

## **Warmwerden mit der Stimme – gewusst warum!**

Referent: Prof. Werner Rizzi

AG 13, Freitag, 15. Mai 2009

## **Warmwerden mit der Stimme - gewusst warum!**

Prof. Werner Rizzi, Essen

Singen ist inzwischen wieder in aller Munde, dazu viele Musikalisierungskampagnen, die das Singen - zentral oder peripher - zum Thema haben. Singen kann grundsätzlich jeder Mensch und man muss auch nicht studiert haben, um einfach mit anderen Menschen zu singen. Allerdings ist eine professionelle Kenntnis der Stimme notwendig um Singen und Stimmbildung vertieft als Multiplikator/in zu vermitteln. In Fort- und Weiterbildungen werden oft gute Inhalte (Übungen, Lieder usw.) gelernt und dann auf die eigene Singgruppe übertragen. Leider hört es damit oft auf, weil ein professionelles Auswerten des Ergebnisses nicht mitgelernt wurde. In gedruckten oder auch audiovisuellen Medien kann nie das Ergebnis gezeigt werden, das mir „zu Hause“ spontan angeboten wird und auf das ich dann reagieren können sollte. Darum wurden in diesem Workshop exemplarische Übungen zum Einsingen unter verschiedenen Aspekten betrachtet, analysiert und je nach Zielsetzung variiert. Situatives vorgehen steht hier im Mittelpunkt

Außerdem wurden kleine Kanons, ostinati, Patterns und Animationen auf musikpädagogische Sinnhaftigkeit abgeklopft, die über den Aufwärm- bzw. Einsingcharakter zuweilen hinausgehen kann. So können sich über die Propädeutik hinaus durchaus musikalische Inhalte vermitteln. Solche Miniaturen verstehen sich nicht als „musikpädagogische Musik“ im Sinne Th. W. Adornos, sondern als musikalisierte und verkörperlichte Gegenstände, die ansonsten rein verbal vermittelt würden.

### **Grundschema Aufwärmen /Einsingen**

Die folgenden Felder werden in der Stimmarbeit entwickelt. Technische Arbeit muss immer lebendig das Tönen und das Hören verbinden, so dass sich ein ästhetisches Bewusstsein ausdifferenzieren kann. Alles wirkt zusammenhängend auf einander ein. Es kann aber in einer Übung ein hauptsächlich focussiertes Arbeitsgebiet geben. Eingaben erfolgen sowohl als präzise Handlungsanweisungen als auch intentional ggf. in bildhaften Vorstellungen.

#### Disposition - Körper

- Lockerung
- Kreislauf anregen
- Durchblutung
- Bewusstheit

#### Atem

- Impuls / Dauerstrom
- Ökonomie

#### Phonation (Stimmeinsatz/ Stimmansatz)

- weicher Einsatz (hart= Glottisschlag, gehaucht, verhaucht)
- Wecken der Stimme
- Geschmeidigkeit -> Register

#### Artikulation

- aktivieren des Apparats
- formen von Konsonanten und Vokalen sowie Achten auf deren Sitz

#### Resonanzen

- Kopf- und Brustresonanzen zur Klangfärbung und Verstärkung

Das Ansatzrohr - vom Kehlkopf bis zu den Lippen - ist der flexible Raum, in dem die Stimme sich in Vokalen und Konsonanten artikuliert. Die Stimmwerkzeuge, das sind Atemapparat, , Kehlkopf u.a. mit Stimmuskel, -bändern und -lippen, Zunge, weicher Gaumen, harter Gaumen (Schädel), Unterkiefer, Zähne und Lippen.

Wie arbeite ich an der Atemführung, am Klang, an Artikulation und Phrasierung oder gar an mehreren Parametern gleichzeitig weiter?

Und warum?

Wie differenziert kann ich eine Großgruppe in ihrer Unterschiedlichkeit wahrnehmen und auf sie eingehen?

Welche Ziele verfolge ich, die über die Qualität der Stimmgebung und des Singens hinausgehen?

### **Exemplarische Übungen**

Anhand der folgenden Übungen wurde jeweils beispielhaft aufgezeigt, wohin kleine Unterschiede bei der Art der Eingabe führen können.

#### **1. Abhängen des Oberkörpers und wieder aufrichten**

- Ich zeige die Übung selbst modellhaft vor.
- Ich lasse die Übung zeigen.
- Ich verbalisiere die Handlungsanweisungen („das Kinn kippt auf die Brust, Arme, Kopf und Oberkörper geben der Schwerkraft nach vorne unten nach...) Welche Wortwahl ergäbe auch einen(anderen) Sinn?
- Ich kombiniere Wort und Bewegung.

Was kann wann hilfreich, was problematisch sein?

Sind die Knie dabei angefedert oder durchgedrückt ? Warum (nicht)?

Wie lange kann der Kopf nach unten hängen, was macht der Kreislauf, die Atmung dabei?

