mit Musik-CD

SPORTSTUNDE GRUNDSCHULE 4

Silke Schwarz

Musikalische Bewegungsspiele

Koordinationsschulung in der Primarstufe

hofmann.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung 6

I Theoretische Einführung

1 Historische Zusammenhänge zwischen Musik und Bewegung 11

2 Der Rhythmus im Kontext allgemeiner Koordinationsschulung 13

3 Rhythmus, Bewegung und Musik in den Grundschullehrplänen 19

4 Themenfelder der Musikalischen Bewegungsspiele 29
Körperhaltung, Embodiment und Körpersprache 29
Selbst- und Fremdwahrnehmung des Körperausdrucks 30
Tanz- und Bewegungsimprovisation, Body Percussion 30
Bewegungsqualität 31
Theater und Verwandlung 32
Emotion 32
Stimme und Atem 32
Dynamik und Tempowechsel 33
Spiele mit Bällen 33
Musikstoppspiele 34

5 Kompetenzen der Lehrkräfte 35

6 Methodischer Aufbau von musikalischen Bewegungseinheiten 40
PRÄLUDIUM: Einführung von Regeln 41
OUVERTÜRE: Aufwärmen 41
ÜBERLEITUNG: Impulsgeleitete Spiele 42
DURCHFÜHRUNG: Aufgabenorientiertes Spiel 42

ZWISCHENSPIEL: Wahrnehmungs-, Entspannungsspiel .. 43
FINALE: Freudbetontes Spiel 44
NACHKLANG: Reflexion 44

7 **Zusammenfassung** 46

II Musikalische Bewegungsspiele in der Praxis

1 **Rahmenbedingungen** 51

2 **Unterschiedliche Funktionen der Musik** 53
Auswahl der Musikstücke 54
Begrüßungs- und Abschlusslied 65

3 **Übersicht der Spiele** 70

III Zehn Doppelstunden für die Klassen 1 und 2

1 **Fahrzeuge und Maschinen** 77

2 **Wilde Tiere** 82

3 **Körperklänge** 85

4 **Südamerika** 89

5 **Clowns** 93

6 **Vögel** 98

7 **Im Zirkus** 102

8 **Atem** 106

9 **England und Amerika** 110

10 **Frühling** 115

IV Zehn Doppelstunden für die Klassen 3 und 4

1 **Stuntman** 121

2 **Auf dem Fluss** 124

3 **Ballkonzert** 129

4 **Prellball** 134

5 Spinnen und Insekten 139
6 Artisten und Dompteure 143
7 Freundschaft 147
8 Gefühle 150
9 Im Wasser 154
10 Im Urlaub 158

Anhang

Anmerkungen zu den Aufnahmen 165
Literatur 170

Einleitung

Musik ist hörbar gemachte Bewegung –
Bewegung macht Musik sichtbar (Metzger, 2008).

Im sportlichen Alltag begegnet uns Musik auf vielfältige Weise, z. B. als motivierende Unterstützung („Fangesänge im Stadion") oder in Jubelgesängen nach siegreichen Wettbewerben („We are the champions"). Zudem gibt es zahlreiche Bewegungsformen, die auf musikalischen Elementen aufbauen, wie der Tanz, das Eiskunstlaufen oder die Rhythmische Sportgymnastik.

Das verbindende Element zwischen Musik und Bewegung ist der *Rhythmus*. Bewegungsabläufe wie Laufen, Hüpfen oder Prellen haben alle einen regelmäßig wahrnehmbaren Rhythmus, an dem sich in der kindlichen Entwicklung die *Beherrschung eines Bewegungsablaufs* beobachten lässt. Zudem führt die Wahrnehmung von rhythmischen Elementen in der Musik zu *Bewegungslust*. Sie wird sichtbar, wenn Kinder beginnen, im Takt mit zu wippen oder zu tanzen sobald Musik erklingt. Diese Bewegungslust im musikalischen Zusammenhang wird in der heutigen Kinderwelt jedoch mehr und mehr zurückgedrängt. Im Musikunterricht oder im Konzert z. B. sitzen die Kinder meist still an ihrem Platz und dürfen höchstens mitklatschen.

