

Impressum

Titel

Bewegen und Entspannen nach Musik

Autorin

Monika Schneider

Musik, Geräusche, Aufnahme

Ralph Paul Schneider

Illustrationen

Dorothee Wolters

Druck

Athesia Druck GmbH, Bozen, IT



Verlag an der Ruhr

Mülheim an der Ruhr

www.verlagruhr.de

Urheberrechtlicher Hinweis

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen oder außerhalb dieser Bedingungen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Im Werk vorhandene Kopiervorlagen dürfen vervielfältigt werden, allerdings nur für Schüler*innen der eigenen Klasse/des eigenen Kurses. Die dazu notwendigen Informationen (Buchtitel, Verlag und Autorin) haben wir für Sie als Service bereits mit eingedruckt. Diese Angaben dürfen weder verändert noch entfernt werden. Die Weitergabe von Kopiervorlagen oder Kopien (auch von Ihnen veränderte) an Kolleg*innen, Eltern oder Schüler*innen anderer Klassen/Kurse ist nicht gestattet. Der Verlag untersagt ausdrücklich das Herstellen von digitalen Kopien, das digitale Speichern und Zurverfügungstellen dieser Materialien in Netzwerken (das gilt auch für Intranets von Schulen und sonstigen Bildungseinrichtungen), per E-Mail, Internet oder sonstigen elektronischen Medien außerhalb der gesetzlichen Grenzen. Kein Verleih. Keine gewerbliche Nutzung. Näheres zu unseren Lizenzbedingungen können Sie unter www.verlagruhr.de/lizenzbedingungen/ nachlesen.

Bitte beachten Sie zusätzlich die Informationen unter www.schulbuchkopie.de.

Soweit in diesem Produkt Personen fotografisch abgebildet sind und ihnen von der Redaktion fiktive Namen, Berufe, Dialoge u. Ä. zugeordnet oder diese Personen in bestimmte Kontexte gesetzt werden, dienen diese Zuordnungen und Darstellungen ausschließlich der Veranschaulichung und dem besseren Verständnis des Inhalts.

© Verlag an der Ruhr 1994, Nachdruck 2021

ISBN 978-3-86072-150-6

Inhalt:

Einleitung, Tipps und Hinweise	4
1. Im Zoo	6
2. Die Weltraumreise	9
3. Auf dem Spielplatz	15
4. Die Roboter	18
5. Die lodernde Flamme.....	20
6. Zinnsoldaten	23
7. Reise unter Wasser.....	26
8. Zehn kleine Zappelmänner	29
9. Die Zwerge und der Riese	32
10. Sonnenblume	36
11. Im Schulbus	41
12. Spiegelei	44
13. Fleißige Handwerker	46
14. Wir gehen zum Skifahren	52
15. Die kleinen Musikanten	55

Inhalt der CD: **Bewegen und Entspannen nach Musik**

Rhythmisierungen, Bewegung und Ausgleich in Kindergarten und Unterricht

Sprecher: Monika Schneider und Ralph Paul Schneider

1. Im Zoo	4:35	9. Der Zwerg und der Riese	2:32
2. Die Weltraumreise	4:55	10. Sonnenblume	4:05
3. Auf dem Spielplatz	4:15	11. Im Schulbus	4:30
4. Die Roboter	4:12	12. Spiegelei	4:50
5. Die lodernde Flamme	3:05	13. Fleißige Handwerker	3:50
6. Zinnsoldaten	2:32	14. Wir gehen zum Skifahren	3:58
7. Reise unter Wasser	3:05	15. Die kleinen Musikanten	4:45
8. Zehn kleine Zappelmänner	1:45		

GEMA

Liebe Spielefreunde,

„Setz dich gerade hin! Zappel nicht so! Wollt ihr wohl ruhig an eurem Platz bleiben!“ – Im schulischen Alltag des Sitzunterrichts ist das Sich-Bewegen zumeist nicht erwünscht. Aber nicht nur Fernsehkids oder hypermotorischen Kindern fällt das lange Sitzen in der Schule schwer – alle Kinder rebellieren gegen die unselige Allianz von Sitzen und Lernen. Gefragt sind Unterrichtsideen, die das Recht und die Lust des Kindes auf Bewegung und Ausgleich aufgreifen.

„Bewegen und Entspannen nach Musik“ bietet 15 erprobte und fantasievolle Fünf-Minuten-Geschichten von „Chili“ und „Pepe“. Die rhythmische Musik illustriert die einzelnen Themen (Im Zoo, Die Roboter, Die Welt-raumreise ...), leitet die Bewegungsabläufe und sorgt für gute Laune, körperlichen Ausgleich und Aggressionsabbau.

