

Vorwort

Jeder kann Bodypercussion. Für diese Art des Musizierens sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Dieses Buch ist aus dem Wunsch entstanden, möglichst vielen Menschen mit Lust an Rhythmus und Bewegung, eine Sammlung von Spielideen in einer kompakten und vielseitigen Form an die Hand zu geben.

Jeder Leser findet elementare Übungen, Spiele und Arrangements, die er in der Praxis umsetzen kann. Meine Hoffnung ist, viele Leser zu inspirieren, die Inhalte weiterzuentwickeln oder eigene Ideen zu kreieren.

Bodypercussion kann in vielen Alltagssituationen verwendet werden: z.B. als kurze Auflockerungssequenz oder als komplexes Arrangement, mit dem man sich intensiver auseinandersetzt.

Die kollektive Bodypercussion ist ein gemeinschaftliches Erlebnis – es verbindet und bestärkt die Gemeinschaft, es schult die Konzentration und die koordinativen Fähigkeiten.

Viele Ideen sind in der täglichen Praxis als Musikpädagoge entstanden. Die Vorschläge und Anregungen meiner Studenten und Schüler habe ich als kreativen Input in das Buch einfließen lassen. Die Arrangements benutze ich in meinen Bodypercussion-Workshops. Vieles habe ich somit in der Praxis getestet.

Bodypercussion ist ein ganzheitliches Körpererlebnis. Das Denken steht nur zu Beginn im Vordergrund – danach ist es ein „sich vom Verstand loslösen und in die Bewegung eintauchen“.

Das Erlebnis ist vielseitig, akustisch, visuell und emotional, kollektiv oder alleine, mehrstimmig oder unisono.

Mein Buch ist ein Aufruf, neue Erfahrungen zu sammeln und sich auf die Welt der Rhythmen einzulassen.

Viel Spass dabei!

Maurizio Trové

Januar 2014

Hinweise zum Buch und zur DVD

Dieses Lehrbuch beinhaltet Übungen und Arrangements für verschiedene Lernniveaus. Dem Lehrbuch liegt eine DVD mit allen Arrangements bei. Ebenso sind einzelne Übungen aus dem Grundlagenabschnitt oder aus den Rock/Pop- und Latin-Kapiteln zu sehen.

Es wurde die konventionelle Notationsschrift verwendet, da viele mit dieser Notationsart bereits vertraut sind. Im Unterschied zur herkömmlichen Notation hat die Symbolik der Notenköpfe eine andere Bedeutung (siehe Notation und Fotos, Seite 12).

Zur Lernunterstützung wird jeder Rhythmus mit Worten oder Sätzen unterlegt.

Für dieses Lehrbuch braucht man, ausser grundlegenden Notenkenntnissen, keine besonderen Vorkenntnisse. Alle Übungen und Arrangements wurden in der Praxis ausprobiert. Dieses Buch richtet sich an alle Altersklassen.

Der Anwendungsbereich ist für den Musik-, Einzel- und Gruppenunterricht, für das Klassenmusizieren, sowie für Ensembles oder für die Chorarbeit gedacht.

Die Lust an der Bewegung und am Gemeinschaftserlebnis sind wichtige Voraussetzungen für das Gelingen. Somit ist der Lehrer, hier im Buch der Spielleiter (SL), gefordert. Er sollte die Abläufe der Arrangements beherrschen.

Im ersten Teil werden Grundübungen mit Achtelnoten, Sechzehntelnoten und Triolen dargestellt. Ausserdem werden Rhythmusverschiebungen und polyrhythmische Takte erlernt (z.B. 3:2 oder 2:3).

Der zweite Teil beinhaltet zwei- bis sechsstimmige Arrangements. Die Farbe der Hauptüberschriften bzw. des Balkens oben auf den rechten Seiten zeigt den Schwierigkeitsgrad.

Grün = einfach

Blau = mittel

Rot = anspruchsvoll

Es kommen ein- und mehrstimmige Stücke vor und Stücke, die für Kanons geeignet sind. Das Stück „The Shaker“ ist eine Art Pantomime, bei der die Bodypercussion die Hintergrundmusik bildet.

Der dritte Teil beinhaltet diverse Latin (Samba, Mambo oder Bossa Nova) und Rock/Pop Grooves. Die Latin Bodypercussions sind für die Chorarbeit geeignet. Die Rock/Pop Rhythmen eignen sich für die Begleitung von A-Capella-Liedern.

