107
Ein drittes Sprachspiel	108
Rhythmisierte Bewegungen	109
Stille	110
Bewegungsecho	110
Du bist nicht allein	111
Auch so	111
Zugleich	111
Ich mache was ich will	112
Innehalten	112

Gleiten und Fliegen	113
Frei zur Musik	113
Eile mit Weile	113

3. Das Zusammenspiel der Gestaltungsmerkmale

Spiel 1	114
Spiel mit ganzen Noten (Taktbetonungen)	114
Miteinander 1	114
Nacheinander 1	114
Gegeneinander 1	114
Präzision	115
Gehen zur Musik	115
Miteinander 2	115
Nacheinander 2	115
Gegeneinander 2	115
Präzision	115
Fluss	115
Einbettung	115
Im Sitzen	115
Spiel 2	116
Klangfarben mit den Füßen	116
Zusatzaufgaben	116
Miteinander 3	116
Nacheinander 3	116
Gegeneinander 3	116
Klangfarbe	116
Dynamik	117
Akzent	117
Bewegungscharakter	117

Gezielte Gestaltung

WISSEN: Entstehung der Gestaltungsmerkmale, Wohlgefühl	118
--	-----

Außen und Innen	119
------------------------	-----

Struktur	119
-----------------	-----

Seelische Bedürfnisse	121
------------------------------	-----

Geborgenheit (ähnlich „Inhaltstrieb“)	122
---------------------------------------	-----

Sichtbar	122
----------	-----

Fühlbar	122
---------	-----

Innerer Friede (ähnlich „Formtrieb“)	122
--------------------------------------	-----

Sichtbar	123
----------	-----

Fühlbar	123
---------	-----

Kraft (ähnlich „Spieltrieb“)	123
------------------------------	-----

Sichtbar	123
----------	-----

Fühlbar	123
Praxis	124
Anwendungsbereiche	125
Ergotherapie	125
Tanz	126
Spiel- und Theaterpädagogik	127
Krankenpflege	127
Altenarbeit	128
Pflegeheim	128
Therapie	129
Die CD zum Buch	130
Literaturhinweise	132

Einleitung

Die positiven Eigenschaften der Musik müssen erschaffen werden, bevor sie wirken können. Dazu brauchen Sie nicht besonders viele oder besonders schwierige Töne oder Rhythmen zu spielen. Es genügt, wenn Sie wenige Töne so spielen, wie es ihnen besonders gut gefällt.

Der wichtigste Trick zum Umsetzen dieser Erkenntnis ist:

- ⇒ Ich fange leicht an.
- ⇒ Wenn es nicht klappt probiere ich es nochmal oder ich mache es mir noch leichter.

Um auch weniger Geübten einen erfolgreichen Einstieg zu ermöglichen, beginnt dieses Buch mit einfachen Bewegungen und Klängen zum gleichmäßigen Puls der Musik.

Aufbau

Mit Musik soll nicht nur die Zeit vergehen. Wir möchten gute Gefühle haben, möchten berührt werden und mit Anderen in Verbindung treten. Vielleicht möchten wir auch intensive Gefühle erleben.

Um dies in einem Buch zu vermitteln, wurde auf folgende Schritte Wert gelegt:

- 1) Sicherheit vermitteln
- 2) Nachvollziehbarkeit gewährleisten und
- 3) Erklärungen zu den Hintergründen

Dies wurde umgesetzt durch

- ⇒ eine Orientierung der Übungen am Grundpuls (Gehschritte zur Musik)
- ⇒ Hilfestellungen zur Ausführung, die ohne Hilfe angewendet und überprüft werden können (Gestaltungsmerkmale)
- ⇒ genaue Erklärungen und eine ausführliche Beispiel-CD

1) Sicherheit

Die Orientierung am Grundpuls ist der sichere Ausgangspunkt für Taktempfinden und differenzierte Rhythmen, ebenso für die Bewegungsgestaltung.

So wird die Beschäftigung mit anderen Aspekten (Melodie, Harmonie, Instrument, Schrittfolge, Ausrichtung innerhalb der Gruppe usw.) erleichtert, da eine Unsicherheit in der Zeitstruktur in erheblichem Umfang Aufmerksamkeit bindet.

Ein positiver Nebeneffekt dieser Vorgehensweise ist der ordnende Einfluss, den eine geordnete Zeitstruktur auf den Körper hat. Unser Organismus besteht aus so vielen Untereinheiten und einzelnen Ereignissen, dass sie eine Ordnung brauchen, um zusammenarbeiten zu können. Zahlreiche körpereigene Rhythmen sind dafür der entscheidende Ordnungsfaktor. Diese können durch äußere Zeitgeber (z.B. Musik und Bewegung) beeinflusst werden. Übrigens: Bedingt durch die Laufzeitunterschiede der linken und rechten Hörbahn trägt Perkussion mit ihren kurzen Signalen auch zur Hemisphärensynchronisation (Zusammenarbeit der linken und rechten Gehirnhälfte) bei.

2) Kriterien

Eine Hilfestellung für die Ausführung sind die Merkmale für die Gestaltung (s. *Kapitel 2*). Sie lenken Aufmerksamkeit und intensivieren so das Erleben wie den Ausdruck und regen die Phantasie an. Sie sind dem natürlichen Gestalten im Tanz und in der Musik abgeschaut und können in der Praxis jederzeit hinzugezogen oder auch beiseite gelassen werden.

3) Erklärung

Gelegentlich hört man die Auffassung, wichtig sei es, bei der Musik Spaß zu haben sowie den Mut, sich zu äußern. Ich verstehe das so: Beim Backen kommt es bekanntlich auch darauf an, Sinnlichkeit zu entdecken und mit bloßen Händen den feuchten Teig zu spüren, um daraus möglichst phantasievolle Gebilde zu formen. Ob der Teig dann in einen kalten oder heißen Ofen geschoben wird, ist da-

gegen wenig wichtig – auf das Schieben kommt es an: Mit Schwung und ohne falsche Ängste, genau wie in der Musik und in der Bewegungsarbeit.

Spaß beiseite: Nichts gegen Spaß und Spontaneität, im Gegenteil! Aber als alleiniges Prinzip ... Das ist fast schon Stress.

Ich meine, die geistige Ernährung ist nicht weniger wert als die körperliche. Daher darf es im Umgang mit Musik auch „Nährstofftabellen“ und Verarbeitungshinweise für ein bekömmliches und wohlschmeckendes Mal geben.

