Musik im Sportunterricht

Autor(en): **Sciarini, Mariella / Greder, Fred**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen**

Band (Jahr): **38 (1981)**

Heft 4

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-993796

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

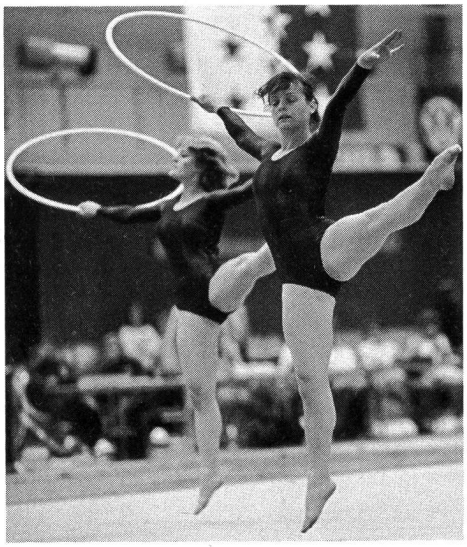
Musik im Sportunterricht

Mariella Sciarini/Fred Greder

Die Musik wird immer mehr im Sportunterricht eingesetzt und kann motivierend und animierend wirken.
Oft, leider, auch als störendes Element.
Man kann im Sportunterricht Musik als

- Hintergrund oder als
- Bewegungsbegleitung

brauchen.



Hintergrundmusik

Wenn die Musik ganz leise gespielt wird, kann sie die Atmosphäre verbessern.
Mit diesem Einsatz von Musik muss man aber aufpassen, dass sie nicht zu einem Störfaktor wird, das heisst die Schüler ablenkt. Hintergrundmusik sollte nur eingesetzt werden, wenn die Schüler arbeiten und nicht, wenn der Lehrer erklärt. Sie kann auch in den Pausen eingesetzt werden.

Musik für die Bewegungsbegleitung

Wenn man sich entschieden hat, die Übungen durch Musik zu begleiten, muss man sich bewusst sein, dass die Musik die Bewegung unterstützen muss!
Richtig gewählte Musik kann jede Sportbewegung begleiten und unterstützen. Selbstverständlich wird der Einzelbewegungsrhythmus dadurch standardisiert.

In welchem Sportunterricht oder in welcher Teillektion kann man Musik als Begleitung anwenden?

Wir haben festgehalten, dass richtig ausgewählte Musik jede Sportbewegung begleiten kann. Musik kann also eingesetzt werden bei

- Einlaufen
- körperformenden Übungen
- Geräteturnen
- Bodenturnen
- Konditionstraining
- Circuittraining
- Volkstanz
- Bewegungsfolgen

Wie muss man bei der Musikwahl zur Bewegungsbegleitung vorgehen?

Man muss

- den genauen Bewegungsablauf haben
- Tempo, Taktart und Rhythmus der Bewegung bestimmen
- Musik hören und ausprobieren
- die gewählte Musik aufnehmen.

Beim Ausprobieren muss immer die Bewegung bewusst und vollständig ausgeführt werden.
Nicht vergessen: die Körpergrösse beeinflusst das Tempo einer Bewegung (Kinder haben schnellere Bewegungen als Erwachsene).

Takt- und Tempobeispiele für Grundbewegungen

	Takt	Tempo (Schläge/min.)	
Gehen	4/4–2/4	ca. 120	♩
Laufen	4/4–2/4	160–188	♩
Schwingen	3/4–3/8	ca. 60	♩. / ♩.
	2/4–6/8		♩ / ♩.
Hüpfen	2/4–6/8	ca. 126	♩ / ♩.
Dehnungen	4/4–12/8	ca. 60	♩ / ♩.
	6/8		♩.
Circuit-Training	2/4–4/4	ca. 120	♩

Welche Musik?

- Der Musikstil muss den Schülern angepasst werden, ohne dass man dabei vergisst, dass die Musik die Bewegung unterstützen muss.
  Bei alten Leuten könnte vielleicht auch Wienerwalzer eingesetzt werden; bei jungen Leuten ist eher davon abzusehen. Lieber Instrumentalmusik wählen (mehrere oder ein Instrument als Vokalmusik). Der Text ist eine zusätzliche, ablenkende Schwierigkeit.
- Musik wählen, bei der die Unterteilung verschieden spürbar und verschieden ausgelegt werden kann, damit auf das gleiche Musikstück verschiedene Bewegungen ausgeführt werden können.
- Für jede Stunde und für jede Klasse soll die passende Musik aufgenommen werden.

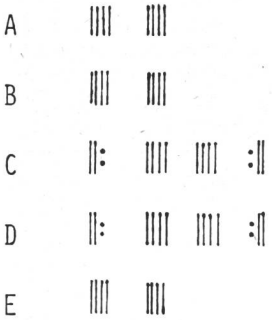
Musik als Begleitung für eine Bewegungssfolge

Vorgehen

1. Musikstück wählen
2. Musik hören: Grundrhythmus erkennen
3. Musik hören: Jeden Schlag aufschreiben (////) Pulsation
4. Musik hören: Takt erkennen
5. Musik hören: Melodiemotive erkennen
6. Musik hören: Die musikalische Phrase erkennen
7. Musik hören: Teile, die sich folgen oder wiederholen, erkennen
8. Die verschiedenen Phrasen aufschreiben mit Buchstaben: A, B, C, D,...

Beispiele

Casathock, Arrang. Max Greger



Mit diesem Beispiel zeigen wir Ihnen mehrere Teile, die dann auch beim Bewegungsfolgeaufbau berücksichtigt werden sollten.

Schluss

Arbeiten mit Musik kann sehr schön sein und für die Schüler anregend wirken. Als Lehrer müssen wir aufpassen, dass der natürliche Bewegungsrhythmus jedes einzelnen nicht verloren geht und wir nicht tausend kleine Roboter aufbauen.

Musik sollte nicht eingesetzt werden, wenn der Bewegungsablauf noch nicht verstanden ist.
Wenn der Lehrer alle Regeln respektiert, und jeweils die richtige Musik im entsprechenden Moment einsetzen will, muss er mit einem grossen Vorbereitungsaufwand rechnen. Natürlich eignet er sich mit der Zeit eine gewisse Routine an. Aber von nichts kommt nichts!
Wir möchten Sie mit diesen letzten Bemerkungen keineswegs entmutigen, sondern nur auf die entstehenden Probleme aufmerksam machen.
Richtiger Musikeinsatz im Sportunterricht ist schön, macht Spass und Freude – aber zuviel bringt kein Vergnügen mehr.