Abkürzungen

R	rechts
L	links
RH	rechte Hand
LH	linke Hand
RF	rechter Fuss
LF	linker Fuss
BP	Bodypercussion
SL	Spielleiter

Glossar

Grundstimme:	Taktmuster im Arrangement
Groove:	Ein Ausdruck, der oft im Rock/Pop, Latin und Jazz gebraucht wird. Die Bezeichnung „es grooved“ bedeutet, dass das Spielgefühl, Timing und der Klang einer Idealvorstellung entsprechen. Mit dem Begriff „Groove“ kann auch ein Taktmuster gemeint sein.
Fill-in:	Das Fill-in ist ein Übergangstakt. Dieser wird in der Regel einmal gespielt, als Bindeglied zwischen zwei verschiedenen Teilen eines Songs.
Break:	Der Break bezeichnet einen Stopp.
Pattern:	Das Pattern ist ein Begriff, der eine harmonisch oder rhythmisch wiederkehrende Struktur bezeichnet.
Phrasierung:	Bezeichnung der Spielart: Lautstärke, Rhythmik und Artikulation.
♩ = 100	Tempoangaben: das sind Richtlinienangaben (als Spieltempi gedacht).
Polyrhythmik:	Das Wort Polyrhythmik beschreibt die Überlagerung verschiedener Rhythmen, die bei gleichbleibender Pulsgeschwindigkeit (z.B. 2:3) gleichzeitig gespielt werden.
Polymetrik:	Das Wort Polymetrik beschreibt ein rhythmisches Muster, das sich bei aufeinanderfolgendem Spielen (über mehrere Takte) verschiebt.
Metronom:	Elektronisches oder mechanisches „Instrument“, welches einen gleichmässigen Takt beizubehalten hilft.

Hinweis: Das „ß“ wird im Schweizerischen als „ss“ geschrieben. Die Texte dieses Buchs entsprechen dieser Regel.

Notation und Fotos



KLATSCHEN



Fingerspitzen der RH in
Handfläche der LH (TIP)



BRUST



STAMPFEN



OBERSCHENKEL



GESÄSS



WANGE



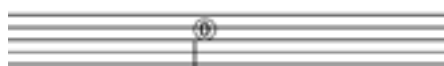
SCHNIPSEN



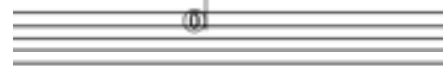
HÄNDEREIBEN



ZUNGENSCHNALZEN



KLATSCHEN vor geöffnetem Mund



KLATSCHEN vor geöffnetem Mund
(Seitenansicht)



SCHUHPLÄTTLER



TUBE SOUND



KLATSCHEN unter
dem Knie



"Give me five"
mit Partner

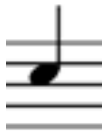


mit ZUNGE
Korkenzieher-Effekt



DAUMENSKROLLEN

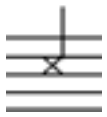
Soundbeschreibung



Klatschen: Das Klatschen kann von der RH in die LH oder umgekehrt gespielt werden. Die Hände werden dabei auf Brusthöhe gehalten.
Die empfangende Hand fängt den Schlag weich auf, dabei entsteht ein fleischiger, voller Klang. Die schlagende Hand benutzt die ganze Länge der Finger.



Tipp: Der Tipp ist ein leiser Klatscher. Dabei treffen die Fingerspitzen der Schlaghand auf den Handballen der empfangenden Hand. Es entsteht ein leiser und dünner Klang. Dieser Sound wird verwendet, um die Füllnoten zwischen den Akzenten zu spielen.



Schnipsen: Das Schnipsen kann mit der RH oder LH gespielt werden. Der Daumen wird gegen den Mittelfinger, der kleine Finger und der Ringfinger fest auf den Handballen gepresst. Der Zeigefinger ist von der Hand weggespreizt. Den Daumen in Richtung Zeigefinger wegziehen und den Mittelfinger nach unten, auf den Handballen schnellen lassen.



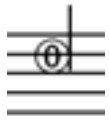
Tube-Sound: Für den Tube-Sound brauchen wir beide Hände. Die LH wird soweit geschlossen, dass in der Mitte eine Art Rohr (Tube) entsteht. Die lockere Handfläche der RH schlägt auf die Öffnung der LH. Es entsteht ein hohler Klang. Die Hände werden vor dem Oberkörper gehalten (Winkel zwischen Unterarm und Oberarm ca. 70°).



Händereiben: Die Hände werden zwischen Bauch- und Brusthöhe gehalten, die Handflächen reiben aneinander, dabei die Hände nicht zu fest aufeinander pressen. Mit trockenen Handflächen entsteht ein sandiger, warmer Klang. Um einen voluminöseren Klang zu erzeugen, können die Hände auf den Oberschenkeln gerieben werden. Diese Variante empfiehlt sich vor allem für jüngere Kinder.



