Institut für Weiterbildung
Weltistrasse 40, CH-3006 Bern
T +41 31 309 27 11, info-iwb@phbern.ch, www.phbern.ch
Simone Sturm, Dozentin Sport und Bewegung, simone.sturm@phbern.ch

PH Bern
Pädagogische Hochschule

Der Rhythmus bewegt
Im Kern jeder Bewegung steckt der Rhythmus

Klatschspiele

Klatsch im Kreis
Alle Kinder stehen im Kreis. Die Lehrperson gibt ein Klatschsignal weiter, das im Kreis herumgegeben wird.
Variation: Zwei Signale werden weitergegeben, auch möglich ein Stampf- und ein Klatschsignal.

Hugo
Die Kinder sitzen im Kreis. Alle schlagen rhythmisch auf die Oberschenkel und dann in die Hände. Ein Kind beginnt im Rhythmus zu zählen. Das nächste muss im Rhythmus weiterzählen. Alle Zahlen mit sieben und der Siebnerreihe werden durch das Wort „Hugo“ ersetzt. Wer einen Fehler macht scheidet aus, oder muss ein Pfand abgeben.
Variation: Die Richtung wechselt, je nachdem in welche Richtung die Person, die mit der Zahl an der Reihe ist, schaut.

Klatschspiel mit Überkreuzen
Die Kinder sitzen im Kreis. Jedes überkreuzt je eine Hand mit dem/der Nachbarn/in zur Rechten und zur Linken. Mit gleichem Abstand wird ein Klatschsignal weitergegeben. Wird zweimal auf den Boden geklatscht, wechselt die Richtung. Wer die Hand zu früh, zu spät oder falsch hebt, scheidet mit der betreffenden Hand aus.

Stromausfall Musik bewegt Nr. 9
Die Schülerinnen und Schüler klatschen den vorgegeben Rhythmus mit. Gelegentlich stoppt hat die Musik einen „Stromausfall“. Schaffen es die Schüler/innen im Rhythmus zu bleiben?

Zahlen klatschen Musik bewegt
Die Schüler/innen klatschen die Zahlen:
0 = Rechte Hand waagrecht auf senkrechte linke Hand legen
1 = In die Hände klatschen
2 = Rechte Hand auf die linke Brust schlagen
3 = Linke Hand gekreuzt über rechten Arm auf rechte Brust schlagen
4 = Rechte Hand auf rechten Oberschenkel patschen
5 = Linke Hand auf linken Oberschenkel patschen
6 = Rechte Hand auf rechte Gesässbacke schlagen
7 = Linke Hand auf linke Gesässbacke schlagen
8 = Stampen mit rechtem Bein
9 = Stampfen mit linkem Bein
10 = Beidbeinig hüpfen/stampfen
Wer kann seinen Geburtstag richtig klatschen?

Betonung Musik bewegt

Ein Viervierteltakt wird unterschiedlich betont

♪ ♪ ♪ ♪
♪ ♪ ♪ ♪
♪ ♪ ♪ ♪
♪ ♪ ♪ ♪

Schafft das die Klasse als Kanon?

Klatsch – Pingpong Musik bewegt

Ein/e Schüler/in klatsch ein Muster, die anderen klatschen das Muster nach. Das Muster wechselt ständig.
Variationen: Auch mit anderen Körperteilen kann Musik erzeugt werden. Die Schüler/innen bewegen sich im Doppelkreis und lernen immer neues Muster.

Klatschmuster darstellen Musik bewegt

♫ ♪ ♫ ♪ ♫ ♫ ♫ ♪

Die Schüler/innen stellen das Muster in Zweiergruppen unterschiedlich dar. Schaffen sie das auch mit geschlossenen Augen?

Still klatschen

Das Spiel dient zur Beruhigung und Konzentration. Die Lehrperson schaut ein Kind intensiv an. Dieses muss gleichzeitig wie die Lehrperson klatschen.

Bewegen zum Schlag

Im Rhythmus gehen
Die Kinder gehen im Rhythmus zu einem Metrum. Möglich ist die Verwendung der App „Tempo“.