Übrigens macht es bereits einen deutlichen Unterschied, wenn Sie die bewusste Gestaltung beim Vormachen nur für sich selbst anwenden, denn das eigene Verhältnis zur Musik, die Ausstrahlung beim Spielen übertragen sich auf die Gruppe.

Zielgruppe

Die „Musikalischen Bewegungsspiele“ geben eine Einführung in den gestalteten Umgang mit Musik und Bewegung, der in vielen Gruppen eingesetzt werden kann. Je nach Zielgruppe können einzelne Spielvorschläge an die Bedürfnisse angepasst werden. Gezielte Hinweise für bestimmte Anwendungsgebiete werden in gesonderten Publikationen beschrieben (siehe „Vertiefung“).

WISSEN Gliederung

Schrift auf grauem Grund zeigt den Beginn eines inhaltlichen Abschnitts an.

Kapitel 1 beinhaltet Bewegungsspiele und musikalische Übungen, die von gleichmäßigen Bewegungen im Pulsschlag der Musik ausgehen. Weiterführend werden auf der Basis der Gestaltungsmerkmale Anregungen gegeben, sich in ein intensiveres Gestalten und Erleben hineinzuspielen.

Kapitel 2 beschreibt die Merkmale der Gestaltung systematisch.

Kapitel 3 enthält weitere Beispiele und gibt Hintergrundinformationen.

Kursiv hervorgehobene Begriffe verweisen auf den entsprechend benannten Abschnitt in Kapitel 2 oder 3.

Zusatzinformationen sind durch ein kleineres Schriftbild abgesetzt.

Für die Anrede habe ich unsystematisch zwischen weiblicher und männlicher Form gewechselt. Das entspricht meinem Sprachgebrauch besser als Schriftformen wie „LeiterInnen“ oder Doppelnennungen „Eine/einer spielt dazu wie sie/er mag.“

Dieses Zeichen zeigt das Ende eines Abschnitts.



Vertiefung

Für diejenigen, die sich Sicherheit im Umgang mit einfachen Rhythmen aneignen möchten, gibt es das ausführliche Lernprogramm „Rhythmen für Einsteiger“ (zwei Hefte, je eine CD).

Als motivierende Begleitung für Spiele mit Musik und Bewegung und als Übungshilfe sei auf die CD „Das trommelnde Metronom“ hingewiesen (zehn zum Mitspielen arrangierte Perkussionsmusiken verschiedenen Geschwindigkeiten).

Für Altenarbeit gibt es eine CD und ein Buch mit Tänzen und Bewegungsspielen im Sitzen (Kein schöner Land). Dort werden ebenfalls die Gestaltungsmerkmale eingesetzt.

Noch ausführlicher ist das Arbeitsbuch MOPS (Musikalisches Orientierungsprogramm für Senioren), in dem eingehend auf die Fördermöglichkeiten durch Musik eingegangen wird. Es ist daher auch für die Heilpädagogik geeignet.

Weitere Informationen bekommen Sie im Internet unter www.techau-verlag.de.

Die Idee der musikalischen Bewegung

Bewegungen sind in sich gestaltet

Ausgeprägte und typische Eigenheiten finden wir bei vielen Tätigkeiten, so auch beim Musizieren und Tanzen. Gerade beim musischen Tun ist die Gestaltung, die Art, wie es gemacht wird, von besonderer Bedeutung.

Das ist im Grunde nicht schwer, denn viele Tätigkeiten des Alltagslebens bestehen aus einzelnen Bewegungen, die sich wiederholen. Denken Sie einmal an Waschbewegungen wie beim Haare waschen, Zähne putzen oder aber an einfaches Gehen. Diese Bewegungen nehmen für eine Weile eine Form an, die sich regelmäßig und (einigermaßen) vorhersehbar wiederholt. Dann kommt eine neue Form. Regelmäßige und damit vorhersehbare Wiederholungen werden auch als rhythmisch bezeichnet, man spricht beispielsweise von einem Laufrhythmus.

Wie waschen Sie sich die Haare? Vielleicht so: Erst das Shampoo in den Händen verreiben und dann von vorn nach hinten in die Haare reiben. Solche Bewegungen haben eine typische Form und einen typischen Rhythmus, denn wir neigen dazu, Bewegungsabschnitte von rhythmischer Gestalt auszubilden.

Veränderung und Gewohnheit

Sich wiederholende Alltagsbewegungen sind zwar nicht identisch (das würde keinen Spaß machen), aber sie sind sich ähnlich. Zum Teil sind sie sich sehr ähnlich, wie die Schritte bei einer Wanderung. Doch sobald Sie genau hinsehen oder hinfühlen, werden Sie feststellen, dass die Schritte sich an jede Veränderung des Untergrunds, jede Veränderung der Blickrichtung usw. anpassen. Diese einem Sinn folgende Veränderung von sich wiederholenden Bewegungen ist die natürliche und belebende Form der Gestaltung. Je genauer und umfassender diese Anpassung erfolgt und je fein-

fühlicher sie ist, desto feiner und ausdrucksvoller wird die Bewegung. Jede Katze macht uns das beim Lauschen, Laufen und Strecken vor.

Genau dieser feinfühligsten Reaktionen sind das Geheimnis „guter“ Musik. Sie lassen sich selbst bei einfachsten Aufgaben mit Musik und Bewegung schulen.

Gewohnte und automatisierte Bewegungen sind eine Erleichterung, weil wir sie nicht mit der vollen Konzentration ausüben müssen. Wie sollten wir sonst beim Spaziergehen die Landschaft betrachten oder uns unterhalten.

Es kommt jedoch vor, dass wir uns an Bewegungsmuster gewöhnen, die auf Dauer nicht hilfreich sind. Das kann nach einer Krankheit der Fall sein, die mit einer Bewegungseinschränkung verbunden war, kann aber auch mit der normalen menschlichen Bequemlichkeit zusammenhängen. Manchmal ist es einfach die Gewohnheit, die uns verleitet weniger aufmerksam und feinfühlig zu sein. Das Ergebnis sind in allen Fällen Bewegungen, die mit der Zeit die Bewegungsfähigkeit einschränken oder den Körper belasten. Das ist nicht selten bei der Aufrichtung der Fall und bei der Fähigkeit, den Rumpf zu drehen.

Zu wenig Feingefühl für die Bewegung kann auch bewirken, dass Kopf und Körper nicht miteinander arbeiten, sondern nebeneinander her. Das allein wäre Grund genug, bewusst und feinsinnig mit der Bewegung umzugehen.