Die *erste Zielsetzung* des vorliegenden Buches ist die *Bewegungslust* der Kinder mit Hilfe von Musik zu wecken und zu unterstützen. Dabei steht die *freudbetonte Wahrnehmung* und *Variation des eigenen Bewegungsrhythmus* im Mittelpunkt. Der Inhalt bezieht sich nicht vornehmlich auf tänzerische oder rhythmisch-gymnastische Inhalte. Vielmehr soll gezeigt werden, wie koordinative Kompetenzen durch musikalische Elemente spielerisch weiterentwickelt werden können. Dies geschieht, indem Bewegungen der Musik angepasst werden. Ein *zweites,* ebenso wichtiges, im Unterricht jedoch seltener angestrebtes Ziel besteht darin, die *individuellen Bewegungen hörbar* zu machen. Dadurch erreichen die Kinder Wahrnehmungskompetenzen, die es ihnen ermöglichen, ihre motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu verbessern. Die

Kinder erfahren ihren *Körper als Ausdrucksmittel* sowohl in klanglicher als auch in körpersprachlicher Hinsicht.

Zur vertiefenden Erläuterung der beiden grundlegenden Ziele *Förderung der Bewegungslust* und *Bewegungen hörbar machen* beginnt der theoretische Teil mit einem kurzen historischen Abriss über die Zusammenhänge zwischen *Rhythmus, Bewegung und Musik* (I-1). Er verdeutlicht das hohe motivationale Potential des Zusammenspiels dieser drei Bereiche. Daran anschließend wird auf die zentrale Funktion der *Rhythmusfähigkeit als koordinative Basiskompetenz* eingegangen (I-2). Im Mittelpunkt stehen eine kurze Darstellung der gängigen Begrifflichkeiten und Systematiken der koordinativ-motorischen Leistungsvoraussetzungen und eine Einordnung des Begriffs Rhythmus in die derzeit aktuellen Strukturmodelle.

Im Abschnitt I-3 werden die Schlüsselbegriffe der *Lehrpläne der Länder* in den Bereichen Bewegungskünste, Gymnastik, Tanz und rhythmische Bewegungsgestaltung den beiden Zielen des Buches zugeordnet. Dies liefert die Grundlage für die Gliederung der *Musikalischen Bewegungsspiele* in unterschiedliche *Themenfelder* (I-4). Um die Bewegungsspiele professionell anzuleiten, benötigen die pädagogischen Fachkräfte *Basiskompetenzen* in den Bereichen *Metrum und Rhythmus, Strukturelles Hören* und *Gebrauch der Singstimme* (I-5). Der theoretische Teil schließt mit der Kennzeichnung des methodischen Aufbaus der Stundenbilder (I-6) und einer kurzen Zusammenfassung (I-7).

Der *Praxisteil* bezieht sich zunächst auf die Rahmenbedingungen für den Einsatz von *Musikalischen Bewegungsspielen* im Sportunterricht (II-1). Danach werden die Möglichkeiten des Einsatzes von Musik, in Form von Body Percussion, Singen, Sportinstrumenten oder Musik vom Band beleuchtet und die Auswahl der empfohlenen musikalischen Literatur begründet. Zudem werden Beispiele für Begrüßungs- und Abschiedslieder aufgeführt, um der Sportstunde einen Rahmen zu geben (II-2). In II-3 folgt eine Übersicht über alle Spiele mit ihren Zuordnungen zu den Themenfeldern. Das ermöglicht den systematischen Einsatz einzelner Spiele im Sportunterricht sowie das freie Zusammenstellen eigener Stundenentwürfe.

Die vorgeschlagenen „fertigen“ Stundenbilder werden in den Kapiteln 3 (Klassen 1 u. 2) und 4 (Klassen 3 u. 4) präsentiert. In diesen werden die *Musikalischen Bewegungsspiele* thematisch geordnet und methodisch-didaktisch strukturiert. Es werden neue Ideen aufgezeigt, wie musikalische Elemente den Sportunterricht

bereichern können. Neben Musik vom Band werden Lieder und Spiele mit Sportinstrumenten vorgestellt. Die Spiele/Stundenbilder wurden in der Praxis mit Kindern erprobt.

Danksagung

Zur Entstehung dieses Buches haben viele Menschen tatkräftige Hilfe geleistet, denen an dieser Stelle herzlich gedankt sei. Hierzu gehören Prof. Dr. Klaus Roth für seine zahlreichen konstruktiven und wertvollen Hinweise, den Grundschulpädagoginnen Gabriele Heinzler, Christa Hischmann, Christina Pitt, Susann Schwertel und Anke Merkel-Wallenwein, den Kindern und Eltern der Grundschule Schlierbach und deren Leiterin Ulla Leonhardt-Holloh sowie den Studierenden des Studiengangs „Kindheitspädagogik“ der SRH Hochschule Heidelberg für die Unterstützung beim Ausprobieren und Weiterentwickeln der Spiele. Zudem sei den Verlagen und Künstlern herzlich für die Bereitschaft gedankt, ihre Werke auf der beiliegenden CD zu veröffentlichen, Jutta Buck für ihr Know-how bei der Zusammenstellung der CD sowie Andreas Klewe für die Geduld beim Erstellen der Fotos.

