

Angaben zu Heft und DVD

Groove Pack

Eine attraktive Materialbereitstellung mit neu entwickeltem Lehrmittel und DVD, um mit Groovybag, Stäben, Shakern und Bällen auf verspielte Art Stabilität, Koordination, Rhythmus und Groove zu trainieren.

Das **Groove Pack** wurde von Elisabeth Danuser, Claudia Pachlatko und Jürg Lanfranconi, für den Musik- und Bewegungsunterricht von Lehrkräften entwickelt und in Projektwochen und Kursen mit grossem Erfolg erprobt. Die Materialien ermöglichen eine variantenreiche, spielerische, klar organisierbare Lernfeldgestaltung und ermöglichen das Verbessern, Präzisieren und Variieren der rhythmisch koordinativen Bewegungsfertigkeiten der Schülerinnen und Schüler.

Die Materialien wurden nach den Gesichtspunkten Qualität, Form, Farbe, Stabilität, Grösse, Gewicht und Dynamik des Zusammenspiels ausgewählt. Die Materialsammlung ist für die Rhythmusarbeit mit Gruppen von 14 (Kleinklasse, Halbklass) oder 28 SchülerInnen (ganze Klasse) erhältlich.

Das **Lehrmittel** stellt eine gezielt ausgewählte Liedersammlung ins Zentrum, welche die dazugehörigen rhythmisch koordinativen Bewegungen geradezu herausfordert. Die Lehrkraft singt und führt die dazugehörige Bewegung (entsprechend der DVD-Anleitung) gleichzeitig aus, die SchülerInnen imitieren das Vorgezeigte. Dieses Lernsetting fördert die Aufmerksamkeit im Hören und gleichzeitig in der Bewegungsbeobachtung. Da alle mit dem gleichen Material arbeiten, kann intensiv auf Klang, Koordination, Bewegungsausdruck und -dynamik fokussiert werden. Zudem ermöglichen die verschiedenen Farben (gelb, rot, blau, grün) eine rasche Gruppeneinteilung, eine Differenzierung der Aufgabenstellung, oder ein rasches Zusammenspiel von Varianten. Das so entstehende Repertoire leistet einen vielfältigen und unverzichtbaren Beitrag zur musikalisch-bewegten Förderung von Kindern.

Materialsammlung und Lehrmittel richten sich an Lehrpersonen der Volksschule, der Musikalischen Grundausbildung, der Rhythmik, an Musik- und Instrumentallehrkräfte, an SchülerInnen

der 1. bis 6. Klasse, aber auch an Menschen jeden Alters, welche die rhythmischer Koordination verbessern und ihre Körperwahrnehmung differenzieren möchten.

Ab Seite 44 wird zudem aufgezeigt, wie in heterogenen Gruppen die Förderung der Körperwahrnehmung durchgeführt werden kann. Dabei ist das Ziel, dass alle Schülerinnen und Schüler die entsprechenden Übungen machen und etwas dabei lernen können. Deshalb zeigen wir auf, wie die rhythmischen Koordinationsübungen vereinfacht werden können und der Fokus mehr auf die Körperwahrnehmung gerichtet wird. Es sind vorab Inhalte für Kinder der Grundstufe und des Kindergartens.

Das Lehrmittel besteht aus zwei Teilen

Das Heft

Im Heft werden die Materialien und ihre Anwendung anhand von 21 Liedern beschrieben. Dabei werden die Grundmaterialien des Groove Packs vorgestellt: Groovybag, Ball, Shaker und Sticks. Zu jedem Material sind 4 Lieder mit Grundbewegungen sowie ein Lied mit speziellem Fokus auf der Körperwahrnehmung beschrieben und mit Photos dokumentiert.

Die DVD

Die DVD enthält Kurzfilme zu jedem Lied. Studentinnen des Bachelors of Arts in Musik und Bewegung demonstrieren zum Lied unter Anleitung von Claudia Pachlatko die Basisübungen mit den vier Grundmaterialien. Diese Beispiele sind eine willkommene Lernunterstützung für die Lehrkraft. Zum Film kann sie direkt mitsingen und mitmachen bis das Ganze auswendig klappt.

Vorwort

Allgemeine didaktische Überlegungen

Lernen in Bewegung und Musik unterstützt auch das Lernen überhaupt.

Rhythmisches Arbeiten unterstützt das mathematische Lernen und die Verbindung zu einer praktischen Erfahrung von räumlichen und mathematischen Strukturen.