Daumenscrollen: Das Daumenscrollen erinnert (technisch) an das Fingerschnipsen. Hier wird mit allen Fingern geschnipst. Der kleine Finger berührt den Daumen. Der Daumen gleitet fächerartig mit einem leichten Druck an allen Fingern vorbei. Der Sound ist viel leiser als das herkömmliche Schnipsen. Er erinnert an zwei Spielkartestapeln, die ineinander gemischt werden.



Klatschen vor dem Mund:

Die Hände werden wie Kokosnuss-Hälften zu Halbschalen geformt.

Die Lippen formen eine runde Öffnung.

Die Hände klatschen vor die Mundöffnung. Der entstandene Luftdruck erzeugt in der Mundhöhle einen Klang.

Die Mundöffnung soll gross genug sein. Durch die Verformung des Mundes kann die Tonhöhe variiert werden.



Wange:

Die Fingerglieder klatschen, mit der RH oder LH, auf die Wange.

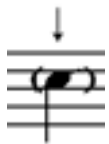
Durch die Verformung der Mundöffnung wird die Klanghöhe bestimmt. Dabei wird der Unterkiefer abwechselnd nach oben oder nach unten bewegt. Es klingt wie das Entleeren einer Flasche.



Give me five:

Der Klang ist wie beim Klatschen. Er wird mit einem Partner ein- oder zweihändig erzeugt.

Hier kommt ein koordinatives Element dazu: Zielen und Treffen der Hände!



Klatschen unter dem Knie

Ein Bein wird im rechten Winkel angehoben. Der Oberkörper beugt sich leicht nach vorne, der Rücken bleibt gerade.



Stampfen:

Der Stand ist hüftbreit, die Haltung aufrecht, die Körperspannung spürbar.

Beim abwechselnden Stampfen wird darauf geachtet, dass mit dem ganzen Fuss aufgetreten wird und dabei ein satter Klang entsteht. Der Schlag wird abgefedert, indem wir beim Auftreten in die Knie gehen.

Das Körpergewicht ist jeweils auf dem auftretenden Fuss.

Dabei geht der Oberkörper organisch mit. Es entsteht ein leichtes Hin- und Herpendeln.



Oberschenkel:

Die Handfläche schlägt auf die obere Hälfte des Oberschenkels. Es entsteht ein satter Klang.



Gesäss:

Der Körper ist aufrecht, die Körperspannung spürbar. Die Handfläche schlägt auf das Gesäss.

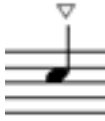
Der Klang ist etwas dumpfer als der Klang auf den Oberschenkeln.



Brust:

Der Brustschlag erfolgt mit der ganzen Handfläche auf die Brustmuskulatur.

Der Klang ist kurz, trocken und dumpfer als der Oberschenkelklang.



Zungenschnalzen:

Die Zunge wird in die Mitte des Gaumens gepresst. Durch das Pressen entsteht eine Art Vakuum. Die Zunge schnellt nach unten. Es entsteht ein „Plopp“-Geräusch.



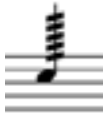
Schuhplattler:

Beim Schuhplattler wird mit der RH auf den linken Schuh geschlagen. Der LF wird auf Kniehöhe hinter dem rechten Bein hochgehoben.

Die flache Hand schlägt auf die Innenseite des Schuhs.

Der Klang ist hell und trocken.

Der Oberkörper bleibt aufrecht. Die Herausforderung ist, das Gleichgewicht zu halten.



Korkenzieher:

Die Zunge formt eine Rinne und wird leicht an den Gaumen gepresst. Der Mund ist leicht geöffnet. Auf einer Mundseite wird Luft angesaugt.

Das Geräusch entspricht dem Öffnen einer mit einem Korken verschlossener Flasche.

Notensymbole

KLATSCHEN

STAMPFEN

OBERSCHENKEL

BRUST

SCHNIPSEN

GESÄSS

WANGE

KLATSCHEN vor geöffnetem Mund

DAUMENSKROLLEN

HÄNDEREIBEN

TUBE SOUND

Fingerspitzen der RH in
Handfläche der LH (TIP)

ZUNGENSCHNALZEN

SCHUHPLÄTTLER

KLATSCHEN unter
dem Knie

"Give me five"
mit Partner

mit ZUNGE
Korkenzieher-Effekt