Versuchen Sie einmal, eine Bewegung wie das Gehen streng gleichförmig und mit einander identischen Bewegungen auszuführen. Das Ergebnis spricht für sich. Diese Beobachtung können Sie auch bei allen anderen Bewegungen machen und gilt für die Musik entsprechend.

Denken Sie nun an einen fröhlichen Menschen (z.B. an sich selbst) und daran, wie die Gehbewegung jetzt aussieht. Die Bewegungen bleiben die gleichen, aber sie verändern sich, sie werden rhythmischer, beschwingter und bekommen eine ausgeprägtere und vielfältigere Form. Sie sehen gut aus und fühlen sich gut an. Musikalische Bewegungen nutzen diesen Zusammenhang in umgekehrter Richtung. Die gleichzeitige Bereitschaft zur unmittelbaren Veränderung einerseits und zur Ausnutzung energie sparender Gewohnheit andererseits rufen nach einem wachen Geist.

Eigenschaften wie Ähnlichkeit statt Kopie, Miteinander statt Nebeneinander und Entwicklung statt Wiederholung sind Merkmale, die aus der Natur bekannt sind. Deswegen finden wir sie auch in uns. Musik ist die hörbare Umsetzung von Naturgesetzen.

Im Gegensatz zur Natur gestaltet sich die Musik nicht von selbst. Aber darin liegt ja der Reiz: Natur in uns selbst zu entdecken. Die musikalische Gestaltung, die alle Musiker umtreibt, erfolgt unbewusst oder bewusst nach den Möglichkeiten und in den Spielräumen, die die Natur uns vorgibt – wenn es auch über deren Nutzung unterschiedliche Ansichten gibt.

So gesehen ist es nachvollziehbar, dass die Grundlagen der Gestaltung in der Musik und in der Bewegung ähnlich sind.

- ⇒ Die gestaltete Bewegung ist der erste Schlüssel zur „Musikalischen Bewegung“.

Die Gestalt hat Merkmale

Die Gestaltung der Bewegung oder der Musik hat bestimmte Merkmale, die sich benennen lassen.

Bei diesen Merkmalen handelt es sich um ganz natürliche Elemente der Bewegung und der Musik. Sie brauchen im Grunde nicht gelernt zu werden, sondern nur erinnert und wiederentdeckt. Sie sind weniger Regeln, die einzuhalten sind, sondern Hilfen, das Empfinden für den Umgang mit unseren Fähigkeiten zu stärken, denn in einem sind sich Menschen einig: Sie freuen sich, wenn sie Musik genießen und sich mit der Musik bewegen können, nicht dagegen. Statt bestimmte Ergebnisse vorzuschreiben, geben die Gestaltungsmerkmale daher Anregungen, zu eigenen Ergebnissen zu kommen. Sie locken die Anstrengung und fördern eine spielerische Konzentration. Manchmal merkt man dabei gar nicht, wie man vermeintliche Einschränkungen überschreitet.

Sich bemühen ist nicht mühsam

Machen Sie mit bei einem kleinen Versuch? Schauen Sie einmal über die rechte Schulter weit nach hinten, lesen Sie anschließend weiter.

Jetzt kommt die zweite und letzte Phase des Versuchs: Wenden Sie sich noch einmal sanft nach rechts und dann nach rechts hinten, so weit wie es angenehm ist. Danach können Sie weiterlesen.

Um diesen Unterschied zwischen der ersten und zweiten Drehung geht es. Oft nutzen wir unsere Bewegungsmöglichkeiten gar nicht aus. Kein Wunder, dass der Körper irgendwann glaubt, diese Bewegungen bräuchten wir gar nicht, woraufhin er sie als aufmerksamer Helfer nicht mehr bereitstellt.

Dieser Versuch lässt sich mit allen Bewegungen wiederholen. Noch ein Beispiel? Fast jeder kann den Arm etwas gerader und ein wenig höher nach oben schieben (Oberarm am Ohr) als wir es im ersten Anlauf tun.

Um dieses „sich ein klein wenig anders Bemühen“ geht es, nicht um leistungsorientiertes Tun. Es geht um das Nutzen unserer Möglichkeiten und darum, dass wir uns nicht selbst beschränken.

- ⇒ Dieser kleine Schritt über das Gewohnte hinaus ist der zweite Schlüssel für das Erreichen und nachhaltige Genießen der positiven Auswirkungen, die Musik und Tanz zugeschrieben werden. Dies ist eine Möglichkeit auszuprobieren: Es gibt unterschiedliche Arten des Wohlfühls.

Fließen und Zerfließen

- ⇒ Einen dritten Schlüssel gibt es für die musikalische Bewegung: Die zeitliche Orientierung in der Musik.

Hilfreich ist es, wenn Sie feststellen können, ob das Stück regelmäßig gegliedert ist (wie viele gängige Musiken) oder unregelmäßig.

Weitere Möglichkeiten eröffnen sich, wenn Sie die Bewegungen in einen Rhythmus verpacken können.

Auf der folgenden Seite sehen Sie eine Übersicht zu den Thesen der musikalischen Bewegung.

Sie können Aufgaben leichter und klarer vormachen,

weil sie durch die Übereinstimmung mit Grundpuls, Takt und Taktstruktur besser zur Musik passen, weil sich die Bewegungsabläufe, die Konzentration und die Aufmerksamkeit verbessern, wenn Sie innerhalb der Musik arbeiten,
weil Sie damit dem lernpsychologischen Bedürfnis nach sinnvoll und nachvollziehbar strukturierten Informationen nachkommen.

Sie können Aufgaben abwechslungsreicher gestalten,

weil Sie die vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten, die Bestandteil des musikalischen Arbeitens sind, auf Ihre Arbeit übertragen können.

Sie können neue, auflockernde und konzentrationsschulende Spiele erfinden.

Mit Rhythmen/Perkussion lassen sich einfach und wirkungsvoll Spiele gestalten: durch rhythmische Kanons, periodische Spielmuster und mehr. Sie können lenken, welche Fähigkeiten angesprochen werden sollen, seien es Motorik, Merkfähigkeit, Konzentration, Stärke und Klarheit der Empfindung oder Eingliederung in die Gruppe

Sie könne die Anforderungen an die Leistungsfähigkeit Gruppe anpassen.

Sie können den Schwierigkeitsgrad der Aufgaben verändern, ohne das musikalische Erleben und damit die Motivation und positive Wirkung zu verlieren.