Rhythmisches Arbeiten und Singen unterstützt Rhythmusverständnis und Sprachfluss und kann zu deren Unterstützung eingesetzt werden. Die Materialien und die gezeigten Grundbewegungen können auch genutzt werden, um mathematisches und sprachliches Lernen zu trainieren: Zahlenreihen, Zählübungen, Deklinationen, Konjugationen, Fremdsprachen.

Entwicklung Klangmaterial

Aus der praktischen Arbeit heraus wurde die Idee geboren, einen Koffer zu füllen mit Materialien, welche es einer ganzen Klasse oder Gruppe erlaubt, mit ein und demselben Material Rhythmus und Groove zu Liedern zu trainieren und Musik zu machen.

Der Koffer sollte einfach zu transportieren sein und preislich in einem einfach budgetierbaren Rahmen bleiben. Das Musikhaus Central Musik – Ursula Bächli und Livio Gamberucci – übernahmen Produktion und Verkauf.

So entstand das Groove Pack, welches einsetzbar ist mit Menschen unterschiedlicher Altersstufen im privaten Gebrauch, im Musikunterricht, in der Regelklasse, in heterogenen Gruppen sowie in Aufführungen und Animationen aller Art.

Zusammengestellt werden Basisübungen mit vier Grundmaterialien, welche jederzeit variiert und erweitert werden können. Das Material selbst erzeugt Klänge, die das Singen und Bewegen unterstützen. Im gleichen Masse unterstützt das Material auch die rhythmische Bewegungskoordination, den Bewegungsfluss sowie die musikalische Gestaltungsfähigkeit – das Hören, Singen und Bewegen gleichzeitig. Die Grundfarben ermöglichen eine rasche Organisation von Gruppenarbeiten, Klangkonstellationen oder Circlegrooves.

Lassen Sie sich einladen in eine Vielfalt von einfachen Grundbewegungen, welche nach einer regelmässigen Übungszeit Raum öffnen für unzählige Variationen und Erweiterungen.

Zürich im Juni 2010
Claudia Pachlatko, Elisabeth Danuser,
Jürg Lanfranconi

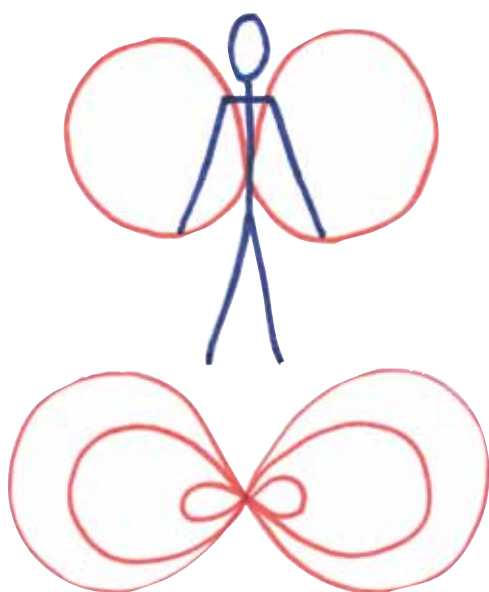
Das Groovybag

Der musikalische Puls lässt sich bestens mit dem Groovybag in einer grossräumigen rechts–links Armbewegung erleben und einüben. Vor dem Bauch wird das Groovybag von der einen in die andere Hand übergeben und so in einer liegenden Acht, im Symbol der Unendlichkeit hin- und hergegeben. Beide Hände sind gleich beteiligt, ein regelmässiger Bewegungsfluss entsteht.

Zur Arbeit an den Basics wird gehören: langsames Tempo, Tempo beschleunigen und verlangsamen (accelerando und rallentando), mittleres Tempo, schnelles Tempo, sowie: mit dem Schlag (Beat) oder: gegen den Schlag (Offbeat).

Grundbewegungen

Liegende Acht, langsam



Wenn der Puls langsam ist, so ist die Bewegung grossräumig. Die Arme greifen weit aus und zeichnen je einen grossen Bogen rechts oder links vor dem Körper. Der Knotenpunkt liegt auf der Höhe des Bauchnabels oder darunter. Das Groovybag wird von der einen in die andere Hand übergeben (und nicht geworfen), wobei sich der empfangende Arm entspannt und dann ganz in Streckung kommt, bevor er seitwärts in einem Bogen wieder hochgeht.