Die Kinder werden aktiv in ein Spielgeschehen eingebunden, ihre Fantasie wird ange-regt und ihre körperliche Ausdrucksfähigkeit gefördert. Das wirkt sich letztendlich auch positiv auf die sprachliche Entwicklung aus. Und das Allerwichtigste: Es hat allen sehr viel Spaß gemacht!

Die Bewegungsspiele sind einfach, aber wirkungsvoll, und können jederzeit zwischen Arbeitsphasen eingesetzt werden. Sie sind geeignet für die Grundschule, Sonderschule und den Kindergarten, ebenso für fröhliche und entspannte Kindergeburtstage und -feste.

Viel Vergnügen wünschen

Monika Schneider (Chili)

– Spielideen und Texte

Ralph Schneider (Pepe)

– Musik und Geräusche

Noch ein paar Hinweise und Tipps ...

- Alle Spiele sind praxiserprobt und mit Tipps zur Durchführung in der Spielanleitung versehen.
- Aus der „Pädagogischen Intention“ der Spielanleitung können Sie Sinn und Zweck der jeweiligen Rhythmisierung entnehmen, um Ihnen die Auswahl zu erleichtern.
- Die Musik ist meist mit einem knappen Text besprochen, der Ihnen Anhaltspunkte für den Bewegungsablauf gibt, den Sie aus dem Spielverlauf im Buch entnehmen können.
- Die Zeichnungen im Spielverlauf sollen Ihnen helfen, die begleitenden Körperbewegungen zur Musik leichter zu erfassen.
- Wo es sich angeboten hat, sind Kopiervorlagen für Folien beigefügt, um die Einführung des Spiels zu erleichtern. Malen Sie die Folien bunt aus, dann wirkt es für die Kinder motivierender.
- Wählen Sie das für Ihre Klasse am besten geeignete Spiel aus. Wenn Sie wenig Platz im Klassenzimmer haben, können Sie die Spiele durchführen, wenn die Kinder auf ihrem Platz bleiben. Die Tische müssen lediglich einen angemessenen Abstand aufweisen.
- Spielen Sie die Spiele vor der ersten Anwendung mindestens einmal für sich selbst durch, dann klappt es einfach besser. Und wenn es klappt, macht es auch Spaß!
- Platzieren Sie den CD-Player bzw. die Lautsprecher auf einem erhöhten Standort – also nicht auf den Boden, sondern z.B. auf das Pult – damit jeder die Musik und den Text gut hören kann.
- Um den Kindern die Orientierung zu erleichtern, empfiehlt es sich, bei der Wiederholung eines Spiels dieses durch einen prägnanten Erkennungssatz anzukündigen, den Sie der „Ankündigung des Spiels“ entnehmen können.

Im Zoo

Spielidee:

Spielerisch imitieren die Kinder verschiedene Zootiere und bewegen sich entsprechend der musikalischen Begleitung, die diese Tiere charakterisiert.

Pädagogische Intention:

- Üben, sich in Rollen hineinzusetzen
- Auflockerung langer Sitzphasen
- Freude und Spaß, Spiel und Bewegung

Unterrichtsorganisation:

Für das Gehen:

1. Die Schüler stehen hinter ihrem Stuhl und marschieren auf dem Platz. Der Stuhl ist unter die Bank geschoben.

Oder

2. Sie bilden eine Schlange, die mit dem Lehrer voran durch das Klassenzimmer marschiert.

Für die Tiermotive:

Zu den einzelnen Tierthemen, die auf der CD angesagt werden, können die Kinder sich entsprechend durch das Klassenzimmer bewegen

- entweder 1. frei
oder 2. in der Schlange.

Ankündigung des Spiels:

Text von der CD:

„Wir gehen in den Zoo.“

Musikdauer:

4 Minuten, 35 Sekunden

Musikeinsatz:

Während der gesamten Rhythmisierung

Tipp zum Musikeinsatz:

Die einzelnen Tierthemen kündigt eine Stimme auf der CD an. Der Lehrer macht die entsprechenden Bewegungen dazu vor.

Tipp zur Durchführung:

Spielregel einführen: „Berühren verboten!“ Sonst kann es passieren, dass die Schüler während des Spielverlaufs absichtlich „zusammenstoßen“.



Spielverlauf:

Text auf der CD

Wir gehen in den Zoo.

Der Elefant

Der Affe

begleitende Körperbewegungen

Auf der Stelle gehen.

