

Trommeln

mit Ursula Gatol, MA

Takt- und Rhythmusschulung stellt die Basis für Kindertanz und Rhythmisierung in Bewegungsabläufen dar. Mit Hilfe von Fitbällen, Mülltonnen und Kochlöffeln sowie dem Einsatz von Körperinstrumenten setzt Uschi mit euch dies in einer motivierten und bewegungsintensiven Tanz- und Trommeleinheit um.

Jungle Drum

Lied 20

1x8 Intro – Beine wippen / bouncing, Arme trommeln vor dem Körper abwechselnd rechts und links

4x8 Tap vor rechts und links im Wechsel links / ½ Drehung mit Hüfte

4x8 Lunge / Ausfallschritt zur rechten und linken Seite im Wechsel / Arme 2x Bizeps von unten hoch

4x8 Heart beats.... Breiter Beistand, geöffneter March, Herzschlag mit Armen und Oberkörper

Jungle drum.... Trommeln in der Luft, schräg oben

Ende:

Heart beats.... Breiter Beistand, geöffneter March

4 Side Steps mit Trommeln vor Körper rechts

4 Side Steps links

4 Side Steps rechts

4 Side Steps links

Heart beats.... 4x / alle 4 Richtungen trommeln

Trommeln nach vor / Finale

Trommelworkout auf Mülleimern

Lieder 9 – 13 oder 14 – 18 auf CD und Lied 19

Alter: 6 - 10 Jahre – Erwachsene

Material: Mülleimer, Kochlöffel

Zielsetzung: Rhythmusschulung und Tanzchoreographie

Aufwärmteil:

Trommeln mit Kochlöffel / versch. Rhythmen

Spiele Oberaffe: 1 Teilnehmer trommelt Rhythmus vor, Teilnehmer Trommel Rhythmus nach - Wechsel

Hauptteil / Workout:

1-4 rechts, links trommeln auf Tonne

5-8 rechts, links trommeln Luft

1-4 rechts, links trommeln auf Tonne

5-8 rechts, links trommeln Luft

1-3 rechte Trommel, 4 Pause

5-7 linke Trommel, 8 Pause

1-3 rechte Trommel, 4 Pause

5-7 linke Trommel, 8 Pause

1-8 rechts, links schnell trommeln

1-8 Pause x über Kopf

1-8 rechts, links schnell trommeln

1-8 Platzwechsel / Sitz auf Tonne

Abschluss:

We will rock you:

Lied 8 auf CD

- 1-2 rechts, links trommeln
- 3 x Kochlöffel kreuzen
- 4 Pause

Welle:

- 1-2 down / 2x auf Mülleimer trommeln
- 3-4 up / Kochlöffel über Kopf in die Luft halten

Matter on your face:

- 1-3 Scherenschleifen mit Kochlöffeln nach rechts,
- 4 Pause
- 1-4 Scherenschleifen mit Kochlöffeln nach links,
- 4 Pause

Trommelworkout auf Fitbällen

Lieder 9 – 13 oder 14 – 18 auf CD und Lied 19

Alter: 6 - 10 Jahre bis Erwachsene
Material: Fitbälle, Ballschalen, Kochlöffel
Zielsetzung: Rhythmusschulung und Tanzchoreographie

Aufwärmen:

Experimentieren mit Bällen:

(vorwärts – rückwärts prellen, laufen, Seit-Galopp, Bälle tauschen, Igel,.)

Fitbälle im Kreis

- Federn (bouncing) am Ball / Hände halten Ball
- Federn mit aufstehen – Arme hoch
- Jumping Jack / Hampelmann mit Butterfly – Armen
- Step touch / seitlich über Ball rollen und aufstehen
- Liegestütze mit dem Fitball
- Igel / einrollen

Hauptteil / Workout:

- 1-4 rechte, linke Ballseite trommeln
- 5-8 rechts, links Mitte am Ball trommeln
- 1-4 rechte, linke Ballseite trommeln
- 5-8 rechts, links Mitte am Ball trommeln
- 1-3 am Ball des rechten Kreisnachbar trommeln, 4 = Pause
- 1-3 Mitte am eigenen Ball trommeln, 4 = Pause
- 1-3 am Ball des linken Kreisnachbar trommeln, 4 = Pause
- 1-3 Mitte am eigenen Ball trommeln, 4 = Pause

