

# You must feel the beat

## Körperkoordination und Gewichtserfahrung als Grundlage zum gemeinsamen Musizieren

**E**in Beispiel aus dem Unterricht: Manche Schüler<sup>1</sup> können Rhythmen trotz gründlichen Übens nicht im Metrum nachspielen oder nachklatschen, oder sie fallen aus dem Metrum, wenn sie mit anderen musizieren wollen.

In seiner „Music Learning Theory“ beschreibt Gordon die Gründe für diese Schwierigkeiten.<sup>2</sup> Er bezieht sich dabei auf das Rhythmuskonzept von Rudolf Laban, der seinerseits betont, wie wichtig die Gewichtserfahrung und fließende Bewegungen für die Entwicklung eines sicheren Metrum-Gefühls sind.<sup>3</sup>

Die Pyramide in Abb. 1 soll Gordons Konzept zum Erwerb rhythmischer und tonaler Vorstellung leicht vereinfacht visualisieren und zeigen, dass man zum gemeinsamen Musizieren mit und ohne Noten am besten kommt, wenn man die darunter liegenden Lernschritte bereits durchlaufen hat.<sup>4</sup>

Wenn den Lernenden die Stufe der Gewichtserfahrung fehlt, können sie möglicherweise ein durchlaufendes Rhythmuspattern nicht halten, oder sie machen aus einem 3/4-Takt an einer Stelle einen 4/4-Takt.

Ich habe gute Erfahrungen damit gemacht, Gewichtserfahrungen ab dem Beginn der 5. Klasse ein halbes Jahr lang regelmäßig zu üben, wobei ein paar Minuten je Stunde völlig genügen. Dann ist die metrische Erfahrung von Körpergewicht bei den meisten Kindern internalisiert.

Das Prinzip der folgenden Übungen ist es, möglichst wenig zu erklären,

sondern durch Vor- und Nachmachen Körpererfahrungen zu vermitteln.

Dieser Beitrag beschäftigt sich mit Übungen auf der untersten Ebene der Pyramide.<sup>5</sup>

### Gewichts- und Metrums-Erfahrung

„Bitte stellt euch alle aufrecht hin. Stellt euch wie ich auf die Zehenspitzen und lasst euch dann wieder auf die ganze Schuhsohle fallen. Macht das im gleichen Rhythmus wie ich.“<sup>6</sup>

Der Lehrer spricht im gleichmäßigen Metrum auf neutraler Silbe (z. B. „bam“) und macht immer selbst die Bewegungen mit, damit sich die Klasse auch optisch orientieren kann. Wenn alle Schüler die Bewegung ausführen können, kann die erste Benennung folgen:

„Ihr habt euch gerade auf die großen Schläge bewegt. Jedes Musikstück hat große Schläge. Wo liegen denn die großen Schläge bei diesem Musikstück?“

Der Lehrer kann nun Musikstücke von CD, am Instrument oder selbst gesungen präsentieren, während sich die Schüler zu den Metrumsschwerpunkten bewegen.<sup>7</sup> Der Lehrer bewegt dabei stets mit, so dass die schwächeren Schüler weiterhin einen optischen Anhaltspunkt haben. Nach zwei Stunden, in denen je 5 Minuten geübt wurden, kann man dann, ohne sich mitzubewegen, die Klasse beobachten. Treten Schwierigkeiten auf, hilft man wieder durch Mitmachen.

### Koordination im Zweier- und Dreiertakt

„Bitte bewegt euch mit den Fersen alle

zu den großen Schlägen. Jetzt nehmt noch die Arme dazu.“

Der Lehrer macht vor, indem er die Arme mit möglichst großen Bewegungen auf die Körperseiten klopfen lässt.

„Man kann zu jedem Musikstück nicht nur große Schläge machen, sondern natürlich auch – kleine Schläge. Wo liegen denn hier die kleinen Schläge?“

Der Lehrer macht wieder vor, z. B. MM=80, große Schläge als Viertel, kleine Schläge als Achtel. Danach variiert man: kleine Schläge mit den Fersen, große mit den Armen, kleine mit beiden, große mit beiden. Die Abwechslung hilft, die Übung über 5 Minuten spannend zu halten und den nächsten Schritt vorzubereiten, in dem Viertel auf die Fersen und Achtel auf die Arme verteilt werden. Dies sollte aber erst nach 3–4 Stunden geschehen, wenn die Schüler sich an die Übungen gewöhnt haben.

„Jetzt bewegt euch bitte mit den Fersen auf die großen Schläge und mit den Armen auf die kleinen Schläge. – Macht das jetzt zum nächsten Musikstück.“

Der Lehrer kann den Schülern jetzt helfen, indem er auf dem Klavier Akkordfolgen spielt, die sich jede Viertel ändern, z. B. C – Em – F – G als Turnaround (s. Abb. 2).<sup>8</sup> Die Schüler hören die großen Schläge leichter, wenn sich dazu jeweils die Harmonie ändert.