Grussspiel
Die Kinder gehen im Metrum kreuz und quer durch den Raum. Immer 4 Schritte
- dann geben sie einem anderen Kind die Hand: re-re, li,li
- gleiches mit dem Bein
- mit den Hüften
- auf die Schulter klopfen

Dazwischen auf 4 Zeiten gehen

Gestresst, ruhig Musik bewegt Track Nr. 10
Die Kinder gehen gestresst oder ganz gemütlich durch den Raum, je nach Musikthema.

Eisenbahn Bewegungsspiele für Kids, Nr. 10, CD2
Die Eisenbahn fährt ganz ruhig an und wird dann immer schneller. Die Schüler/innen bewegen sich im Rhythmus ohne ineinander zu fahren resp. sie suchen sich vorher eine Eisenbahnschiene (z.B Linie auf dem Turnhallenboden.

Rössli lauf Galopp Kidz Box
Drei verschiedene Gangarten werden vorgestellt. Dann ertönen die Gangarten durcheinander und die Schüler/innen müssen in der richtigen Gangart durch den Raum gehen.

Tempospiel Bewegungsspiele für Kids, Nr. 24, CD2
Die Schüler/innen haben einen Musikbogen Zeit vom einen Ende der Turnhalle bis zum anderen zu gelangen. Die zur Verfügung stehende Zeit wird immer kürzer.

Puls weitergeben
Zu einer Musik mit einem deutlichen Rhythmus geben die Schüler/innen den Puls im Kreis weiter. Variationen: Möglich ist es auch immer auf 1 zu klatschen oder auf 1 zu hüpfen.

Jumpstyle Musik bewegt Musiktrack Nr. 12
Im Kreis versuchen die Schüler/innen ein- oder beidbeinig verschiedene Muster zu hüpfen. Hampelmann und Kickschritte sind auch möglich.
Variation: Die Musik wird ausgezählt und immer zu 2x8 Schlägen ein Hüpfmuster gesprungen.

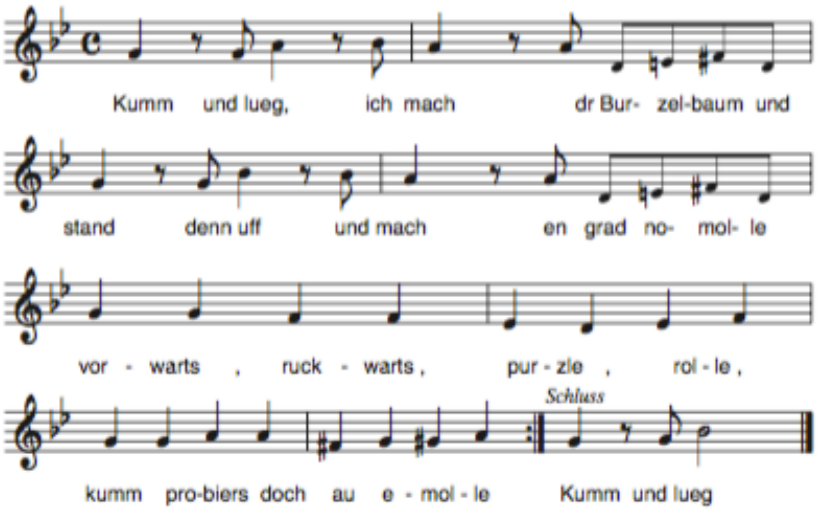
Darstellen zu Musik

Marionetten Musik bewegt, Musiktrack Nr. 5
Die Schüler/innen bewegen sich wie Marionetten im Rhythmus der Musik. Wenn die Musik zeigt, dass die Fäden reissen, sinken sie zu Boden. Sie bleiben liegen, bis die Musik alle wieder zum Leben erweckt. Anschliessend nehmen die Schüler/innen das Marionettenspiel wieder auf.
Variation: Die Schüler/innen bilden Zweiergruppen, das eine steuert die Bewegungen, das andere spielt die Marionette.

Zwerg und Riese Musik bewegt, Musiktrack Nr. 7
Die Musik spielt abwechselnd Zwerge und Riesen. Die Schüler/innen bewegen sich leicht und lustig wie Zwerge oder schwer und ungeschickt wie Riesen.
Variation: Die Schüler/innen bilden Zweiergruppen, die Zwergen und die Riesen. Bei der Zwergenmusik bewegen sich nur die Zwerge bei der Riesenmusik nur die Riesen. Die andere Gruppe bleibt starr stehen.