Langsames, mittleres und schnelles Tempo

Für einen langsamen Puls haben wir viel Zeit und benutzen viel Raum, für ein mittleres Tempo haben wir weniger Zeit und benutzen weniger Raum und für das schnelle Tempo geben wir das Groovybag geschickt und flink von einer Hand in die andere, ohne grosse Kurven zu zeichnen. Zeit- und Raumbenutzung sind proportional zueinander.



Mit dem Schlag (Beat)

Hier benutzen wir die Füße: wird das Groovybag im Beat, also auf den Schlag übergeben, so treten wir gleichzeitig mit dem Fuss auf den Boden.



Gegen den Schlag (Offbeat)

Wollen wir den Gegenschlag spüren (Offbeat), so übergeben wir das Groovybag jeweils nach dem Aufsetzen des Fusses. Wird diese Bewegung vergrössert und intensiviert, so ist es am einfachsten immer an das hochgezogene Knie zu denken. Dann nämlich findet die Übergabe statt, also: Knie = Übergabe.

Der Ball

Der Ball ist ein ausgesprochen beliebtes und anregendes Spielzeug. Mit dem Ball entwickeln wir unsere Geschicklichkeit, im Speziellen unsere visuo-motorische Koordinationsfähigkeit. Augen und Hände müssen zusammen arbeiten. In unseren DVD-Aufnahmen haben wir die kleinen Gummibälle aus dem Groove Pack eingesetzt. Sie sind speziell geeignet für geschickte Hände.

Für jüngere Kinder oder „gemächlichere Leute“ empfehlen wir grössere und etwas trägere Bälle. Das ganze Spielgeschehen verläuft damit etwas gemächlicher und die Koordination wird mit zwei Händen trainiert. Spielfreude und Lerneffekt bleiben jedoch absolut vergleichbar.

Wir spielen mit Prellen und Fangen, sowie mit dem Weitergeben des Ballles von der einen Hand in die andere, wie wir es vom Groovybag her kennen. Spielt man mit einem grösseren Ball, so kann man ihn zweihändig fangen und ihn dann hin- und hergeben.

Zur Basisarbeit in der Musik gehört das Heraushören der Taktarten. Wir werden uns im Folgenden mit dem Zweiviertel-, Dreiviertel- und Viervierteltakt beschäftigen. Zum Schluss lernen wir dann noch ein Lied mit Taktwechseln kennen.

Prell-fang

Der Ball wird mit der einen Hand auf den Boden geprellt und mit der anderen Hand gefangen. Nun prellt diese andere Hand den Ball auf den Boden. So spielen beide Hände im Wechsel miteinander und werden gleichberechtigt trainiert.



Prell-fang-gib

Die erste Hand prellt den Ball, die zweite fängt ihn und gibt ihn der ersten zurück. In diesen drei Bewegungen wirft immer dieselbe Hand den Ball zum Boden. Daher sollte dasselbe Spiel auch einmal mit der anderen Hand beginnend gespielt werden.



Prell-fang-gib-gib

Vier Bewegungen folgen sich: Hand 1 prellt, Hand 2 fängt, Hand 2 gibt weiter an Hand 1, Hand 1 gibt weiter an Hand 2. Und nun wirft Hand 2! Hier findet wieder ein wechselseitiges Training statt.



Die Shaker

Shaker sind äusserst vielseitig einsetzbare Instrumente und werden vom Kleinkind bis zum Profi-Musiker geschätzt und gespielt. Zum Groove Pack gehört eine Version von Shakern die relativ klein und kompakt ist. Damit lässt sich die Shaker-Technik gut erarbeiten, und der Klang wird auch bei hundert spielenden Leuten nicht zu laut. Beidhändiges Spiel und Training ist angesagt, weil wir bei allen Anregungen mit zwei Shakern gleichzeitig arbeiten werden. Dies immer im Sinne einer Gleichberechtigung unserer beiden Hände und Arme.

Zu den Basics gehört das Erarbeiten von verschiedenen Spieltechniken. Mit dem Shaker-Click erwerben wir uns sozusagen gratis die Grundhaltung. Mit der beidseitigen In- und Out-Bewegung lernen wir das Loslassen der Unterarme und fördern die Beweglichkeit der Ellbogen. Die Shaker-Bewegung vor-rück bringt uns in Schwung für schnelles Shaker-Spiel. Und zum Schluss setzen wir noch eine Bewegungsfolge mit verschiedenen Shaker-Klängen zusammen.