Sie können Tn zu intensiverer Mitarbeit motivieren,

weil es ein gemeinsames Ziel gibt: das „schöne Ergebnis“,
weil die Tn durch die Art der Aufgabenstellung auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene angesprochen werden,
weil es dem Körper erleichtert wird, seine Fähigkeiten auszuschöpfen.

Die angenehmen Auswirkungen von Musik und Bewegung können verstärkt werden.

Erlebnisse wie diese gibt es häufig beim gemeinsamen Tun:
Sorgenvolle Gedanken verschwinden.
Ich komme zur Ruhe.
Mir wird ganz leicht.
Ich komme leichter mit den anderen ins Gespräch.
Ich kann freier atmen.
Das gibt Schwung.

Musikalisch gestaltete Stunden scheinen solche Wirkungen zu fördern.

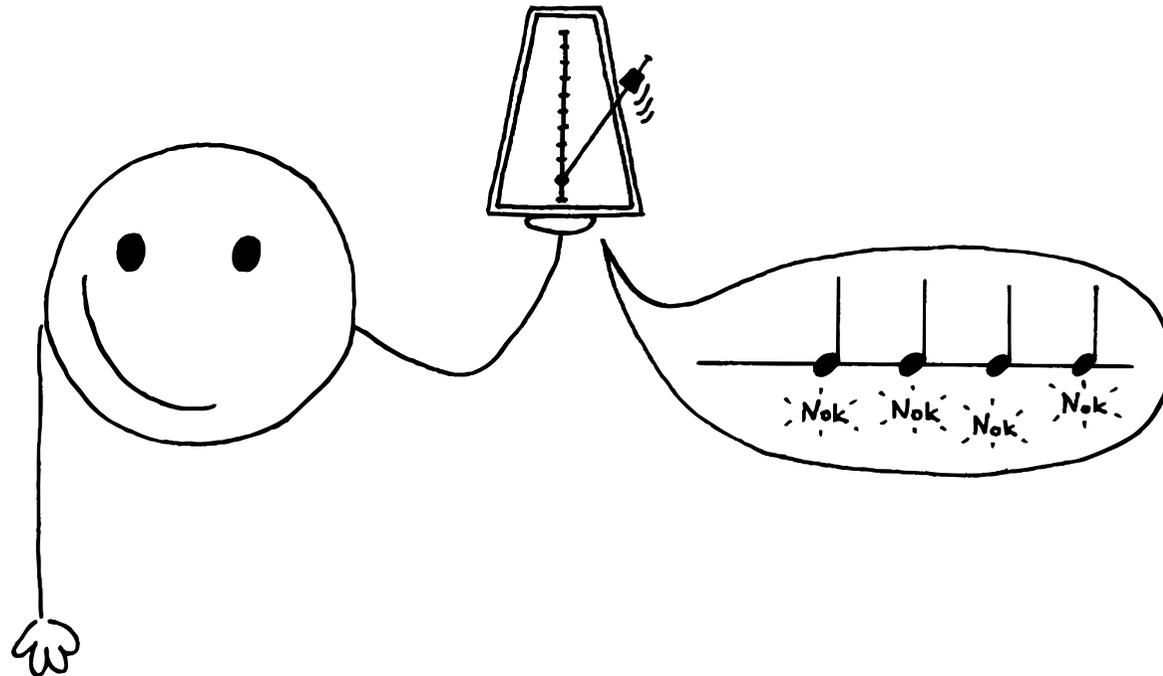
1. Spiele im Grundpuls

Den meisten Musiken liegt ein gleichmäßiger Schlag zugrunde (mehr unter *Grundpuls* in Kap. 2). Das Empfinden für den Puls ist wichtig für den aktiven Umgang mit Musik, weil alle anderen Tätigkeiten sich mehr oder weniger deutlich darauf beziehen.

Puls bezeichnet einen gleichmäßigen Schlag, der durch die Musik geht.

Hier gilt für den Grundpuls eine praktische Definition:

Der Grundpuls ist das Tempo der Schritte, die die Füße zur Musik gehen wollen.



Manchmal haben unterschiedliche Füße unterschiedliche Vorstellungen. Die einen empfinden langsamere Schritte als passend, die anderen schnellere. Wählen Sie eine gemeinsame Lösung aus. Die Leiterin, der Leiter kann auch vorgeben: „Dies ist der Grundpuls“.

Entscheidend ist, dass alle eine Vorstellung davon haben, wie schnell die Schritte zur Musik sind. Das gilt auch für Übungen im Sitzen, denn das Gefühl „Das ist das Tempo“ stellt sich über das Gehen oder die Vorstellung des Gehens am leichtesten ein.

Hörbeispiel 7

Den Puls mitspielen

Meist ist der Puls aus der Musik herauszuhören: Vertrauen Sie Ihren Füßen und Händen! In diesem Stück zeigt die Glocke den Puls an. Doch auf Dauer ist der deutliche Puls langweilig, deswegen wird er manchmal in der Musik versteckt, wie im Mittelteil der Musik. Spielen Sie auch dann den Puls weiter.

Hörbeispiel 1

Im Pulsschlag

Diese Spiele entweder ohne Musik oder mit einer Musik bei der man den Pulsschlag deutlich spürt. Hier und in den folgenden Übungen passt Hörbeispiel 1 oder die CD „Das trommelnde Metronom“ (s. Literatur).

- ☞ Machen Sie eine beliebige Bewegung im gleichmäßigen Tempo des Pulsschlages. Dieses Tempo sollte wie Tanzschritte zur Musik passen, auch wenn es sich statt Gehen um Bewegungen der Hände, Arme, Schultern oder Beine handelt.
- ☞ Behalten Sie diese gleichmäßige Bewegung auch im Mittelteil bei. Entsprechend kann der Puls gleichbleibend mitgespielt werden.
- ☞ Wählen Sie zwei verschiedenen Arten zu gehen, oder zwei Arten den Pulsschlag mitzuspielen. Zwischen beiden Möglichkeiten alle 2, 4 oder 8 Takte wechseln.
Schrittvariationen: Vorwärts, rückwärts, seitwärts, Mäuseschritte, auf Zehenspitzen usw.
Pulsvariationen: Unterschiedliche Klangfarben erzeugen oder unterschiedliche Instrumente einsetzen
- ☞ Wechseln Sie auch zwischen Bewegungen und Mitspielen.
- ☞ Zur Verdeutlichung des Ablaufs kann man den letzten Schlag vor der neuen Klangfarbe auslassen.
- ☞ Spiel: Je den Abschnitt 2 oder 4 Takte

(*laut spielen*) Klang 1 | Klang 2 | (*leise*) Klang 1 | Klang 2

oder

Große Schritte | kleine Schritte | Große Schritte | auf der Stelle |

Es ist nicht falsch, zu sagen, die Bewegung ist im Takt. Ein Takt ist eine Gruppe von Pulsschlägen (s.a. *Takt* in Kap. 1 und 2).

