Rhythmus ist Leben

Autor(en): **Gautschi, Roland**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **4 (2002)**

Heft 1

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-991413

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

Foto: Daniel Käsermann

Rhythmus ist

Rhythmus ist Fluss und Guss

Ist Form und Formlosigkeit zugleich

Ist sich ähnlich, nie sich gleich

Ist Einheit und Lebendigkeit

Beherrscht nicht, wird nicht beherrscht

Ist ständig und immer wieder anders

Ist ein Seiendes und eint alle

Hilft und ordnet, führt und leitet

Unterstützt und begleitet – ist Leben.

Fred Greder

Rhythmus vereint

«Feel the Beat!»

Bevor man ihn hört, spürt man ihn. Der Bass der Musik setzt sich über alles hinweg. Näher kommend, wird das dumpfe Pochen zu einem kräftigen Schlagen. Es dröhnt. Dann sieht man die Menge. Alle hüpfen, schwenken die Arme, springen in die Luft, tanzen. Ein Pulsschlag, aufgemotzt mit tausenden von Watt, beherrscht die Stadt, zwingt zum Mitmachen oder quält, bis man weggeht. Feel the Beat! Wer fühlt den Rhythmus?

Rhythmus stimuliert und vitalisiert

«Bitte, bitte noch einmal!»

Ein Kind wird auf die Knie gehoben. Dann wird es, im Versrhythmus geschaukelt. Immer wieder. Wenn die Geschichte mit einem dramatischen Schluss – das Kind wird fallen gelassen und wieder aufgefangen – zu Ende ist, möchte es nicht aufhören. «Noch einmal!» ruft das Kind, «Nur noch einmal!» – Das Spiel beginnt aufs Neue: «Hoppe, hoppe Reiter, ...».

Rhythmus fasziniert

«Ich nehme die Trommel!»

Die Lehrkräfte einer Musikschule stellen die Instrumente vor. Sie streichen mit Bogen über Celli und Geigen, blasen in Flöten und Klarinetten und zupfen die Gitarren. Doch die Kinder stehen – wie magisch angezogen – vor den Schlaginstrumenten! Nicht zarte Klangfarben oder Melodien werden hier versprochen, sondern Rhythmus pur. Verzückte Blicke, wenn die Schläger das Trommelfell bearbeiten, die Kleinen wippen mit dem Fuss und hüpfen im Raum herum, vom Rhythmus getrieben!

Leben

Rhythmus ist ...

... die dynamische Akzentuierung von Bestandteilen eines Ablaufes, dessen Ordnung von einem angeforderten und/oder vom Individuum selbstgewählten Zeitschema bestimmt wird. Die Bestandteile eines Bewegungsablaufes, die zu rhythmischen Komplexen gefügt werden können, sind sämtliche erkennbaren und voneinander abgrenzbaren motorischen Fertigkeiten in ihren figuralen, räumlichen, zeitlichen und energetischen Ausprägungen ...

Röthig, P. u. a. (Hrsg.): Sportwissenschaftliches Lexikon. Schorndorf, Hofmann, 1992.

Rhythmus gibt Geborgenheit

«Es schläft wieder!»

Das Baby schreit und schreit. Da hilft gutes Zureden nicht mehr. Es schreit weiter. Laut, störend, nervend. Das Kind wird aus dem Wagen genommen, es wird hochgehoben, an die Brust gedrückt, hin und her gewiegt. Dann weint es nur noch leise. Ein Lied wird gesungen und das Kind weiter gewiegt. Das Baby wimmert, wird ruhig, atmet gleichmässig – und schläft endlich wieder ein.

Rhythmus gibt Sicherheit

«Links, zwei – drei – vier!»

Am Ende der Schwimmstunde dürfen die Kinder vom Sprungbrett springen. Ein Schüler imitiert einen Soldaten. «Links, zwei – drei – vier!» ruft der Knabe, während er im Paradeschritt ans Ende des Brettes marschiert. Dort wird die Hand zackig zum Soldatengruss an die Stirn geführt und gesprungen. Der Knabe steigt aus dem Wasser, geht zum Brett zurück. Das Ganze beginnt von vorne. «Links, zwei – drei – vier!»

Rhythmus motiviert und treibt an

«Das Ganze von vorne!»

Vier Schritte nach vorne, eine Drehung, Arme in die Höhe, genau auf den Schlag. Immer wieder. «Du bist nicht im Takt!» ruft eine Schülerin. «Komm, wir machen es noch einmal!» Die Achtklässlerinnen üben, was das Zeug hält. Der Sportlehrer wird überflüssig, kann in den Hintergrund treten und wird zum DJ. «Noch einmal von vorne!» ruft jemand. Der Lehrer gehorcht und drückt die Repeat-Taste. Die Mädchen stellen sich auf, die Chefin der Gruppe übernimmt wieder das Kommando: «Also, noch einmal – und eins, zwei, drei, vier!»

Rhythmus ist ökonomisch

«Schwungvoll die Treppe runter!»

Natürlich kann man auch regelmässig die Treppe hinunter gehen oder rennen. Schritt für Schritt. Je besser die Stimmung und je länger die Treppe, desto eher verfällt man jedoch in den typischen «Treppenlauf-Rhythmus».

Text: Roland Gautschi

Wir danken Karin Luginbühl und Arturo Hotz für die wertvolle Unterstützung bei der Erarbeitung dieser Beiträge.