- 1-4 schnelles Trommeln am eigenen Ball mit Running
- 5-8 mit Kochlöffeln in der Luft trommeln (Scherenschleifen)
- 1-4 schnelles Trommeln am eigenen Ball mit Running
- 5-8 mit Kochlöffeln in der Luft trommeln (Scherenschleifen)
- 1-2 Ball trommeln
- 3-4 Luft trommeln
- 5-6 Ball trommeln
- 7-8 Luft trommeln
- 1-4 Ball trommeln
- 5-7 Luft, weitermarschieren nach rechts zum nächsten Ball

Abschluss: Stretching mit Fitball

Takt- und Rhythmusschulung mit Kindergarten- und Volksschulkindern:
Wir stampfen alle mit den Füßen / Kanon:
Spiellied

Wir stampfen alle mit den Füßen,
und woll'n uns heute so begrüßen.
Schnipsen locker mit dabei,
klatschen dann noch 1,2,3.

1-stampfen								
2-stampfen								
3-schnipsen	-	i	-	i	-	i	-	i
4-klatschen								-

Tanz der Tausendfüßler

Lied 4 und 5 auf CD oder Trommelgruppe

Die Gruppe teilt sich in mehrere Kleingruppen von Tausendfüßlern, die sich in 1 Reihe aufstellen und mit den Händen an den Schultern des Vorderkindes anhängen.

Trommelgruppe (oder CD Lied 4 und 5) beginnt langsam den Rhythmus „1-2-3 Pause“ zu trommeln:

| | | -

Die Tausendfüßlergruppen marschieren im Takt los, wobei sie die Schritte so breit wie möglich nach außen machen, um den Takt besser halten zu können.

Jede Gruppe achtet darauf, nicht mit anderen Tausendfüßlern zusammenzustoßen und im Trommel-Takt zu bleiben.

Trommelgruppe wird immer schneller.....

Sitz-Boogie-Woogie

Begleitmusik im 4/4 Takt im Hintergrund

Einheiten von 16 oder 32 Taktschlägen wählen

Wichtig: jede Bewegungsabfolge muss gleich lang sein !!!
Bewegungsfolgen für Körperinstrumente / Beispiele
Mitspieler sollen eigene Bewegungsfolgen erfinden

Beispiele:

- Abwechselnd auf Oberschenkel patschen
- 2x rechte Richtung, 2x linke Richtung klatschen
- Ellebogen abwechselnd auf Oberschenkel
- Aufstehen – Niedersetzten
- Füße vor – vor – rück – rück stellen
- Kopf drehen: rechts – Mitte – links – Mitte

Rücken - Trommel

Sessel im Kreis nach rechts drehen, sodass jeder Mitspieler eine „Rückentrommel“ vor sich hat:

- Spielleiter gibt in der Kreismitte Trommelrhythmus vor, Mitspieler im Kreis trommeln nach
- Spielleiter sitzt auch im Kreis und schickt „Trommelimpulse los, die reihum durch den Kreis weitergegeben werden und wieder bei ihm ankommen
- mehrere Rhythmen losschicken

Wir sind Kinder einer Welt

Lied 6 auf CD

Spiellied / Trommellied

Wir sind Kinder einer Welt und TROMMELN wie es uns gefällt.
Wir sind Kinder einer Welt, in der einen Welt.
In Asien oder Afrika, überall sind Kinder da:
Ob weiß, ob schwarz, ob nah ob fern, wir haben alle Kinder gern.

1. trommeln
2. klatschen
3. pfeifen
4. stampfen
5. schreien

Tip-Tip, die Trommelmaus

Lied 7 auf CD



Tip-Tip
die Trommelmaus

I

I

□



Tap-Tap
der Trommelfloh

I

I

X

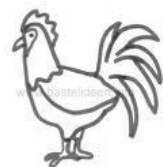
X



Tup-Tup
das Trommelschwein

I I I I

□

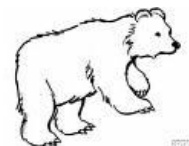


Top-Top
der Trommelhahn

I I I I

I

I



Töp-Töp
der Trommelbär

I I

I

I

}