

Christina Müller | Niclas Hellwig

# Bewegtes Lernen im Fach Musik

Klassen 5 bis 10/12

Didaktisch-methodische Anregungen

2. Auflage



ACADEMIA

**Christina Müller | Niclas Hellwig**

# **Bewegtes Lernen im Fach Musik**

**Klassen 5 bis 10/12**

Didaktisch-methodische Anregungen

2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage





Onlineversion  
Nomos eLibrary

**Die Deutsche Nationalbibliothek** verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-89665-952-1 (Print)  
ISBN 978-3-89665-953-8 (ePDF)

2. Auflage 2020

© Academia – ein Verlag in der Nomos Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, Baden-Baden 2020. Gesamtverantwortung für Druck und Herstellung bei der Nomos Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG. Alle Rechte, auch die des Nachdrucks von Auszügen, der fotomechanischen Wiedergabe und der Übersetzung, vorbehalten. Gedruckt auf alterungsbeständigem Papier.

Besuchen Sie uns im Internet  
**[www.academia-verlag.de](http://www.academia-verlag.de)**

<p><b>1 Musik machen</b> <i>Singen</i></p> <p>1.1 Lockerung (5-10/12) 1.2 Atmung (5-10/12) 1.3 Ich zähl dich ruhig (5-10/12) 1.4 Lieder singen und gestalten (5-6) 1.5 Lieder über die Natur (5-10) 1.6 Mango Mango Loop (5-10) 1.7 Kanon in Bewegung (5-8) 1.8 Wollknäuel (5-10) 1.9 Walk My Song (5-7) 1.10 Singhaltungen (5-10/12)</p> <p><i>Musizieren</i></p> <p>1.11 Pezziball Orchester (5-7) 1.12 Body Percussion (5-10/12) 1.13 Trommler-Trio (6-10/12) 1.14 Ein neuer Sound (6-10/12) 1.15 L. van BEAT-HOVEN (6-10/12) 1.16 Flaschenpusten (5-10) 1.17 Das Zimmer macht ... (5-10/12)</p> <p><i>Erfinden</i></p> <p>1.18 Tumm-Tumm-Tschack (5-10) 1.19 Cup Song (5-10/12) 1.20 Rap dir deinen Text (7-10/12) 1.21 Like John Cage (10-12) 1.22 Sample-Story (10-12)</p>	<p><b>2 Musik hören</b> <i>Wahrnehmen und Erleben</i></p> <p>2.1 Muntermacher (5-10) 2.2 Rhythmusspiele (5-10) 2.3 Stressabbau (5-6) 2.4 Meine Entspannungsmusik (5-10/12)</p> <p><i>Unterscheiden</i></p> <p>2.5 Beat-Ball (5-9) 2.6 Hören und Erkennen (5-6) 2.7 Das klingende Zimmer (5-6) 2.8 Was ist in der Dose? (5-8) 2.9 Mister X (5-10) 2.10 Wo ist die Klangquelle? (5-8) 2.11 U-Boot und Riff (5-10) 2.12 Geräuschlawine (5-6) 2.13 Moldaupuzzle (6-10)</p> <p><i>Verstehen</i></p> <p>2.14 Stufendynamik (7-8) 2.15 Rondo (5-6) 2.16 Treppenmelodie (5-6) 2.17 In den Notenzeilen (5-6)</p> <p><i>Deuten</i></p> <p>2.18 Intervall-Parade (8-10/12) 2.19 Zahlenlauf (6-10/12)</p>	<p><b>3 Musik umsetzen</b> <i>Gestik, Bewegung und Tanz</i></p> <p>3.1 Welcher Musiker? (5-8) 3.2 Einfrieren und Auftauen (5-10) 3.3 Die Jahresuhr (5-7) 3.4 Erkenne die Musik ... (5-8) 3.5 Rhythmusdirigenten (6-10) 3.6 Headphone Party (7-10/12) 3.7 Ab in die Disco! (7-10/12) 3.8 Discofox (7-10/12) 3.9 Line Dance (5-10) 3.10 So tanzt man in ... (5-8) 3.11 Choreografie-Baukasten (8-10/12)</p> <p><i>Szenische Darstellung</i></p> <p>3.12 Playback Show (5-6) 3.13 Gestalten einer Szene (5-10/12)</p> <p><i>Bildliche Darstellung</i></p> <p>3.14 Malen zu Musik (5-10/12) 3.15 Instrumenten-Baukasten (7-10/12) 3.16 Was das Ding so alles kann (5-10/12) 3.17 Deutschlandkarte (8-10/12)</p>
--	---	---

