

Welche Vorübungen sind evtl. auch für das gemeinsame Improvisieren/ aufeinander Achten hilfreich?

- Was sind die jeweiligen Möglichkeiten und Vorerfahrungen der **Gruppe**, die ich berücksichtigen sollte?
  - einen **sinnvollen Aufbau** der Improvisationsanleitung finden, sich auf das Wesentliche konzentrieren
- 

### **EXKURS:**

#### **Methoden zum differenzierten Hören von Abschnitten eines Musikstücks**

##### mit Hilfe des Körpers/ der Bewegung

- die Gruppe sitzt im Kreis: bei neuem Abschnitt Änderung der Sitzhaltung
  - o auch verteilt im Raum/ im Stand möglich
  - o auch mit vorgegebener Aufgabenstellung möglich:  
Teil A - Füße in der Mitte, Teil B - Hände in der Mitte /...
- Variante: nicht ad hoc, sondern beim Hören der Musik eine der Musik entsprechende Haltung einnehmen - wenn sie nicht mehr zur Musik passt, ändern
- wenn neuer Abschnitt: in Fortbewegung kommen
- Teil A: Bewegung im Sitzen, Teil B: Bewegung im Stand, Teil C: Bewegung im Raum/...
- bei einzelnen Abschnitten nur bestimmte Raumbereiche in Bewegung nutzen
- sich bei einzelnen Abschnitten auf unterschiedlichen Wegen fortbewegen (gerade/ kurvig/...)
- unterschiedliche Fortbewegungsmöglichkeiten nutzen, auch vorwärts/ rückwärts/ seitwärts unterscheiden
- sich bei unterschiedlichen Abschnitten von unterschiedlichen Körperteilen bewegen lassen
- bei einzelnen Abschnitten spezifische Formen mit der Gruppe bilden (und sich innerhalb derer bewegen)
- Differenzierung Bewegung alleine/ Bewegung mit Partner/ (zu dritt)...
- bei Teil A bewegt sich  $\frac{1}{2}$  der Gruppe, bei B die andere  $\frac{1}{2}$ 
  - o ebenso: der eine Partner/ der andere Partner
- mit Partner: Improvisationsform „Schatten“ oder „Spiegel“, Führungswechsel bei neuem Abschnitt
  - o auch mit Gruppe (z.B. in Kreisformation) möglich
- ...

##### weitgehend ohne Bewegung

- eine graphische Notation z.B. auf großer Makulaturbahn dabei haben, den musikalischen Verlauf zeigen/ mitgehen lassen
  - o TN zeichnen selber graphische Notation, Vgl.
- einzelne Blätter zu den verschiedenen Abschnitten vorbereitet haben
  - o TN versuchen sie in der richtigen Reihenfolge zusammenzusetzen
  - o TN sitzen schon mit Blättern in richtiger Reihenfolge, hören, wann ihr Blatt/ Abschnitt in der Musik erscheint /...

## **zu b) Ein Musikstück mit Hilfe von Bewegungsimprovisation erfahren**

### **• Zur Musikauswahl**

- gut geeignet sind z.B. Stücke mit eindeutigen Kontrasten im Tempo, in der Dynamik, in der Artikulation, im Ausdruck... bzw. mit klaren formalen Abschnitten oder gut hörbarer Mehrstimmigkeit, auf die die Gruppe Bezug nehmen kann  
(Vorteile: es gibt unterschiedliche Bewegungsanreize, die auditive Wahrnehmung wird sensibilisiert und differenziert, die Aufmerksamkeit bleibt eher erhalten als z.B. bei einem sehr langen, gleichförmigen Musikstück)
- nicht ganz einfach sind manchmal Stücke, die zu bekannt sind, da Vorprägungen ein unbefangenes Herangehen verhindern können/ hier braucht es umso spannendere Aufgabenstellungen

### **• eigene Vorarbeit mit der Musik**

- sie oft hören & genau kennen
- Assoziationen aufschreiben, bildhafte Ideen, Themen sammeln
- die Musik analysieren/ strukturieren, u.a. mit Hilfe von graphischer Notation, evtl. Noten besorgen
- steht evtl. ein musikalischer Parameter bei dieser Musik im Vordergrund (z.B. starke dynamische Steigerung, Tempokontraste/...)?
- sich zur Musik bewegen: Was für Bewegungsmöglichkeiten fallen mir ein? Wie ginge es vielleicht noch?
- beim Musikhören räumliche Ideen entwickeln, auch aufmalen: wo könnte sich evtl. die Gruppe bei dieser Stelle bewegen/ ist die Raumaufteilung strukturiert oder wild/...?

