Move to the bodyrhythm

Unterrichtsbeispiel www.MusiKinderSchule.ch

Ein grooviger Einstieg zum Aufwärmen. Vier Bewegungen, resp. Klänge gestalten den Takt.

Methodische Hinweise

Bodyrhythm

Zuerst werden die vier Bewegungen des Bodyrhythm stehend eingeübt.

ufe	Arme aufwärts bis zur Körpermitte schwingen und dabei die Hosen streifen
use	Unterarme nach aussen, schnippen
zäme	in die eigenen Hände klatschen
abe	Arme abwärts schwingen, Hosen streifen

Variante

Es ist auch möglich, in die Hände eines gegenüber stehenden Partners zu klatschen.

Herausforderung mit Grundschritt

Wenn das klappt, können noch folgende Schritte dazu kombiniert werden.

Grundschritt

Linkes Bein bleibt immer am gleichen Ort.

rück	**rechtes** Bein rückwärts - Gewicht nach hinten verlagern	*ufe*
vor	**linkes** Bein vorwärts (in der Mitte)	*use*
vor	**rechtes** Bein vorwärts - Gewicht nach vorne verlagern	*zäme*
rück	**linkes** Bein rückwärts (in der Mitte)	*abe*

Zum Grundschritt wird der Text des Bodyrhythm zuerst nur gesprochen. Erst in einem zweiten Schritt wird die Bewegung des Bodyrhythm dazu ausgeführt.

ufe	*use*	*zäme*	*abe*
rück	vor	vor	rück

Bodyrhythm und Rap

Anstelle von: ufe - use - zäme - abe kann auch gerappt werden:
Hose - Finger - Händ - Hose.

rück		vor		vor		rück	
Ho-	*se*	*Fin-*	*ger*	*Häng*		*Ho-*	*se*

Es können auch ganze Verse dazu gerappt werden. Hier zwei Varianten:

Move to the bodyrhythm

move		*to*	*the*	*bo-*	*dy-*	*rhy-*	*thm*
dance		*to*	*the*	*beat*			
snip		*with*	*your*	*fin-*	*gers*		*and*
stomp		*your*		*feet*	*and*	*sing:*	

Hüt wei mer Musig mache

Hüt		*wei*	*mer*	*Mu-*	*sig*	*ma-*	*che*
lo-	*se*	*wie*	*das*	*klingt*			
Ho-	*se,*	*Fing-*	*er*	*Häng*		*lo-*	*se*
wie	*das*	*zä-*	*me*	*swingt*	*ig*	*säg'*	*öich:*

Medien zu diesem Beispiel

Zuordnungen

MU.1 | B Stimme als Ausdrucksmittel
MU.3 | C Bewegungsanpassung an Musik und Tanzrepertoire
MU.4 | A Musizieren im Ensemble
MU.6 | A Rhythmus, Melodie, Harmonie
ganze Klasse
Kurzsequenz
2. Zyklus

Autor/in

Axel Rieder