Mein größter Dank gilt jedoch Alexander, Justus, Konrad und Johann, ohne deren Hilfe dieses Projekt nicht hätte entstehen können.

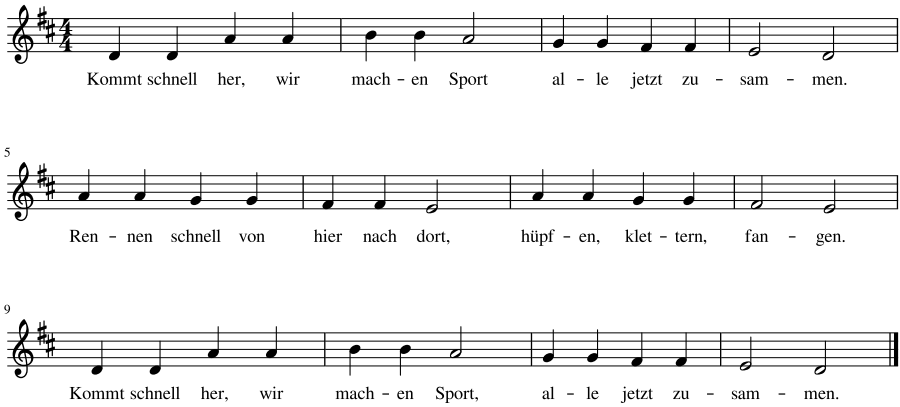
Silke Schwarz

Kommt schnell her, wir machen Sport

Die Melodie „Blinke, blinke lieber Stern“
(aus der Liederliste für die Grundschule Baden-Württemberg)
wird mit verändertem Text gesungen:

Kommt schnell her, wir machen Sport

Text: Silke Schwarz



Zu Beginn des Liedes gehen alle Kinder auf der Stelle locker im 4/4-Takt, während des Liedes wird die Gangart verändert (in leichtes Joggen, schnelleres Laufen auf der Stelle ...). Nach und nach wird das Tempo immer schneller. Das Lied passt sich dabei immer dem Lauftempo an. 2–3 Durchgänge.

Variante: Anstatt auf der Stelle zu gehen, können die Kinder auch hintereinander im Kreis gehen und immer schneller werden.

Stundenverlauf Doppelstunde 1: *Fahrzeuge und Maschinen*

Stundenabschnitte und Unterrichtsinhalte	
Material	Bänke, Pylonen, dicke Matte
Musik	Hejo spann den Wagen an, James Bond Theme (Alternative: Tumbai, tumbai)

Ouvertüre

Ernte

Die Kinder sind Bauern im 19. Jahrhundert und müssen das Feld ohne Maschinen nur mit Sensen, Rechen und Pferdewagen ernten. Nun kommt der Regen und das Feld muss schnell geerntet werden.

Zur Musik „Hejo, spann den Wagen an“ improvisieren sie diese Szene mit Bewegungen, die zur Musik passen.

Stundenabschnitte und Unterrichtsinhalte

Überleitung

Fließband – ***nur für die Doppelstunde***

Die Kinder stellen sich nach Belieben im Raum auf. Sie dürfen auch auf Bänken stehen. Allerdings müssen sie so nahe zusammenstehen, dass sie zu mindestens einem Kind nur eine Armlänge Abstand haben. Nun laufen unterschiedliche Gegenstände über das Fließband (Ball, Pylone, Reifen, Seil usw.). Am Anfang bestimmen die Kinder eine Reihenfolge, in der der jeweilige Gegenstand transportiert wird. Dann beginnt das Fließband zu laufen. Das erste Kind gibt den Gegenstand mit einem Geräusch dem zweiten Kind, dieses gibt ihn mit demselben Geräusch dem dritten Kind, so dass ein gemeinsamer Rhythmus entsteht.

Variante 1: Sind die Kinder geübt, können mehrere Gegenstände gleichzeitig weitergegeben werden.

Variante 2: Das Spiel kann auch im Kreis durchgeführt werden.

Abschleppdienst

Zur Musik „James Bond Theme“ oder „Tumbai, tumbai“ bewegen sich die Kinder als Autos so schnell wie möglich durch den Raum. Wenn die Musik stoppt, ruft die pädagogische Fachkraft einen Buchstaben (z. B. J). Alle Kinder, die diesen Anfangsbuchstaben in ihrem Vornamen haben, fallen um und haben eine Autopanne.