Danach kann die nächste Benennung folgen: „Wieviele kleine Schläge macht ihr denn auf einen großen Schlag? Probiert das nochmals aus. (...) Immer, wenn wie hier zwei kleine Schläge auf einen großen passen, nennen wir das Zweiertakt. Es gibt noch eine andere wichtige Möglichkeit. Wieviele kleine Schläge liegen hier auf einem großen?“

Der Lehrer wählt einen Turnaround (Abb. 2 rechts) im 3/4-Takt, MM = 160. Nach der körperlichen Erfahrung und Benennung von Zweier- und Dreiertakt kann man jede Stunde Übungen zum Erkennen dieser Taktarten machen. Nach einiger Zeit können die Schüler die Bewegungen auch im Sitzen machen.

Eine effektive Aufgabe ist es, die Schüler ein Lied im Dreiertakt aus ihrer CD-Sammlung mitbringen zu lassen.

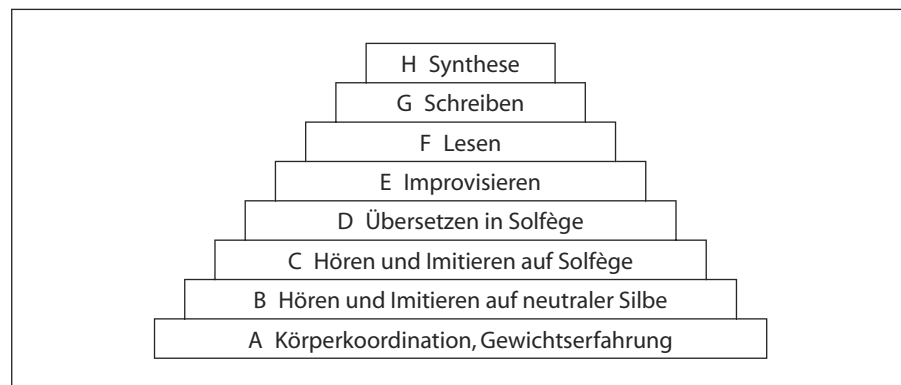


Abb. 1: Konzept zum Erwerb rhythmischer und tonaler Vorstellung nach Gordon

Dafür müssen sie ziemlich oft zu Hause ihre Koordinationsübungen machen ...

### Fließende Bewegungen

Das Tempo der obigen Übung muss zu Beginn relativ schnell sein, denn die Schüler haben wegen ihrer kleinen Körpergröße ein schnelleres Grundtempo, das sie wie magisch anzieht.<sup>9</sup>

Um auch langsamere Tempi spielen zu können, muss man zwischen den Schwerpunkten des Metrums ein Fließen spüren können, sonst rücken die Schwerpunkte immer enger zusammen. Auch beim Melodiespiel muss man den Fluss der Musik spüren, sonst kann man keine musikalischen Phrasen gestalten, sondern reiht nur Ton an Ton. Der Lernstand der Schüler bezogen auf das Fließen in der Musik wird besonders beim Hören von langsamen Sätzen deutlich, die meist als „langweilig“ bezeichnet werden, weil sich ihnen die Spannung und der gemächliche Fluss noch nicht körperlich mitteilen.

Hier können Bewegungserfahrungen eine Grundlage zu erweiterter Wahrnehmung sein, die sich dann auch auf das Musizieren auswirkt.

### Erste Übung – „Max sagt“

Die Klasse braucht einen möglichst großen freien Platz, um herumgehen zu können. Tische werden nach Möglichkeit beiseite geräumt.

Jetzt wird zwischen den Bewegungen abgewechselt, wobei der Lehrer den Wechsel ankündigt. „Immer wenn eine andere Bewegung kommt, beginne ich so: ‚Max sagt: 1. Gang‘, oder: ‚Max sagt: Hau den Lukas.‘ Wenn ich den Teil ‚Max sagt‘ weglasse, müsst ihr die alte Bewegung weitermachen. Wer die Bewegung trotzdem ändert, muss eine Runde aussetzen.“

Dann wird gespielt, der Lehrer führt en passant weitere Bewegungen ein, etwa Tennisaufschlag, Indianer beim Anschleichen, schwanken wie ein Betrunkener – aber alles in Zeitlupe. Sehr hilfreich ist es, die Bewegungsarten mit passender Musik zu unterlegen, was aber eine gewisse Flexibilität am Klavier erfordert, um schnell reagieren zu können. Als Alternative können sie sich eine CD mit passenden Beispielen zusammenstellen.<sup>10</sup>

### Weitere Übungen

**Im Raum:** Unter Anleitung des Lehrers sollen die Schüler eine imaginäre Seifenblasen aufpusten, sie dann anheben, verfolgen, auffangen, weiter aufblasen, vorsichtig in sie einsteigen, sie von innen anmalen, dann vorsichtig verschieben, aus ihr aussteigen und sie am Schluss wegpusten. Dazu wird passende langsam fließende Musik gespielt.