<b>4 Musik reflektieren</b> <i>Musiktheorie</i>	<i>Musik in Geschichte und Gegenwart</i>	
4.1 Instrumentengruppen (5-6)	4.5 Richtig oder falsch? (5-10/12)	
4.2 Notensuche (5-7)	4.6 Ich merke mir ... (5-10/12)	
4.3 Melodie-Baukasten (6-9)	4.7 Musik erleben (5-10/12)	
4.4 Zerstreute Tonarten (8-10/12)		

Unser Dank gilt folgenden Wissenschaftlern und Lehrkräften, die mit ihren Ideen und fachlichen Rat-schlägen die Überarbeitung der Beispiele unterstützten:

Herrn Hans-Werner Unger Hochschule für Musik und Theater Leipzig, Fachgebiet Schulmusik  
Frau Sonja Hoffmann, TU Dresden, Musikpädagogik  
Frau Karsta Piwonka, Humboldt-Gymnasium Radeberg (Projektschule „Bewegte Schule“)  
Frau Christine Schreibhardt, Schule zur Lernförderung Großenhain (Projektschule „Bewegte Schule“)  
Frau Kerstin Maeder, Schule zur Lernförderung Flöha (Projektschule „Bewegte Schule“)

Layout: Karla Edelmann, Leipzig, Christina Müller, Leipzig

Zeichnungen:

Martin Veit, Leipzig (Titelseite), Niclas Hellwig, Leipzig (1.1-1.2, 1.4, 1.6-1.11, 1.13-1.19, 1.22, 2.4-2.5, 2.7-2.17, 2.19, 3.1, 3.3, 3.6-3.7, 3.9, 3.11, 3.13-3.17, 4.3)

---

Anmerkung:

Männliche Personenbezeichnungen (Lehrer, Schüler) gelten in diesen didaktisch-methodischen Anregun-gen gleichermaßen für Personen weiblichen Geschlechts.

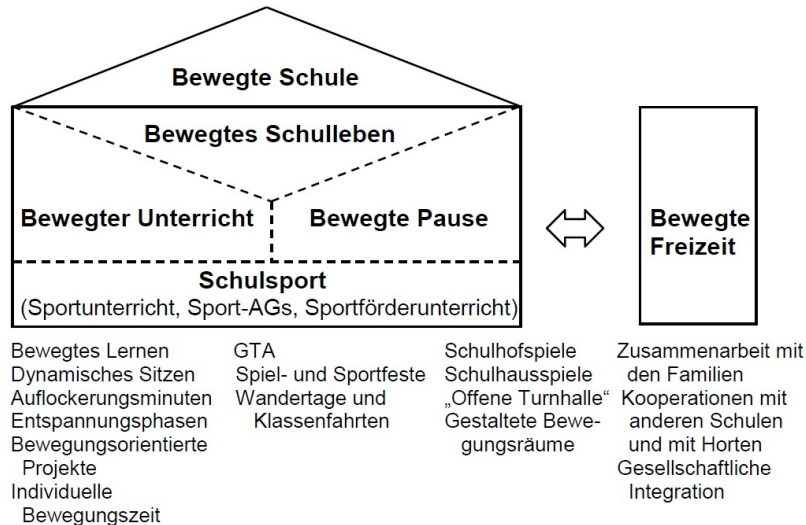
## Einleitung:

### **Bewegtes Lernen als Teilbereich einer bewegten Schule**

**Kinder und Jugendliche brauchen die Bewegung**, um sich in ihrer Gesamtpersönlichkeit harmonisch entwickeln zu können. Bewegung ist das Medium, die Umwelt zu erkennen und zu gestalten (Grupe 1982, 72). Durch Bewegung nehmen die Heranwachsenden ihre Umwelt differenzierter wahr und sammeln vielfältige Erfahrungen. Bewegung unterstützt das kognitive Lernen durch eine verbesserte Konzentrationsfähigkeit, der Schaffung eines zusätzlicher Informationszugangs über den Bewegungssinn sowie die Optimierung der Informationsverarbeitung). Bewegungssituationen bieten für Schülergruppen vielfältige soziale Lernmöglichkeiten, bei denen die Wechselseitigkeit von Geben und Nehmen ausgewogen realisiert wird. Des Weiteren besteht ein Zusammenhang zwischen als befriedigend erfahrenen Bewegungshandlungen und positivem emotionalen Erleben. Bewegung kann einmal aktivieren, hat aber auch eine beruhigende und stressabbauende Wirkung. Dadurch werden Gesundheit und Wohlbefinden gefördert. Bewegung ist eine Voraussetzung für die motorische und gesunde körperliche Entwicklung. Durch Bewegungssicherheit kann die Unfallhäufigkeit gesenkt werden. Die Erprobung von Bewegungsabläufen, eine realistische Selbsteinschätzung und das Erleben eigenen Könnens, aber auch eigener Grenzen, tragen wesentlich zu einer befriedigenden Selbsterfahrung bei. (Müller, 2010, S. 20-30)

**Kinder und Jugendliche haben aber zu wenig Bewegung**, denn sie sind in Abhängigkeit von ihren individuellen Bedingungen von einer zunehmend von Bewegungseinschränkungen charakterisierten Welt umgeben. Als zentrale Stichworte können gelten: Einengung und Spielfeindlichkeit der Bewegungsräume, Dominanz bewegungsarmer Freizeittätigkeiten, Tendenz zur „Verhäuslichung“ und damit Rückzug aus dem Bewegungsraum Natur u. a. Der Zustand dauernder Bewegungsunterdrückung wird noch verstärkt durch einen den Schulalltag häufig bestimmenden typischen „Sitzunterricht“. Folgen sind zunehmende gesundheitliche Schwächen und Schäden (Haltungsschwächen u. a.), Konzentrationschwäche, Hyperaktivität, Auffälligkeiten im Arbeits- und Sozialverhalten, erhöhte Aggressivität, eingeschränkte Leistungsfähigkeit, Unfallhäufigkeiten. (Müller, 2010, S. 31-34)

Ansätze zur Problemlösung zu finden, ist ein gesamtgesellschaftliches Anliegen, in das sich unterschiedliche Ebenen einzubringen haben. Schule sollte insgesamt den Bewegungsaktivitäten der Kinder und Jugendlichen mehr Raum bieten und konsequent ein Lernen mit allen Sinnen, also auch dem Bewegungssinn, ermöglichen. Deshalb muss Schule in diesem Sinne zu einer **bewegten Schule** werden. Folgende Bereiche einer bewegten Schule können ausdifferenziert werden (Müller & Petzold, 2014, S. 36):



Das vorliegende didaktisch-methodische Anregungen beziehen sich auf den Teilbereich bewegtes Lernen, der in einen bewegten Unterricht eingeordnet werden kann. Verbindungen zu anderen Bereichen werden angedeutet. Die einzelnen Karteikarten können herausgetrennt und den jeweiligen Unterrichtsstunden zugeordnet werden.

### **Zusätzliche Informationszugänge durch Bewegung**

Als Lernkanäle werden hauptsächlich der akustische und der optische Analysator genutzt. Über den Bewegungssinn (kinästhetischer Analysator), dessen Rezeptoren über den gesamten Körper verteilt in den Muskeln, Sehnen, Bändern und Gelenken liegen, kann der Schüler zusätzlich Informationen zum Lerngegenstand erhalten. Diese Informationen erfolgen also nicht über die Umwelt, sondern über den Körper und die eigene Bewegung. (Müller, 2010, S. 54) Der Lernprozess im Fach Musik kann über folgende Möglichkeiten Unterstützung erfahren:

Die Schüler können den Zusammenhang von Musik und Bewegung erleben - sowohl die aktivierende als auch die entspannende Wirkung von Musik empfinden (s. 2.1 „Muntermacher“ oder s. 2.3 „Stressabbau“). Sie können Musik über Bewegung erfahren, erkennen, begreifen (s. 2.16 „Treppenmelodie“). Musik kann durch Gestik und Körpersprache ausgedrückt werden (s. 3.3 „Die Jahresuhr“). Typisch für das Fach Musik ist die Umsetzung von Musik in Bewegung (s. 1.14 „Ein neuer Sound“) sowie die tänzerische bzw. szenische Gestaltung (s. 3.8 „Discofox“). Des Weiteren sollten musikalisch-tänzerische/sportliche Darbietungen zur Musik (fachübergreifend) erarbeitet und vor anderen Klassen präsentiert werden (s. 3.9 „Line Dance“). Unterrichtsgänge ermöglichen einen Einblick in das regionale Musikleben u. a. (s. 4.7 „Musik erleben“).

Alle aufgeführten Möglichkeiten geben dem Schüler zusätzliche Informationen über den Lerngegenstand und unterstützen damit den Lernprozess. Darüber hinaus fördert diese Art des Unterrichts die Motivation. Der Schüler erhält die Möglichkeit, sich in seinem Tun und Lernen voll zu entfalten. Lernprozesse, die unter Mitwirkung von Bewegung entstehen, erfolgen meist durch Zusammenarbeit mehrerer Schüler. Gruppenbilder müssen abgesprochen, Arbeitsschritte gemeinsam geplant werden. Dies fördert auch die Sozialkompetenz.



Zusätzlicher Informationszugang	Beispiele	
Aktivierende und entspannende Wirkung von Musik <i>empfinden und erleben</i>	1.1 Lockerung 1.2 Atmung 1.3 Ich zähl dich ruhig 2.1 Muntermacher	2.2 Rhythmusspiele 2.3 Stressabbau 2.4 Meine Entspannungsmusik 3.14 Malen zu Musik
über Bewegung Geräusche/Musik <i>wahrnehmen</i>	2.7 Das klingende Zimmer 2.9 Mister X 2.10 Wo ist die Klangquelle?	2.11 U-Boot und Riff 2.14 Stufendynamik 3.1 Welcher Musiker?
Musik über Bewegung <i>erfahren, erkennen, begreifen</i>	1.16 Flaschenpusten 2.16 Treppenmelodie 2.17 In den Notenzeilen 2.18 Intervallparade 2.19 Zahlenlauf	3.12 Geräuschlawine 3.15 Instrumenten-Baukasten 3.17 Deutschlandkarte 4.3 Melodie-Baukasten
Musik durch Gestik, Körpersprache <i>ausdrücken</i> , Musik in Bewegung <i>umsetzen</i>	1.4 Lieder singen und gestalten 2.12 Geräuschlawine 1.6 Mango Mango Loop 1.11 Pezziball Orchester 1.12 Body Percussion 1.13 Trommler-Trio 1.14 Ein neuer Sound	3.2 Einfrieren und Auftauen 3.3 Die Jahresuhr 1.18 Tumm-Tumm-Tschack 1.19 Cup Song 3.4 Erkenne die Musik ... 3.5 Rhythmusdirigent
Musik mittels Bewegung tänzerisch bzw. szenisch <i>gestalten</i> oder <i>improvisieren</i>	2.13 Moldaupuzzle 2.15 Rondo 3.6 Haedphone Party	3.8 Discofox 3.12 Playback Show 3.13 Gestalten einer Szene
musikalisch-tänzerische/sportliche Darbietungen zur Musik <i>präsentieren</i>	3.7 Ab in die Disco! 3.9 Line Dance	3.10 So tanzt man in ... 3.11 Choreografie-Baukasten
durch Unterrichtsgänge Einblick in das regionale Musikleben u. a. <i>gewinnen</i>	1.5 Lieder über die Natur	4.7 Musik erleben