Grundbewegungen



Shaker-Click

Die Shaker werden zwischen Daumen und den vier übrigen Fingerbeeren gehalten, so dass man beide Shaker senkrecht gegeneinander schlagen kann. Dies ergibt einen Click-Sound.



In-out-Bewegung (Scheibenwischer)

Die Shaker werden in zwei grosszügigen umgedrehten U-Bögen auseinander und wieder zueinander bewegt, wie Scheibenwischer. Wichtig sind die entspannten Unterarme, die in der In- als auch in der Out-Position schräg nach unten weisen. Die Shaker werden, wenn wir uns einen Salzstreuer vorstellen, durch die Drehung einmal aufgestellt (in), einmal ausgelehrt (out). Wir salzen sozusagen des Nachbarn Teller...



Shake and shake, längs gehalten

Die Ellbogen sind etwa auf der Höhe der Schultern gehalten, so dass sich die Shaker auf oder gar über Ohrenhöhe befinden. Nun können wir die Unterarme frei nach vor und rück bewegen. Den Shaker halten wir dazu längs – so ist es einfacher, um relativ schnell zu einem guten kurzen und trockenen Shaker-Sound zu gelangen. Die Handrücken schauen nach aussen.



Shake and shake, quer gehalten

Mit den quer gehaltenen Shakern suchen wir nun denselben kurzen und trockenen Shaker-Klang. Die Vor- und Rück-Bewegung soll möglichst horizontal sein, der ganze Unterarm bewegt sich, das Handgelenk kann sich leicht mitbewegen. Die Handrücken schauen hier nach vorne.

Die Sticks

Die Sticks sind in ihrer Länge und Dicke so ausgewählt, dass sie gut als Schläger bedient werden können. Pro Person benötigen wir zwei Stück, damit beide Hände gleichmässig trainiert werden. Es gibt sehr viele Spielvarianten in Kombination mit Klangunterlagen, mit Schlägen Holz gegen Holz, oder auch in Interaktion mit Partnern.

Wir halten den Stick nicht am äussersten Ende sondern im goldenen Schnitt; hinter der Hand schaut noch ein Stück Holz hervor. Dies, damit auch Schläge auf oder mit diesem Teil ausgeführt werden können. Die Sticks werden relativ locker gehalten, mit dem Handrücken gegen oben, so dass sich unsere Hände flink und organisch ab- und auf bewegen können.

Zur Basisarbeit gehört das regelmässige Spiel zwischen rechter und linker Hand an verschiedenen Örtlichkeiten und in verschiedenen Geschwindigkeiten. Mit dem Einbeziehen von diversen Klangunterlagen entstehen Betonungen, zuerst im binären (zweiteiligen) und danach auch im ternären (dreiteiligen) Wechsel.

Dann wird eine spezielle Technik gezeigt, bei der Ab- und Aufschlag zum Klingen gebracht werden. Dies mit der Absicht, eine möglichst perfekte, weil regelmässige Schlagtechnik zu entwickeln.

Stickhaltung: Rechts–links im Wechsel

Die Sticks liegen auf dem vordersten gebogenen Zeigefingergelenk auf und werden mit leichtem Gegendruck der Daumen festgehalten. Die übrigen Finger umschliessen den Stab; die Handrücken schauen nach oben (Achtung: Keine gestreckte Zeigefinger auf den Stab legen!). Die Ellbogen sind frei und entspannt.



Ein Klang (regelmässige Pulsation)

Wir spielen an einem Ort, auf einer Unterlage, langsam oder schnell – und immer ganz regelmässig rechts–links im Wechsel. Es entsteht eine Pulsation.

Zwei Klänge, Betonungen

Schlagen wir auf zwei verschiedene Unterlagen, dann entstehen durch die unterschiedlichen Klänge wie von selbst Betonungen. Damit können wir das Metrum, den Takt oder einen Rhythmus hörbar machen.

Ab- und Aufschlag

Hierzu halten wir den einen Stick im rechten Winkel quer über den anderen in einem Abstand etwa von 10 bis 20 cm. Der untere Stick wird nun ab und auf bewegt und erzeugt nun zusätzlich zum Abschlag auch einen Klang beim Aufschlag. Dieses Spiel eignet sich zum Training von Konstanz und Regelmässigkeit der Ab- und Auf-Bewegung.



Zweihändige Schläge

Mit beiden Sticks wird gleichzeitig geschlagen, auf dieselbe Unterlage, auf verschiedene Unterlagen oder gegeneinander.

