

# Musikstopp-Spiele: Kreative Bewegungspausen

Text: Christina Schnedl Zraggen / we  
Fotos: Christina Schnedl Zraggen



Die Schülerinnen und Schüler...

- » können Gehörtes wahrnehmen und differenziert in Bewegung darstellen.
- » können ihren Körper sensomotorisch differenziert einsetzen und musikbezogen reagieren.



**M**usikstopp-Spiele sind Bewegungsspiele, die freie Bewegung und gezielte Bewegungsaufgaben kombinieren. Die Grundvariante besteht darin, dass alle Spielerinnen und Spieler sich frei oder nach einer angeregten Fortbewegungsart zu Musik bewegen. Dann wird die Musik an einer beliebigen Stelle gestoppt. Während dieser kurzen Pause müssen die

Kinder verschiedene Aufgaben lösen, welche die Spielleitung vorgibt, danach läuft die Musik weiter. Musikstopp-Spiele kommen dem Bewegungsbedürfnis der Kinder entgegen und bringen innert kurzer Zeit kreative und bewegte Pausen in den Schulalltag.

## Geeignete Musik und Tanzbewegungen

Die Lehrperson wählt ein Musikstück ab Tonträger. Je nach Tempo, Stimmung, Taktart und Rhythmus des Stückes werden die Schülerinnen und Schüler anders angeregt, sich zu bewegen. Auch mit einer Trommel kann das Spiel einfach und klar angeleitet werden. Es ist auch möglich, dass sogar eine Schülerin oder ein Schüler die Spielleitung übernimmt. In einer ersten Runde dürfen sich die Kinder frei bewegen. Dies ist eine gute Gelegenheit, um zu beobachten, wie vielfältig und ideenreich die Kinder in Bezug auf ihre Bewegungen zur Musik sind. Man kann es bei diesem freien Tanzen belassen oder die Tanzbewegungen werden gelenkt, indem auf den Charakter des Musikstückes verwiesen wird oder Vorgaben hinzukommen.

Zum Beispiel:

- Hört ihr die Hüpfen in der Musik? Zeigt es mit euren Beinen!
- Die Musik spielt in Wellen, zeigt es mit euren Armen!
- Tanzt wie jemand, der schwere Schuhe anhat.
- Bewegt euch ganz federleicht.
- Wer kann im Zickzack tanzen?

Indem die Kinder ihre Bewegungen der Musik anpassen, erleben sie den Zusammenhang zwischen musikalischem Eindruck und körperlichem Ausdruck. Auf diese Weise kann das Musikstück zuerst einmal ohne Unterbrechung kennengelernt werden.

## Die Musik unterbrechen

Jetzt kommt der Musikstopp hinzu. Die Musikphasenlängen bis zum Stopp dauern wenige bis mehrere Sekunden. Die Unterbrechung erfolgt entweder nach sinnvollen Musikphrasen (zum Beispiel nach vier oder acht Takten) oder ganz beliebig an unerwarteter Stelle; dies hält die Aufmerksamkeit der Kinder wach.







## Aufgaben für die Musikpause

Bei Musikstopp-Spielen gibt die Spielleitung verschiedenartige Bewegungsaufgaben für die Musikpause vor. Sobald die Musik stoppt, halten die Kinder mit der Bewegung an und führen die aufgerufene Aufgabe aus.

Hier einige bewegte Beispiele:

Wenn die Musik stoppt, bleiben alle Kinder stehen und

- bewegen sich wie Tiere: schlängeln wie eine Schlange, schleichen wie ein Tiger, hüpfen wie ein Frosch, galoppieren, robben ...
- zeigen eine Sportart: Ruderbewegungen, kicken, Federball spielen, boxen, Skifahren, Schlittschuh laufen, Velo fahren, ...
- ahmen ein Spiel oder Spielzeug nach: Jojo, Springseil, Ball, Aufziehspielzeug, Gummitwist, Marionette, ...
- ahmen das Spiel auf einem Musikinstrument nach: Geige streichen, Flöte blasen, Gitarre spielen, Trommel schlagen, ...
- bewegen sich wie ein Fahrzeug im Verkehr, vorwärts, nur rückwärts, nur seitwärts, nur in Kurven, ...