Wandern, Schleichen, Eilen

Wir bewegen uns nun nicht nur im Grundpuls, sondern auch im halben (Schleichen oder Wiegen) oder im doppelten Grundpuls (Eilen, Trippeln). Begriffshilfe: Schrittpuls, Schleich- oder Wiegepuls, Trippelpuls.

In den folgenden Übungen unterscheiden wir spielerisch zwischen den verschiedenen Bewegungsgeschwindigkeiten (entsprechend den unterschiedlichen Notenlängen).

Bei Bedarf hilft die Übungsleiterin durch entsprechende Bewegungen oder durch Mitspielen ein.

Hörbeispiel 8

Auch: Zu den drei Geschwindigkeiten den Grundpuls spielen.

Aufgaben

- ☞ Nacheinander in den drei Geschwindigkeiten (wandern, schleichen und eilen) durch den Raum gehen oder die drei Tempi spielen. Dazu wird der Grundpuls gespielt
- ☞ Jeder wählt ein Tempo, dazu wird ein Puls gespielt („wandern“, „eilen“ oder „schleichen“)
- ☞ Das eigene Tempo beibehalten während die Begleitung wechselt
- ☞ Zwischen zwei Geschwindigkeiten wechseln, während die Begleitung gleich bleibt

Bewegungsaufgaben

- ☞ Raumwege: Nur gerade Wege gehen oder nur Bögen, vor einem Richtungswechsel vier Schritte auf der Stelle
- ☞ Armhaltung: Die Hände auf den Schultern, auf dem Rücken, usw.



WISSEN Musiktheorie

Musikalische Spiele lassen sich in musikalischer Schrift notieren, zum Beispiel mit Noten.

Das Aufschreiben hat den Vorteil, dass Sie gelungene Ideen für spätere Stunden oder andere Gruppen festhalten können, oder dass Sie musikalische Anregungen aus Büchern übernehmen können. Noten sind dabei eine weit verbreitete musikalische Schriftsprache. Sie sind viel klarer als eine Erklärung mit Worten. Das hängt damit zusammen, dass die Notenschrift in ihrem Ursprung eine Bilderschrift ist, die musikalische Bewegungen sichtbar macht: auf und ab, viele Töne oder wenige.



Mit dieser Art von Aufzeichnung ist die Notenschrift verwandt. Mit ein wenig Übung ist sie leicht zu verstehen.

Drei Geschwindigkeiten

Wandern: Die typische Schreibweise für den Grundpuls finden Sie im Notenbeispiel in der ersten Zeile. Diese Noten werden Viertelnoten genannt.

Eilen: Wechseln Sie zu dem doppelt schnellen Tempo (zwei Schritte auf einen Grundpulsschlag), werden die Bewegungen erheblich schneller (und anstrengender), meist auch kleiner.

Schleichen: Macht man dagegen eine Bewegung im halben Tempo (ein Schritt in der Zeit von zwei Grundpulsschlägen), bewegt man sich im Tempo von halben Noten, wie sie in der unteren Zeile des Notenbeispiels zu sehen sind. Dabei entstehen größere oder wiegende Bewegungen.

Hörbeispiel 19

Sie haben jetzt erste Möglichkeiten kennen gelernt, bewusst mit der Musik umzugehen. Dieser bewusste Umgang mit der Musik verleiht Ihnen beim Anleiten einer Gruppe die Sicherheit, sich von Ungenauigkeiten der Gruppe nicht beeinflussen zu lassen. Auch eigene Unsicherheiten und kleine Fehler, die jedem gelegentlich unterlaufen, lassen sich dann schnell korrigieren.

Wandern	Eilen	Schleichen

Zusammenfassung

Es wurde gezeigt, wie sich Spielideen im Pulsschlag einer Musik mit musikalischen Gestaltungsmitteln weiterentwickeln lassen. Dabei kann es sich gleichermaßen um musikalische Spiele handeln oder um Bewegungsaufgaben.

- ⇒ Die Orientierung am Pulsschlag ist nur ein Ansatzpunkt von vielen möglichen für die musikalische Arbeit. Andere Themen können sein: der wohltuende Klang, ein szenisches Thema oder eine Bewegungsidee oder die Phantasie, das Erfinden oder die Sprache.
- ⇒ Ebenso gut wie der Einstieg mit dem Grundpuls (Viertelnoten) ist in vielen Fällen der Einstieg über den halben Grundpuls (langsame Schritte, wiegende Bewegung) oder über den Taktbeginn. Wenn Sie mit einer Musik von einem Tonträger arbeiten, bietet der Taktbeginn außerdem den praktischen Vorteil, dass die Musik beim Mitspielen besser zu hören ist (es gibt einfach nicht so viele „Fremdgeräusche“) und dass die Spielbewegung nicht so viel Konzentration erfordert.
- ⇒ Sie setzen also möglicherweise nur die Taktanfänge in Bewegung oder in Klang um. Diese Bewegungen verwenden Sie als Spielelemente und bilden Abschnitte von zwei, vier oder acht Takten. Variieren Sie jetzt Klangfarbe, Lautstärke usw. So können Sie alle anderen Gestaltungsmerkmale als Grundlage für Ihre Ideen nehmen.
- ⇒ Es ist auch möglich, von zwei unterschiedlichen Klangfarben auszugehen. Die können Sie mit den meisten Handgeräten erzeugen. Sie können aber auch abwechselnd in die Handfläche schlagen und die Hände reiben oder weitere phantasievollen Möglichkeiten nutzen.
- ⇒ Oder Sie gehen von einer Bewegung aus, die Sie rhythmisieren und mal *miteinander* und mal *nacheinander* ausführen. Anschließend können Sie den Bewegungen Akzente hinzufügen. Vielleicht möchten Sie aber lieber mit der *Taktstruktur* arbeiten und Sie füllen die ersten vier Takte eines Bewegungsablaufes mit Gehen aus und die zweiten vier Takte mit einer Winkbewegung im Grundpuls. Dabei bleibt die Gruppe stehen oder geht weiter.
- ⇒ Wenn Sie diese Bewegung (vier Takte gehen – vier Takte stehen und winken) paarweise oder in zwei Gruppen machen, geht jeweils die eine Gruppe und die andere winkt ihr zu. Unterscheiden Sie zwischen „Abschied winken“ und „herbei winken“.
- ⇒ Detailgenaue Bewegungsaufgaben schärfen die Konzentration. Sie erhöhen zugleich die Intensität und Wirksamkeit der Übungen. Darüber hinaus lassen sie die Bewegungen besser aussehen, was alle Teilnehmer sicher zu schätzen wissen. Wirkungsvoller als ein Lob kann es sein, wenn sich die Teilnehmer untereinander zuschauen und Rückmeldung über die Verbesserungen geben.
- ⇒ Die Konzentration auf eine Aufgabe erleichtert es, kreisende Gedanken zu stoppen und den Weg zu zeitvergebenem und erholsamem Tun zu öffnen.
- ⇒ Feinsinnige Bewegungsaufgaben sind auch eine Übung der Feinmotorik und der Koordination. Wenn man es nicht übertreibt, wächst mit der Anforderung die Leistung und auch das Erfolgserlebnis.
- ⇒ Drei Schlüssel der musikalischen Bewegung (s. Einleitung).
- ⇒ Das Ziel ist nicht eine höhere Leistung, sondern eine andere Leistung. Eine differenzierte Bewegung und ein feiner Klang bereiten Freude, und feinsinnige Bewegungen sind ein wesentliches Element des Bewegungslernen. Genaue