### **• Entscheidung:** was ist ein günstiger „Aufhänger“ für meine Improvisationsanleitung? Was sollten die TN im Laufe der Improvisation versuchen aus der Musik aufzunehmen, in Bewegung herauszuarbeiten?

- den Ausdruck, die Stimmung der Musik?
- einen musikalischen Parameter, der in der Musik deutlich herauskommt?
- den formalen Aufbau des Stücks?
- (mehreres davon?)
  - o möchte ich eine eher abstrakte Improvisation anregen oder zu konkreten Bildern/ einer Story o.ä. improvisieren lassen?
    - wenn Bilder/ Story: gebe ich sie vor? Lasse ich sie von der Gruppe entwickeln? Teils/ teils?

### **• Zur Bewegung:**

- Welche Bewegungsqualitäten sind mir im Hinblick auf die musikalische Vorgabe wichtig? Kann ich hierfür Hilfen/ Bilder einsetzen? Brauchen die TN evtl. Vorübungen?
- Welche Anregungen kann ich geben, um die Bewegungsphantasie/ die Bewegungsvielfalt zu inspirieren?
- Welche Bewegungsimprovisationsmöglichkeiten nutze ich? Einzel-, Partner-, Kleingruppen-, Gesamtgruppenimprovisation?
  - o Welche Improvisationsmodelle, welche Vorgaben bieten sich hier an?

- **Zur Bewegung:**

- Welche Bewegungsqualitäten sind mir im Hinblick auf mein Thema wichtig? Kann ich hierfür Hilfen/ Bilder einsetzen? Brauchen die TN evtl. Vorübungen? Welche Aufgabenstellungen sind möglich?
- Welche Anregungen kann ich geben, um die Bewegungsphantasie/ die Bewegungsvielfalt zu inspirieren?
- Welche Bewegungsimprovisationsmöglichkeiten nutze ich? Einzel-, Partner-, Kleingruppen-, Gesamtgruppenimprovisation?
  - Welche Improvisationsmodelle, welche Vorgaben bieten sich hier an? Welche Vorübungen sind evtl. auch für das gemeinsame Improvisieren/ aufeinander Achten hilfreich?

- **Zur Musik:**

- Welche musikalischen Qualitäten möchte ich anregen/ anbahnen?  
... und weitere Fragen entsprechend des Abschnitts „Zur Bewegung“, s.o.

- Was sind die jeweiligen Möglichkeiten und Vorerfahrungen der **Gruppe**, die ich berücksichtigen sollte?

- einen sinnvollen **Aufbau** der Improvisationsanleitung finden, sich auf das Wesentliche konzentrieren

Die folgenden Möglichkeiten führe ich hier nicht aus (das würde zu lange dauern), sie seien hier nur als Stichworte erwähnt:

**Einführung in ein spezifisches musikalisches Genre/  
eine Epoche der Musikgeschichte/  
Musikkulturen in unterschiedlichen Ländern/...  
mit Hilfe von Bewegung/ von Bewegungsimprovisation**

**Bewegung/ Bewegungsimprovisation als Anregung zur  
musikalischen Improvisation/ Komposition**

# Hilfen für das Planen einer Bewegungsimprovisation im Kontext der Musikerziehung

Hier finden sich Anregungen für die folgenden Varianten:

- a) Ein Thema aus dem Bereich des Musikunterrichts mit Hilfe von Bewegung und Bewegungsimprovisation erarbeiten
- b) Ein Musikstück mit Hilfe von Bewegungsimprovisation erfahren

zu a) Ein Thema aus dem Bereich des Musikunterrichts mit Hilfe von Bewegung/ Bewegungsimprovisation erarbeiten

## Musikalische Parameter

(Beispiel hier: Dynamische Kontraste und Verläufe)

### • Brainstorming/ Stoffsammlung

- welche musikalischen Begriffe stehen in Zusammenhang mit meinem gewählten Thema, auf die ich evtl. eingehen könnte? (Bsp.: stufenloses cresc.-delesc./ Terrassendynamik/...)
- welche konkreten Assoziationen/ Bilder haben etwas mit meinem Thema zu tun? (Bsp.: ein Sturm kommt auf/...)
- welche Bewegungsmöglichkeiten habe ich (alleine/ mit Partner/ mit Gruppe), um das gewählte musikalische Thema in Bewegung zu übertragen? (Bsp.: große/ kleine Bew., viel/ wenig Spannung, der Einzelne/ die Gruppe, ...)  
Wie ginge es noch?
  - o welche Möglichkeiten der räumlichen Umsetzung fallen mir ein? (Bsp.: Ballung - Streuung,...)
- welche Bewegungsmöglichkeiten/ räumlichen Umsetzungsmöglichkeiten fallen mir zusätzlich noch zu meinen Bildern/ Assoziationen ein?
- gibt es Musikstücke, in denen mein gewähltes Thema so deutlich hervortritt, dass ich sie als Unterstützung einsetzen möchte?
  - o gibt es Bilder/ Texte/..., die sich dafür eignen würden?