Tierspiel Bewegungsspiele für Kids, Nr. 8, CD1
Das Musikstück beinhaltet vier verschiedene Charaktere, die sich mehrfach abwechseln, jedem Charakter kann ein Tier oder eine Figur zugeordnet werden.
a. hüpfend b. leicht springend c. schwerfällig d. schleichend

Igel Kidz Box
Die Kinder interpretieren das Lied und rollen immer entsprechend den Textstellen auf dem Rücken.



Melodie: U. Führe
Text: C. Stähelin

Musikstopp Bewegungskünstler/in S.41
Zu Musik (160-170 Schläge pro Minute) laufen alle durch die Halle. Wenn die Musik stoppt, löst man mit dem Partner/der Partnerin auf einer Teppichfliese, die von der Lehrperson gestellt Aufgabe.
Zwei Füsse
Vier Füsse und zwei Hände
Zwei Füsse und eine Hand
Ein Fuss und zwei Hände
Ein Fuss und eine Hand
Zwei Füsse, vier Hände
Zwei Füsse, zwei Hände
Vier Hände bleiben auf der Teppichfliese.
Passt auch zu: Klang 1 Beine, Klang 2 Arme, Klang 3 Kopf. CD: Musik und Bewegung, Bewegungsspiele für Kids, BASPO, Nr. 5,6,7,8.

Reaktionsspiel Bewegungsspiele für Kids, Nr. 6, CD1
Die Musik stoppt zwölf Mal, die Kinder führen in der Pause eine vorher definierte Bewegungsaufgabe aus.

5 kleine Gespenster
Die Klasse wird in fünf Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe denkt sich eine „Gespensterbewegung“ aus und erhält zudem ein Gespenst zugeteilt. Jede Gruppe führt die Bewegung aus, sobald das betreffende Gespenst spricht.

Weltreise Musik bewegt, Musiktrack Nr. 20
Die Schüler/innen verteilen sich im Raum. Als Flugzeuge fliegen sie um die Welt und stoppen in verschiedenen Ländern. Dort führen sie dem Land entsprechende Bewegungen aus. Schweiz: Kreistanz, Spanien: Flamenco, Indien: Bauchtanz, China: Kampfsport, Russland: Mit verschränkten Armen hüpfen, Schottland: Hüpfmuster.

Beruhigung zum Abschluss

Kettenreaktion Fächer Musik und Bewegung 26A
Die Schüler/innen bilden einen Kreis. Alle versuchen eine Bewegung nach dem Prinzip eines Kaleidoskops zu multiplizieren. Es entsteht eine Klassenbewegung.

Literatur

Fächer Musik und Bewegung
J. Lanfranconi
ISBN 978-3-03700-128-8
INGOLDVerlag Fr. 31.20

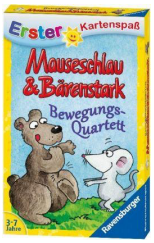
Modul Musik bewegt
Schule bewegt
www.schulebewegt.ch, Achtung neue Angebote!

Mobile Praxisbeilagen Nr. 47 und 48
Gratis download unter www.mobilesport.ch

KIDZ-Box Lehrerheft
Autorenteam: L. Zahner, F. Bürgi, I. Niederer, B. Liechti, S. Kriemler, J. Puder
Gratis download unter www.gesundheitsfoerderung.ch

Hits zur Kidz-Box
Musik-CD
Institut für Sport und Sportwissenschaften der Universität Basel, Birsstrasse 320B, 4052 Basel, sekretariat-issw@unibas.ch, Fr. 10.-

CD Bewegungsspiele für Kids
https://www.basposhop.ch/index.php/musik-und-bewegung-doppel-cd-bewegungsspiele-fur-kids.html, Fr. 35.-



Mauseschlau & Bärenstark, Bewegungsquartett (Ravensburger - 20325)
Im Buchhandel erhältlich z.B. Orell Füssli, Fr. 3.50