Wahrnehmungen wecken die Lebensgeister, eine höhere Qualität hinterlässt tiefere Spuren als eine größere Quantität (vgl. D. Jacobs).

- ⇒ Der gesamten Zusammenstellung liegt die Idee eines Baukastens zu Grunde. Alle Merkmale wie Klangfarbe, Dynamik usw. lassen sich miteinander kombinieren (nacheinander oder gleichzeitig), jedes Element ergänzt und beeinflusst die anderen. Alle Merkmale sind natürliche Bestandteile eines natürlichen Ganzen, der Musik z.B. und des Tanzes. Wie bereits zu Beginn gesagt, verwenden wir diese Merkmale unbewusst bei einer intensiven und hingeebenen Tätigkeit, weil sie natürlichen Vorgängen entspringen. Ihre bewusste, gezielte und mit Fühlen und spontanem Tun verbundene Anwendung kann daher eine praktische Hilfe sein.
- ⇒ Ziel ist es nicht, immer mehr Merkmale und Beispiele im Kopf zu parken. Vielmehr geht es um selbstinitiierte und selbstkontrollierte neue Erfahrungen, die später ohne Nachdenken in die Arbeit einfließen.

Je nach der Zusammensetzung der Gruppe und ihrem Tätigkeitsort ist die Leistungsfähigkeit einer Gruppe sehr unterschiedlich. Es ist daher in vielen Fällen nötig, diese Vorschläge zu verändern. Sofern Sie sich für eine Vereinfachung entscheiden, bedeutet es, dass Sie einen Aspekt herausnehmen und damit arbeiten oder nur die Spielidee verwenden und anders umsetzen.

Vielleicht fragen Sie sich dann einmal: War das jetzt eine Variation des Grundpulses oder eher die Variation der Taktstruktur? Es ist egal wie Sie es sehen; schön, dass Sie eine Idee hatten, die Bewegung der Musik anzupassen. Die Begriffe sind eine Hilfe, das Denken und Fühlen stärker oder auch neu zu verbinden. Dieses Gefühl und Urteilsvermögen muss sich ausbilden, und bevor Sie aus Erfahrungen schöpfen können, müssen Sie diese erst einmal gemacht haben.

2. Spiele gestalten

WISSEN

Wir freuen uns, wenn Musik gut klingt und wenn Bewegungen gut aussehen. Doch wie erreichen wir das? In dem wir unser Tun steuern. Wir steuern unser Tun mit Bewegungen und nach unseren Vorstellungen. Die wiederum entstehen durch unsere Gedanken, Wahrnehmungen und Einstellungen.

Hier setzt die bewusste Gestaltung an. Sie lässt uns in Gedanken, in der Wahrnehmung und in der Empfindung Veränderungen ausprobieren um zu anderen oder zu neuen Erfahrungen und Ergebnissen zu kommen. Mit Hilfe der Gestaltung richten wir unsere Aufmerksamkeit gezielt aus. Wir treffen eine Auswahl, welche Eindrücke wir besonders beachten wollen. Damit verringert sich die Zahl der Wahrnehmungen, die wir bewusst aufnehmen. Wenn diese verringerte Menge an Eindrücken mit erhöhter Aufmerksamkeit aufgenommen wird, verändern sich unsere spontanen Reaktionen automatisch. Die bewusste Beschränkung wird zu einer Bereicherung.

Man kann auch sagen: Wie ein Gewürz betont und bereichert die Gestaltung die eine oder andere Geschmacksrichtung oder setzt einen zusätzlichen Akzent. Die hier vorgestellten Gestaltungsmerkmale sind musikalische Gewürze, die die Musik oder die Bewegung für unseren Körper besonders bekömmlich machen. Sie haben einige von ihnen bereits im ersten Kapitel kennen gelernt: Grundpuls, Klangfarbe, Lautstärke, Genauigkeit (Präzision).

Die Anwendung dieser Gewürze bewirkt dasselbe, als wenn Sie ein Lied intensiv singen. Das Lied gewinnt durch die Intensität eine Gestalt, einen ausgeprägten Charakter und, andersherum gesehen, durch die Gestalt eine Intensität. Dann wird aus einem einfachen „Lalala“, aber auch aus einem verkniffenen „Tralalala“ oder gar einem bierseligen „Umtata“ ein anrührendes „O lala“. Dies geschieht

- ⇒ durch Betonungen, die aus dem Inhalt erwachsen, wie in „Mein Va-ter war ein Wan-ders-mann“

- ⇒ durch angemessene Tempoveränderungen wie z.B. am Schluss von: „Kein schöner Land“
- ⇒ durch lautmalerische oder akzentuierte Sprache: „In einen Harung jung und stramm, zwo – drei – vier, ss – ta ta ...“

Wenn Sie versuchen, ein Lied wie „O wie wohl ist mir am Abend“ so gleichförmig wie möglich zu singen (Vorstellung: Die automatische Telefonansage beginnt zu singen) merkt man, dass es praktisch unmöglich ist, ohne Gestaltung zu singen.