Sich mit der linken Hand an die Nase fassen, den rechten Arm durch die entstandene Öffnung stecken und als Rüssel hin- und herschwenken, dabei mit großen, schwerfälligen Schritten durch das Klassenzimmer stampfen.



Hüpfende Schritte, evtl. Affenlaute von sich geben, sich am Kopf und unter den Achseln kratzen.

Spielverlauf:

Text auf der CD

Das Krokodil

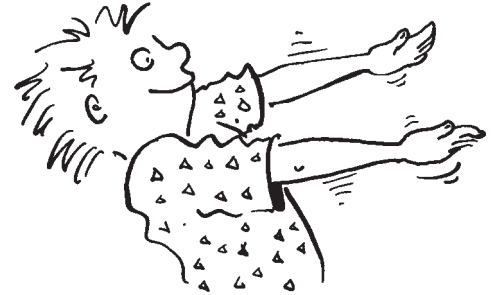
Das Känguru

Der Flamingo

*Wir gehen nach Hause –
Tschüss!*

begleitende Körperbewegungen

Arme weit vor dem Körper übereinander ausstrecken und als Riesenmaul auf- und zuklappen. Beim Zuklappen klatschen.



Mit geschlossenen Beinen durch das Klassenzimmer hopsen.



Stelzender Gang, Arme als Flügel schwingen.



Zum Platz zurückgehen.

Die Weltraumreise



Spielidee:

Vor Antritt der Reise zum Planeten Orykron und bei der Zwischenlandung tanken wir tief Sauerstoff in die Sauerstoffflaschen am Bauch. Während der Reise im Weltraum fühlen wir uns leicht und schwerelos schwebend, und bei jeder Landung spüren wir die Schwerkraft des Planeten.

Pädagogische Intention:

- Innere Ausgeglichenheit durch tiefe Bauchatmung. Viele Kinder sind Brustatmer, bei denen nur ein kleiner Teil der Lungenbläschen mit Sauerstoff versorgt wird. Die Folgen sind innere Unruhe und Konzentrationsschwäche.
- Anbahnung meditativer Elemente. Durch das abwechselnde Hineinfühlen in Leichtigkeit und Schwere wird die bewusste Körperwahrnehmung des Kindes gefördert.

Unterrichtsorganisation:

Die Schüler stehen zunächst hinter ihrem Stuhl, der unter die Bank geschoben ist. Wenn die Stimme auf der CD „wir schweben“ sagt, können die Kinder in entsprechender Weise im Klassenzimmer umhergehen.

Ankündigung des Spiels:

Der Lehrer zeigt die Folie mit dem Weltraumbild, zu dem sich die Schüler frei äußern können. Anhand des Planetenbildes kann der Lehrer die „Reise“ zum Planeten Orykron erklären:

„Wir machen eine Weltraumreise zum weit entfernten Planeten Orykron. Die Reise ist so weit, dass wir auf einem kleinen Planeten zwischenlanden müssen, um unser Raumschiff mit Sauerstoff aufzutanken.“

Musikdauer:

4 Minuten, 55 Sekunden

Musikeinsatz:

Während der gesamten Rhythmisierung

Tipp zur Durchführung:

Spielregel einführen: „Berühren verboten!“ Sonst kann es passieren, dass die Schüler während des Spielverlaufs absichtlich „zusammenstoßen“.

Die kleinen Musikanten

Spielidee:

Eine pantomimische Übung für die Finger und Hände, bei der verschiedene Instrumente dargestellt werden.

Pädagogische Intention:

Diese Übungen kräftigen Finger- und Handmuskulatur und sind vor und nach Schreibübungen einsetzbar.

Unterrichtsorganisation:

1. Die Schüler stehen im Stehkreis.
Oder
2. Sie stehen auf dem Platz hinter dem Stuhl, der unter die Bank eingeschoben ist.

Ankündigung des Spiels:

Text von der CD:
„Du bist ein Musiker in einem großen Orchester.“

Musikdauer:

4 Minuten, 43 Sekunden

Musikeinsatz:

Während der gesamten Rhythmisierung

Spielverlauf:

Eine Stimme auf dem Musikstück kündigt die Instrumente an: das Klavier, die Flöte, das Schlagzeug, die Posaune, die Bassgitarre, das Saxofon.

Lehrer und Schüler spielen das jeweilige Instrument pantomimisch so lange, wie es erklingt. Am Ende des Musikstückes spielt das ganze „Orchester“. Jedes Kind kann hier sein „Lieblinginstrument“ spielen.