### • Weitere Überlegungen

- Arbeite ich abstrakt mit dem Thema oder binde ich es ein in Bilder/ eine Story/...?
- Möchte ich mit Live-Musik arbeiten? Gibt es ein Wechselspiel von Musik und Bewegung? Wer führt wann?
  - o Spiele ich? Spielen die TN selbst?

- „*Magnet*“: Hand von A als Magnet für bestimmte Körperteile von B, kann so die Körperteile ohne Berührung bewegen
  - „*Dirigieren*“ (ohne Berührung über die Entfernung dem/ den Anderen signalisieren, wie die Bew. sein soll)
    - Bew. am Platz/ Fortbewegungsarten/ Raumwege/ Gruppensituationen/...
    - ebenso mit anderen Körperteilen/ mit kleinstmöglichem Bew.einsatz
  - „*Bewegungsreportage*“: A bewegt sich, B beschreibt Bew. so präzise wie möglich, C sieht A nicht und probiert sich nach der Beschreibung zu bewegen
  - *Musik führt Bewegung* (A spielt, B setzt Klänge direkt um)/ *Bewegung führt Musik* (umgekehrt) - div. Varianten
  - „*Bewegungsspuren*“: A malt Bewegung von B mit/ B bewegt sich zu (gerade entstehendem?) großen Bild von A (div. Varianten)
- **„Den Raum im Gleichgewicht halten“**  
(Vorstellung, der Boden des Raumes ist eine Plattform, die auf einer Säule in ihrem Zentrum balanciert) oder: „*Der Raum ist ein Floß*“: sich als Gruppe so bewegen, dass Plattform/ Floß nicht umkippt
- Variation in 2 Gruppen/ als Partneraufgabe: A führt, B gleicht aus
- **„Magische Gruppe“**: die ganze Gruppe ist in Bewegung/ sobald irgendjemand die Bewegungsart/-richtung/-ebene/... ändert, ändern alle
- Variante: „*Wer ist der Dirigent (Choreograph)*“, auf Fortbewegung bezogen (ein Uneingeweihter versucht zu erkennen, wer die Bewegungsänderungen vorgibt)
- **Begegnung von Körperteilen** (von 2/ mehr Partnern)
- ... finden gemeinsame Bewegungen/ Kontrastbewegungen/...
  - ... stoßen sich kurz vor dem Treffen wieder ab
  - ... „kleben“ aneinander („wachsen zusammen“), so Bewegungsmöglichkeiten probieren
- **Seltene Bewegungsarten**: 2 oder mehr Partner stellen ihre Fortbewegung auf div. Vorgaben ein, z.B. „nur 2 Hände und 1 Fuß (von allen) dürfen den Boden berühren“/...
- **Spiel mit Gewicht**: das Gewicht des Partners aufnehmen, mit den Möglichkeiten „Druck“ und „Zug“ experimentieren, von der statischen Position in die Bewegung kommen ( Kontaktimprovisation)