Die Gestaltung, die Formung eines Liedes ist also eine ganz natürliche Angelegenheit, wir sind uns dessen nur nicht immer bewusst. In der Instrumentalmusik begegnen wir ihr genauso wie in der Bewegung. Sie verleiht dem Tun eine größere innere und äußere Intensität und damit einen höheren Genuss. Beobachten Sie einmal große und feine Bewegungen von Menschen, die „mit Leib und Seele“ bei der Sache sind, ganz hingeeben statt verbissen, mit Genuss und Überzeugung. Dort entsteht Anmut und Leistung, „Schönheit, die von innen wächst“.

Gestaltung, die dem unmittelbaren Gefühl entspringt kann überzeugen, weil sie spontan und ohne Nachdenken erfolgt. Ein Weg überzeugend zu werden ist es, das eigene Empfinden immer stärker auszuprägen, bis man sich auf Wunsch die ureigenen Gefühle wachrufen kann.

Selbst wenn man selber diese Verbindung oder sogar Einheit von Fühlen, Denken und Tun erreicht hat, gelingt es nicht immer, anderen diese Intensität des Ausdrucks und Empfindens zu vermitteln, oder zumindest den Wunsch dafür zu wecken.

An dieser Stelle setzen die Gestaltungsmerkmale an und bieten spielerische Lernschritte zur Gestaltung und zum Verknüpfen von Fühlen, Denken und Tun an, um Erfahrungen zu vermitteln, denn das Genießen, die Freude gehören bei Musik und Bewegung einfach dazu. Die Gestaltungsmerkmale lassen die Individualisten Fühlen, Denken und Tun zu einem Team werden.

Durch diese Methode haben wir einen Einfluss auf das, was wir fühlen werden. Damit können wir uns auch Verhaltensbereichen annähern, die sich einer direkten Steuerung entziehen (s. *seelische Bedürfnisse* in Kapitel 3)

Da bei einem Buch naturgemäß die direkte Anleitung nicht gegeben ist, muss das Denken sich eine Vorstellung machen. Um es dem Denken leicht zu machen, finden Sie auf den kommenden Seiten eine Vorauswahl aus einfachen, aber wichtigen Bestandteilen von Musik und Bewegung: Pulsschlag, Takt und Taktstruktur. Wenn sie diese Bestandteile im Denken und Tun nachvollziehen können, haben wir eine verlässliche Grundlage für das Verständnis und für die Umsetzung der weiteren Abschnitte.

Nun soll aus der natürlichen Gestaltung kein unnatürlicher Zwang werden. Verwenden Sie die musikalischen Gewürze nach eigenem Geschmack, wie andere Gewürze auch. Probieren Sie mal das eine, mal das andere und lassen Sie sich von der Spielfreude leiten. Neue Anregungen brauchen Zeit, um verdaut zu werden und vom Kopf bis in die Füße oder bis in die Hände zu gelangen (anders herum genauso).

Gestaltetes Tun erhöht den Spaß, so dass „nebenbei“ eine veränderte Leistung erreicht wird, eine veränderte Qualität des Tuns. Und das ist eine große Leistung. Dann passiert es irgendwann, dass aus rhythmischen Aufgaben Musik wird, und dass aus Bewegungsübungen Tanz wird.

Gerade für den gesundheitlichen Aspekt der Bewegung ist dies nicht zu unterschätzen, weil dadurch die einzelnen Körperfunktionen zur Zusammenarbeit angeregt werden. Die harmonische Zusammenarbeit der verschiedenen Körperfunktionen ist ein wichtiger Bestandteil von Gesundheit und Wohlbefinden. Dies gilt für den physischen Bereich ebenso wie für den psychischen und sozialen.

Sie brauchen keinem Schema zu folgen. Sie können Anregungen so selten oder so oft einsetzen wie Sie mögen. Ist man mit den Gestaltungsmerkmalen ein wenig vertraut, entstehen mit ihrer Hilfe schnell Erweiterungen, Ergänzungen oder Ausgestaltungen kleiner Ideen.

?Regeln?

Eine wünschenswerte Eigenschaft für die Arbeit mit diesem Buch ist ein gelassener Umgang mit Regeln. Alle Hilfen sind dazu bestimmt, neue Ideen und Erfahrungen anzuregen. Sie sind nicht dazu gedacht, Sie in ein Korsett von Vorschriften zu zwingen. Probieren, Genießen und Erfahrungen zu verwerten braucht niemand zu lernen. Verwenden Sie die Methodik wann immer Sie mögen, vertrauen Sie auf Ihre Ideen, wann immer Sie eine haben!