Dabei wird jeweils ein ganz bestimmtes Tier oder eine bestimmte Sportart genannt, auf diese Weise führen alle die gleiche Aufgabe durch. In einer anderen Variante hören die Schülerinnen und Schüler nur den Oberbegriff, zum Beispiel «ein Zootier» oder «eine Sportart», und stellen nach eigenen Ideen etwas dazu dar.

Neben bewegten Aufgaben eignen sich auch statische Aufgaben wie:

Alle Kinder

- ahmen eine Statue in einem Museum nach.
- stellen einen Buchstaben oder eine Zahl mit dem Körper dar.
- ahmen einen Baum, eine Blume, ein Haus einen Turm, eine Kugel nach.
- nehmen die Stellung einer Abbildung ein, zum Beispiel: Bildkarten mit Yogapositionen.

Spannend sind zudem Aufgaben, bei denen die Kinder nur bestimmte, aufgerufene Körperteile auf den Boden bringen dürfen, wie zum Beispiel:

- zwei Hände und ein Fuss
- sechs Finger und ein Knie
- den Kopf, einen Ellbogen und ein Knie
- nur den Bauch
- nur den Rücken
- die Nasenspitze und zehn Finger
- drei, fünf, acht, zwölf oder andere Anzahl beliebige Körperteile auf den Boden bringen, zum Beispiel: zwölf = zehn Finger, ein Ellbogen und ein Fuss. Die Aufgabe kann jedes Kind alleine lösen. Bei höheren Zahlen stellen die Kinder zu zweit oder zu dritt gemeinsam die gewünschte Anzahl dar, indem alle der Gruppe eine Anzahl Körperteile beisteuern. Dies sind gleichzeitig angewandte Rechenaufgaben. Als Beispiel: 28 = vierzehn Finger, zehn Zehen, zwei Knie und zwei Köpfe.

Die Aufgaben können auch von Sachthemen, die im Unterricht aktuell sind, inspiriert werden: Zirkus, geometrische Formen, Bauernhof, Unterwasserwelt, unser Schulzimmer, Garten.

**Spielform:**

Musik-Stopp-Spiel (als Einstieg, für zwischendurch, zum Ausklang)

**Dauer:** Drei bis zehn Minuten

**Charakter:** Lebhaft, bewegt, fantasievoll

**Alter:** Zyklus 1

**Kompetenzbereiche:**

- MU.2 Hören und Sich-Orientieren
- MU.3 Bewegen und Tanzen

**Kompetenzen:**

Die Schülerinnen und Schüler ...

- können sich zu Musik im Raum und in der Gruppe orientieren.
- können Gehörtes wahrnehmen und differenziert in Bewegung darstellen.
- können ihren Körper sensomotorisch differenziert einsetzen und musikbezogen reagieren.

**Gruppierung:**

Ganze Klasse, alle verteilt im Raum, viel Platz, Turnhalle

**Material:**

Musikabspielanlage, Musikstücke ab CD oder Handy, optional Bildkarten zu verschiedenen Themen

**Musik:**

Verschiedene Tempi und Charaktere, Volkstanzmusik, Pop, Rock'n'Roll, Marschmusik, Polka, Walzer, Musical, Weltmusik, Lieblingsmusik der Kinder, eigenes Trommel- oder Klavierspiel, (geeignete CD-Sammlung ist zum Beispiel «Djingalla» 1–4, siehe dazu: [www.djingalla.de/](http://www.djingalla.de/))

**Aktivitäten in der Stopp-Phase:**

- Tiere nachahmen (schleichen, hüpfen, schlängeln, galoppieren)
- Sportarten darstellen
- Thema Verkehr: als Auto, Velo, Flugzeug unterwegs sein
- Sich nur vorwärts, rückwärts, seitwärts oder in Kurven bewegen
- Buchstaben oder Zahlen mit dem Körper darstellen
- Nur bestimmte Körperteile oder genannte Anzahl Körperteile auf den Boden bringen
- Ein Musikinstrument spielen
- Bewegungen aneinanderreihen: Luftsprung, dann Luftsprung und klatschen, Luftsprung, klatschen und sich um die eigene Achse drehen usw.
- Ein Spielzeug darstellen: Jojo, Ball, Marionette
- Bewegungen ab Bildkarten