**Partnerübung:** Die Schüler stehen sich paarweise gegenüber und zeichnen mit

dem Zeigefinger möglichst langsam Figuren in die Luft. Der Partner folgt und rät um was es sich handelt.

**Slowland and fastland:** Der Raum wird in zwei Hälften getrennt, die Bewegungen aus dem „Max sagt“-Spiel werden in der einen Hälfte in normaler Geschwindigkeit, beim Wechsel in die andere Raumhälfte in Zeitlupe ausgeführt. Der Lehrer kann mit kurzen Musikausschnitten die Dauer des Verweilens in einer Hälfte vorgeben. Wechselt die Musik, sollen die Schüler die Raumhälfte wechseln.

### Fazit

Gordon betont die direkte Verbindung zwischen der Arbeit im Bereich elementarer Musikpädagogik und dem „normalen“ Musizieren. Es ist keineswegs so, dass die Bewegungsschulung ein eigenständiger Aspekt neben anderen Lernfeldern ist, vielmehr dient sie in seiner Sicht als wichtige Grundlage für jedes Musizieren.

Zur Person:

Hans-Ulrich Gallus ist Musiklehrer und Fortbilder. Er hat u. a. bei

E. Gordon studiert und beschäftigt sich intensiv mit aufbauendem

Musik-Lernen und mit Konzepten für Musikklassen.

Adresse: Schillerstraße 1, 74858 Aglasterhausen, Tel. 06262-915995

Abb. 2: Turnaround C – Em – F – G, alt. Turnaround im 3/4-Takt

„Bitte schlendert gemütlich durch den Raum, immer hin und her. Es gibt eine wichtige Regel: Ihr dürft euch nicht berühren; wer andere rempelt, macht eine Pause. (...) Das ist unser 2. Gang. Jetzt geht in Zeitlupe herum, so langsam wie möglich (...) das ist unser 1. Gang. Jetzt geht ihr so schnell wie möglich, ohne jemanden anzurempeln (...) das ist der 3. Gang. Jetzt stellt euch vor, ihr wärt auf einem Jahrmarkt, da steht ein ‚Hau den Lukas‘. Ihr holt mit dem riesigen Hammer aus, haut auf den Auslöser, blickt die Latte nach oben und jubelt, wenn ihr oben die 10 erreicht, – aber alles in absoluter Zeitlupe.“

Anmerkungen:

- 1 Sämtliche Personenbezeichnungen beziehen sich auf beide Geschlechter.
- 2 Edwin E. Gordon: Learning Sequences in Music. GIA Publications 1997, S. 175–178
- 3 Rudolf Laban: Mastery of Movement. Macdonald and Evans, 1971
- 4 Die Abfolge der Schritte ist in der Praxis weniger starr als in dieser Darstellung, Gordon spricht beim Überspringen von Ebenen von „bridging movement“, das im Lernprozess immer wieder vorkommen kann.
- 5 Übungen zu den weiteren Ebenen in: Bähr, J., Fuchs, M., Gallus, H.U., Jank, W. (2003) Weniger ist mehr – Überlegungen zu einem nachhaltigen Musikunterricht in den Klassen 1–6. In: Musikunterricht Heute, Bd. 5. Oldershausen 2003 (im Druck)
- 6 Andere Bewegungsmöglichkeiten: Schwanken nach links und rechts mit durchgedrückten Knien, Gehen auf der Stelle. Hierbei ist der Schwerpunkt aber viel schwammiger definiert; gerade schwächere Schüler haben ihre Probleme damit.
- 7 Dies ist eine prima Gelegenheit, die Schüler auch mit klassischer Musik vertrauter zu machen, da sie durch die eigene körperliche Aktivität sehr positiv auf jede Art von Musik reagieren.
- 8 Passende GEMA-freie Ausschnitte können Sie unter [www.hu-gallus.de/piano.htm](http://www.hu-gallus.de/piano.htm) herunterladen.
- 9 Man könnte sich das Notenbeispiel auch als 6/8 vorstellen.
- 10 Unter [www.hu-gallus.de/maxsagt.htm](http://www.hu-gallus.de/maxsagt.htm) können sie sich einige GEMA-freie Beispiele herunterladen, um eine kurze CD zusammenzustellen.