- ...prüft (zunächst vorsichtig), ob die Partner durchgehende Körperspannung haben
  - Variante „*Stein, Knetgummi, Feder*“: ...stellt fest, welchen dieser Begriffe sich Partner ausgewählt hat (jew. unterschiedliche Körperreaktion auf Berührungsimpuls)
- ...formt die Position des stehenden Partners um, gibt ihm damit neue Bewegungsvorgaben für die nächste Phase (evtl. wechselnder Ausdruck)
- **„Führen - Folgen“ - Varianten**
  - „*Spiegel*“ (Blick zueinander)  
(auch als „*Kaleidoskop*“ oder „*Ritual*“ in Gruppe)
  - „*Schatten*“ (einer hinter dem anderen)/  
(auch als „*Vogelschwarm*“/„*Masse*“... in Gruppe)
    - mit klarer Führung
      - von außen vorgegebener Wechsel
      - selbst gefundene Wechsel
    - ohne erkennbare Führung
    - simultan oder zeitversetzt (als „*Echo*“, in Gruppe auch „*Domino*“ oder „*Kanon*“)
    - als Imitation/ als Variation/ als Kontrast, als Dialog
  - „Hände führen“
    - „*Wasserpflanze*“: A gibt B Impulse am Rücken/ an anderen frei gewählten Körperteilen, B nimmt Impuls am Platz in Bew. auf und führt ihn fort, reagiert auch auf Tempo und Impulsstärke
      - „*Feder*“: ebenso, aber B kann bei stärkeren Impulsen den Platz verlassen
      - A & B bewegen sich beide, jeder kann dem anderen Impulse geben
    - „*Knetgummi*“: B verhält sich wie Knetgummi, das von A immer wieder umgeformt wird
      - Variante: Knetgummi will nicht mehr, weicht aus, lässt keine Berührung mehr zu...
    - „*Holzpuppe*“/ „*Gummipuppe*“/ „*Sandgefüllte Puppe*“ /...  
A ist Puppenspieler und bewegt B, B verhält sich wie eine der o.a. Puppenarten (vorgegeben oder frei gewählt, auch rasch wechselnd)
    - „*Roboterspiel*“: B reagiert als Roboter auf Richtungs- oder abgesprochene Stopp-Berührungsvorgaben von A auf Schultern (nur 90°- Wendungen)
      - dabei muss A verhindern, dass 2 Roboter gegeneinander/ gegen Wände laufen
      - dabei müssen A's dafür sorgen, dass ihr Roboter einen bestimmten anderen trifft
      - dabei müssen alle A's am Ende ihre Roboter in bestimmte Raumformation bringen

## • Improvisationsformen mit Gruppe/ Partner

### - „Bewegung-Stopp-Varianten“

(Gruppe bewegt sich/ evtl. auf Musik, bei Musik-Stopp oder Signal:)

- freeze („*Stopptanz*“), jeder an seinem momentanen Platz
    - Einbezug von div. Bewegungsrichtungen und Raumebenen
    - dabei den Raum gleichmäßig ausfüllen s.o. (überprüfen, ob es gelang)
    - gleiche Aufgabe ohne Stoppvorgabe der Musik, Bewegungsstopp in Gruppeninteraktion
    - Positionen einnehmen zu vorher abgesprochenen Charakteren/ Situationen/ Begriffen oder (auch bei wechselnder Musik) passend zum Charakter der jeweiligen Musik/ des Musikabschnitts
      - Standbilder (auch ohne Musik) in Bewegung bringen, Bewegungsmöglichkeiten erkunden
  - Gruppe/ Kleingruppe trifft sich und baut ein Standbild zu zugerufenem Begriff (abstrakte Formen/ Gegenstände (Bauten/ Fahrzeuge/ ...) / Gruppenkonstellationen/ Stimmungen...
    - evtl. dann Standbild weiterführen in Bewegung
- nur die ½ der Gruppe bewegt sich auf Musik, bei „Stopp“: freeze, die andere ½ kommt nun dazu und...
- ...nimmt die Haltung eines stehenden Partners so genau wie möglich ein (sucht evtl. jem. mit gleicher Sockenfarbe o. Ä. ...)
    - ...variiert dessen Haltung
      - Weiterführung: auch in minimalster Variation/ Variationsketten bilden („*Film drehen*“)
    - ...kontrastiert dessen Haltung
    - ...nimmt eine Haltung ein, die einen Bezug zu der des Partners hat
  - „*Schweizer Käse*“:
    - ...sucht sich solche Raumpositionen dazwischen, dass die Raumverteilung möglichst gleichmäßig bleibt
    - ...füllt die Hohlräume, die bei der Position eines Partners entstanden, durch eigene Körperposition aus
    - Variante ohne „Stopp“-Spiel: „*Puzzle*“ oder „*Zwiebel*“: einer beginnt mit einer Position im Liegen/Sitzen/Stehen, der nächste baut sich in ergänzender Stellung dazu, dann der übernächste... (auch ohne Berührung möglich)
      - bei allen o.a. Varianten Möglichkeit, sich bei erneutem Musikeinsatz nun zunächst gemeinsam zu bewegen/ evtl. in Interaktion zu gehen, bis sich die andere Hälfte der Gruppe langsam herauszieht/ Rollentausch

## Ausgewählte Beispiele

Die folgenden Beispiele sind eine Zusammenstellung von Improvisationsmodellen zum Ausprobieren von Möglichkeiten des eigenen Körpers, zum Finden evtl. ungewohnter Bewegungen, zur Einstimmung auf Partner, Gruppe und Raum.