Die anderen Kinder müssen die Kinder mit der Autopanne in die Werkstatt (= dicke blaue Matte) abschleppen. Dabei überlegen sie selbst, auf welche Weise dies am besten gelingt.

Durchführung

Roboter

Die Kinder werden zu Robotern und bewegen sich mit eckigen Bewegungen zur Musik „James Bond Theme“ durch den Raum. Wenn die Kinder die Bewegungskoordination beherrschen, gibt es einen Musikstopp.
Die pädagogische Fachkraft ruft „Magnet Hand (oder Knie, Schulter, Po, Kopf usw.)“. Die Kinder suchen sich so schnell wie möglich einen Partner, mit dem sie mit dem genannten Körperteil zusammengehen. Wenn die Musik weiterspielt, bewegen sich alle Kinder wieder als Roboter durch den Raum.

Variante 1: Die Kinder berühren mit dem genannten Körperteil den Boden.

Variante 2: Die ganze Gruppe verbindet sich mit den Körperteilen und bildet eine Roboterschlange.

Verfolgungsjagd – ***nur für die Doppelstunde***

Die Kinder bilden zwei Gruppen. Sie wählen ein Fahrzeug (z. B. Motorrad, Zug, Traktor, Auto, Fahrrad) und ein dazu passendes Geräusch (z. B. br mit flatternden Lippen, tsch tsch, tuff, tuff).

Die Gruppen starten auf dem Spielfeld an zwei gegenüberliegenden Ecken. Auf ein akustisches Signal rennen die ersten Kinder der beiden Gruppen einmal um das Spielfeld. Die wartenden Kinder machen währenddessen das Fahrzeuggeräusch nach. Erreicht das Kind seine eigene Gruppe, klatscht es das nächste Kind ab.

Ziel ist es, ein Kind der anderen Gruppe zu fangen.

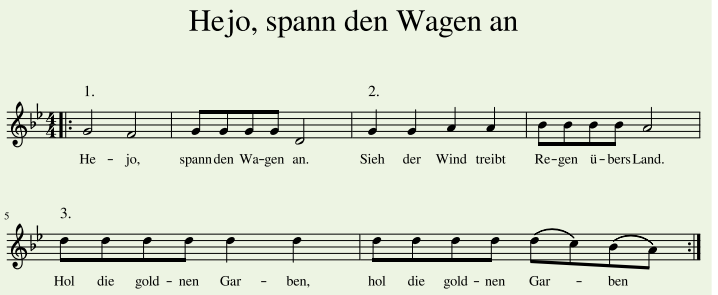
Stundenabschnitte und Unterrichtsinhalte

Zwischenspiel

Hejo, spann den Wagen an – Rap

Die Kinder sprechen zusammen den Text des Kanons als Rap (nur im Rhythmus, keine Melodie). Dabei führen sie zwei sich metrisch wiederholende Bewegungen aus. Zuerst wird das Heubündel aufgenommen (Bewegung 1), dann auf den Wagen geladen (Bewegung 2). Wenn die Gruppe den Rap und die Bewegungen zusammen gemeinsam gleichmäßig durchführen, kommt der Regen und das (Arbeits-)Tempo erhöht sich. Sobald alle erschöpft sind, wird das Tempo sehr langsam.
Am Anfang der Übung ist es empfehlenswert, dass die pädagogische Fachkraft die Tempovariation initiiert.

Variante: Wenn die Kinder den Rap beherrschen, kann auch ein Kind die Tempovariation anleiten.



Stundenabschnitte und Unterrichtsinhalte

Finale

Autorennen

Die Kinder bilden zwei Gruppen. Die beiden Gruppen stellen sich mit gegrätschten Beinen hintereinander auf. Zur Musik „James Bond Theme“ machen die beiden Gruppen ein Autorennen durch den Tunnel. Bei Musikbeginn beginnt das jeweils hinten stehende Kind. Es krabbelt durch die Beine der Kinder und stellt sich an den vordersten Platz. Bei welchem Team schaffen es die meisten Kinder während eines Durchgangs von „James Bond Theme“ durch zu krabbeln?

Variante: Anstatt mit gegrätschten Beinen können die Kinder auch als Brücke nebeneinanderstehen und einen Tunnel bilden. Dabei beugen sie sich nach vorne und berühren mit den Handflächen den Boden.

Nachklang

Welchen Klang haben eckige Bewegungen, welchen runde?

Wie klingt es, wenn man sich schnell oder langsam bewegt?