



MusiClon: Warmup-Sammlung von Hildegard Wippermann und Mike Turnbull

Warmup-Übungen sind ein idealer Einstieg in die Workshoparbeit mit heterogenen Gruppen. Sie dienen

- dem mentalen Ankommen aller Teilnehmenden
- dem Einschwingen in das gemeinsame Tun
- dem Kennenlernen aller Mitmachenden
- der Bewusstmachung thematischer Schwerpunkte des Workshops/ der Unterrichtseinheit

Für die hier vorgestellten Warming-ups werden keine Vorkenntnisse erwartet. Jeder Teilnehmende bringt sich mit seinen Möglichkeiten ein.

ÜBUNG 1: BEGRÜSSUNG

- Ziel:** Kennenlernen der Gruppe untereinander; Bewegung zu Musik; Erarbeitung von Begrüßungsgesten; Erkundung des Unterrichtsraums
- Ablauf:** Die Gruppe verteilt sich im Raum. Sobald eine Musik erklingt, gehen alle kreuz und quer durch den Raum. Begegnen sich dabei zwei Teilnehmende, begrüßen sie sich: durch eine Geste (Kopfnicken, Verbeugung, Lächeln, Berührung am Arm usw.).
In einer zweiten Runde können sich alle bei einer Begegnung auch mit Namen vorstellen.

Dieses Spiel ermöglicht ein ungezwungenes Kennenlernen der Gruppe untereinander.

ÜBUNG 2: DER PERFEKTE SCHLAG

- Ziel:** Aufbau von Konzentration; Fokussierung auf den entscheidenden Moment; Erlebnis der Gruppe als Einheit; Schulung von Zusammenspiel und Aufmerksamkeit
- Ablauf:** Die Gruppe steht in einem großen Kreis. Die linke Hand zeigt offen nach oben, die rechte Hand liegt mit der Handfläche nach unten auf der linken Hand (wie beim Applaus).
Der/die Spielleiter:in fordert die Gruppe auf, mit ihm/ ihr zusammen einen einzelnen Schlag zu klatschen und darauf zu achten, dass alle diesen Schlag genau gleichzeitig ausführen. Die Spielleitung verharrt eine Weile in der Ausgangsstellung, bis sie mit der rechten Hand ausholt und einmal in die offene linke Hand schlägt.



Im Laufe von mehreren Runden wird „der perfekte Schlag“ nach und nach immer genauer.

Dieses Spiel eignet sich sehr gut für unruhige Gruppen und Unterrichtssituationen, in denen von der Freiarbeit zu einer gemeinsamen Aufgabe übergeleitet werden soll.

ÜBUNG 3: GROOVE!

Ziel: Erfahrung, dass Rhythmus durch den Körper geht; Rhythmusfeeling = Gruppenfeeling; Einführung von Parametern wie laut – leise, schnell – langsam, hoch – tief

Ablauf: Der/ die Spielleiter:in gibt einen zweitaktigen Rhythmus vor, der von der ganzen Gruppe wiederholt wird. Jeder Rhythmus wird so lange wiederholt, bis die Gruppe ihn gemeinsam nachmachen kann.

➤ siehe Anhang Notenblatt

Varianten:

Je nach Zusammensetzung der Gruppe sind folgende Varianten möglich:

- Rhythmen klatschen
- klatschen mit verschiedenen Klangfarben (mit hohlen Händen, mit gestreckten Händen, mit zwei Fingern auf die offene Hand usw.)
- Rhythmen aufteilen mit Klatschen, Patschen, Schnipsen etc.
- Vormachen mit Trommel – Nachmachen mit Bodypercussion:
 - z. B.: tiefer bumm auf Trommel = mit Faust auf Brust schlagen
 - helles klack auf Trommelrand = klatschen
- Vormachen mit Trommel – Nachmachen mit Stimme

ÜBUNG 4: GROOVING NOISE!

Ziel: die Stimme als Rhythmusinstrument; von der Ein- zur Mehrstimmigkeit; Arrangieren eines Klangstücks

Ablauf: Die Teilnehmenden werden in mehrere Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe bekommt die Aufgabe, einen kurzen Rhythmus mit bestimmten Lauten/ Buchstaben darzustellen und permanent zu wiederholen. Die Gruppen werden einzeln eingeübt.

➤ siehe Anhang Notenblatt

Nun wird der/ die Spielleiter:in zum/ zur Dirigent:in. Eine Gruppe beginnt, die andere stimmt ein usw. Durch das Dirigat können einzelne Gruppen pausieren, dynamische Zeichen gegeben werden usw.