Grundpuls – Takt – Taktstruktur

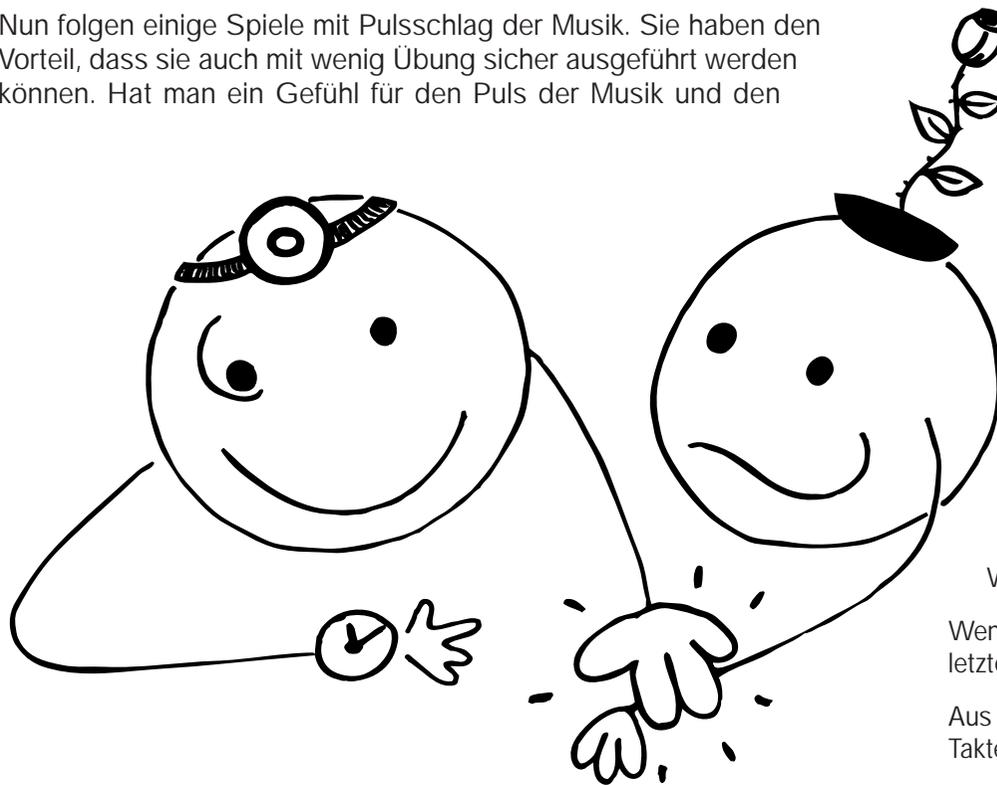
Grundpuls

Pulsschlag der Musik ist ein gleichmäßiges Tempo, das zur Musik passt.

Grundpuls oder Schrittpuls ist das gleichmäßige Tempo, das man für Tanzschritte wählen würde.

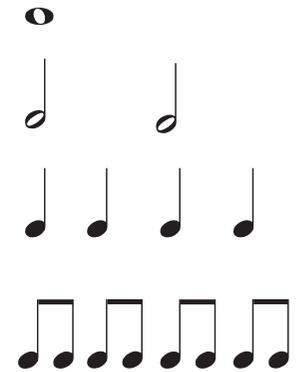
Der Grundpuls wird in Viertelnoten aufgeschrieben (s. Grafik rechts, dritte Notenzeile).

Nun folgen einige Spiele mit Pulsschlag der Musik. Sie haben den Vorteil, dass sie auch mit wenig Übung sicher ausgeführt werden können. Hat man ein Gefühl für den Puls der Musik und den



Takt (s. nächsten Abschnitt) entwickelt, sind andere Aufgaben viel leichter zu bewältigen. Dieses Vorgehen kann man auch in Gruppen verwenden. Besonders geeignet ist es aber zum Lernen nach einem Buch, wenn man darauf angewiesen ist, die Durchführung von Übungen selbst zu kontrollieren.

Sie können einzelne Schläge des gleichmäßigen Pulses auslassen. Auf diese Weise entstehen mit halben Noten (zwei Schläge) und ganzen Noten (vier Schläge) vielfältige Rhythmen. Möglich ist es außerdem, auf einen Grundpulsschlag zwei Noten zu spielen (Achtelnoten) (vgl. Wandern-Schleichen-Eilen).



Viertelnoten, halbe und ganze Noten sind gleichmäßige Pulsschläge der Musik, die zum Grundpuls (Schrittpuls) passen. Dargestellt werden sie mit verschiedenen Notenwerten, aus denen die Rhythmen zusammengesetzt werden. Wenn Sie den Grundpuls einer Musik sicher erkennen und mitspielen, können Sie leicht andere Notenwerte probieren und jederzeit zum sicheren Grundpuls zurückkehren.

Hörbeispiel 53

Gehen im Grundpuls

Vorwärts gehen, rückwärts, seitwärts und drehen – Zwei oder mehr Richtungen wechseln sich beliebig ab.

In jede Richtung 2 x 4 oder 4 x 4 Schritte gehen. Auch im Wechsel mit 4 x auf der Stelle gehen oder 4 Schläge still stehen.

Wenn Sie mögen, gibt es einen Klatscher oder Schnippser auf dem letzten Schritt vor dem Richtungswechsel.

Aus den letzten beiden Schritten eines Abschnittes (nach 2 oder 4 Takten) kann auch ein langer Schritt werden (halbe Note).

Bei einer Folge von 4 x 4 Pulsschlägen:
3 x 4 Schritte gehen und 1 x 4 auf der Stelle gehen oder stehen
(= 3 Takte gehen, 1 Takt stehen).

4 Gruppen, jede setzt einen Takt später ein (Bewegungskanon).
Während des letzten Taktes entweder ganz still verharren oder die
Arme auf und ab bewegen (auch: mit dem ganzen Körper mitgehen).
Es entsteht eine Anti-„La Ola“: Nicht die Bewegungswelle geht um,
sondern der Ruhepunkt.

Dies Spiel ist auch im Sitzkreis möglich, evtl. mit Aufstehen.

Für größere Kreise mit mehr als vier Gruppen gilt: „Wir sind nach der
Nachbargruppe dran.“

Alle die nicht da sind, bitte melden!

Vorübung: Gehen in einem der vier Notenwerte und einen anderen
Notenwert dazu klatschen.

Geübte Gruppenleiter spielen ihrer Gruppe zwei oder drei verschie-
dene Pulsschläge (Notenwerte) zugleich vor. Dann ist zu raten,
welcher Notenwert fehlt. Anschließend wird der fehlende Notenwert
von einem oder von allen gespielt. (Auch als Wettspiel zwischen
zwei Gruppen möglich).

In den Tonbeispielen erklingen drei Notenwerte zugleich, jeweils
einer der vier vorgestellten Notenwerte fehlt. Natürlich können sich
auch zwei oder mehr Gruppen diese Aufgaben vorspielen oder mit
Schritten zeigen.

Hörbeispiel 54, 55, 56, 57



Rhythmisches Tierleben

4/4 Pott - wal

4/4 Nas - horn, Wald - horn

4/4 Ad - ler, Fal - ke, Sper - ber, Spatz.

4/4 Hunderttausend Tau sendfüßler tauschen ih-re Filzpan-tof-feln.

Gleiches Thema, andere Übung: In einem Tempo gehen und in
einem anderen dazu sprechen.

- Viertel gehen, ein anderes Tempo sprechen oder zeigen
(s. Bewegungen im Gehen, nächste Seite)
- Jedes Tempo gehen und ein anderes sprechen und zeigen
- Jedes Tempo gehen, ein anderes sprechen und noch ein anderes
zeigen.

Spezialisten machen alle vier Notenwerte zugleich hörbar. Verhältnis-
mäßig leicht scheinen diese Spielweisen zu sein:

- ☞ Fuß: Viertel, Hand: Achtel, Hand: Halbe, Ganze sprechen
- ☞ Sprechen: Achtel, Hand: Viertel, Hand: Halbe, Ganze mit dem Fuß