Sie können zu Improvisationsthemen im Bereich „Musik & Bewegung“ hinleiten bzw. diese unterstützen.

Die meisten von ihnen sind als „warm ups“ geeignet, andere (besonders Varianten mit deutlichem Körperkontakt) brauchen entsprechende Vorbereitung.

### • Improvisationsanregungen für die Bewegung alleine

- die Bewegungsmöglichkeiten einzelner Körperteile oder Gelenke erkunden, Wechsel zwischen ganzkörperlicher und teilkörperlicher Bewegung
- einzelne Körperteile führen die Bewegung des ganzen Körpers an („Fäden“...), auch „den Raum anmalen“, hier Vorgaben möglich wie „Punkte/ Linien/ Flächen“, Farben/ Stimmungen/ ...
  - o sich vorstellen, ein (wechselndes) Körperteil ist während aller Bewegungen an einem imaginären Faden hängend an der Decke angeknüpft
  - o sich vorstellen, man möchte in eine Richtung gehen, aber wird von einem Körperteil in eine andere Richtung gezogen
    - 2 Körperteile „streiten“ darum, wer die Richtung vorgeben darf
- jedes Körperteil sendet imaginäre Strahlen in den Raum aus - sich diese beim Bewegen vorstellen
- einzelne Körperteile sind magnetisch, stoßen sich ab oder nähern sich an
  - o (Variation als Partner-/Gruppenaufgabe)
- sich von Orten im Raum magnetisch angezogen/ abgestoßen fühlen, an einem Ort sein, zu einem anderen wollen/ nicht können etc.
- mit Bewegungen auf extrem engem/ extrem weitem Raum experimentieren, mit geraden/ kurvigen Raumwegen, mit unterschiedlichen Raumebenen ( evtl. Vorstellung: die Decke des Bewegungsraumes hängt auf einmal nur 1m/... über dem Boden), mit Verbindungen zwischen den Raumebenen
- div. Fortbewegungsmöglichkeiten finden, auch ohne Beine
  - o weitere Einschränkungen (ohne xxx) bzw. Vorgaben (mit xxx)
- Spiel mit dem Gleichgewicht, mit Balance/ Off-Balance, durch Gleichgewichtsverlust in Bewegung kommen



# Möglichkeiten der Bewegungsimprovisation

## Exploration von Bewegungsmöglichkeiten

- des eigenen Körpers
- mit Partner/ mit Kleingruppe/ mit der Gesamtgruppe
- mit Materialien/ Objekten
- angeregt durch Situationen, Ereignisse, Bilder, innerhalb eines bestimmten Ausdrucks/ eines Charakters/ einer Stimmung (evtl. Vorgabe durch Musik, Text, Bild...)
- innerhalb der (musikalischen) Parameter...
  - ZEIT
    - Dauer (lang - kurz, kontinuierlich - unterbrochen)
    - Tempo (slow motion - Zeitraffer, konstant - veränderlich,...)
    - Metrik (Taktarten, Taktstrukturen, Taktwechsel...)
    - Rhythmik (rhythmische Elemente: Notenwerte, Pausen, rhythmische Motive und Abläufe, Polyrythmik, metrisch gebundene und freimetrische Rhythmen...)
  - RAUM
    - Raumebenen (hoch-mittel-tief)
    - Raumdimensionen (eng-weit, nah-fern...)
    - Orte im Raum/ Wege im Raum/ Bewegungsrichtungen...
  - DYNAMIK
    - Intensität (viel - wenig, stark - schwach, laut - leise...)
    - Verlauf (gleichmäßig - wechselhaft, zunehmend - abnehmend, kontrastierend...)
    - Strukturelemente (Betonungen, Akzente, Impulse, Zäsuren...)
  - ARTIKULATION
    - hart-weich, eckig-rund, Punkt - Linie, legato - portato - staccato...
  - KLANG
    - Klangfarben, Instrumente, Ein- oder Mehrstimmigkeit, Harmonik...
  - FORM
    - formbildende Elemente (Motiv, Figur, Thema, Periodik...)
    - formgestaltende Elemente (Wiederholung, Kontrast, Variation/ Symmetrie-Asymmetrie...)
    - Musik- und Tanzformen (zwei- und dreiteilige Liedformen, Rondo, Kanon, Variationen, Sonatenhauptsatzform...)