Wie kann ich zusätzlich zur Lockerung beitragen (wenn ich es möchte)?

Ich richte mich wieder auf. Wie („an der Stirn hängt ein Gewicht...“) ?

- alleine,
- an der Wand stehend,
- mit Partner/in, der/die seitlich von mir oder hinter mir steht und die Aufrichtung mit Fingerdruck seitlich der Wirbelsäule oder mit der ganzen Hand auf der Wirbelsäule zum Spüren mit vollzieht („möchten die Ausführenden körperlich berührt werden...?).

Geschieht die Aufrichtung mit Einatmungstendenz (andere Weiterführung nötig) oder mit Ausatmungstendenz? Warum?

Warum richtet sich der Kopf zuletzt auf?

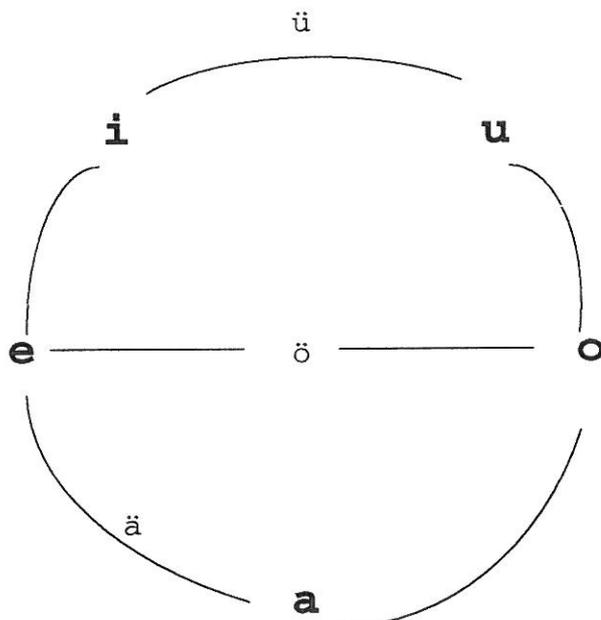
Alleine diese wenigen Differenzierungsmöglichkeiten zeigen auf, wie wach die Wahrnehmung – speziell in einer Gruppe –, wie klar die Zielsetzung und wie situativ das Feedback sein muss, um eine solche gängige Übung sinnvoll und ohne Schädigung durchzuführen.

## **2. Klinger und Halbklinger Gliss. abwärts, dabei Hand streicheln**

Bei gesungenen Glissandi zunächst aus der oberen Mittellage, dann aus der hohen Lage mit Klingern und Halbklingern wird eine Streichelbewegung konnotiert: Der Mittelfinger einer Hand, evtl. auch mit den beiden Fingern daneben, wird leicht streichelnd in der Innenfläche der anderen Hand zur Handwurzel bzw. weiter den Unterarm hinauf und wieder zurückgeführt. Dadurch lässt sich z.B. Druck in der Stimme vermeiden und eine geschmeidige Randstimmfunktion erreichen. Als sensible Interaktionsvariante auch mit Partnern gegenüberstehend oder im Kreis durchführbar. Dabei zeigt eine Handfläche nach oben (bereit, das Streicheln anzunehmen) die andere nach unten (bereit, das Streicheln zu geben). Nun wird aber nicht die eigene Hand, sondern die des gegenüberstehenden Partners während des Singens gestreichelt. Im Kreis stehend, gebe ich z.B. rechts und nehme mit der linken Hand, dann wird gewechselt.

## **3. Vokalklangband mit „Farbenhören“**

m - u - o - ɔ - a - ä - e - i - u -m - ein tönendes Klangband wird gesungen (um f' für Frauen oder Kinder/ f für Männer). Jede/r atmet chorisch, wenn Luftbedarf entsteht. Die Vokalübergänge sind so langsam fließend, dass Obertonformanten zu hören sind, besonders bei den Männerstimmen zwischen „u“ und „i“. Auch ein „ö“ kann eingefügt werden und so zwischen „e“ und „o“ im Vokalkreis vermittelt werden.



i ist der hellste (obertonreichste) Vokal, u der dunkelste

4. silli selle salla sollo salla selle silli (auch willi, jilli) , auch im Kanon  
 1 3 5 8 5 3 1 (etwa c (')-f ('))

Diese Dreiklangsübung wird zunächst kleinschrittig eingeführt (auf dem Grundton)

-si se sa so

-si se sa so sa se si (also vor und zurück..)

-sil sel sal sol sal sel ....

-silli selle salla sollo salla selle silli (dann in den Akkord und immer dreimal)

Was gewinne ich, wenn die gekonnte Übung im Kanon gesungen wird?

-Zwei-, drei-, vierstimmig mit unterschiedlich weiten und enggeführten Einsätzen?

**Exemplarische Warm-ups aus dem Arbeitspapier (s.Anlage) behandelten unterschiedliche Themen.**

#### **a. Viele Töne**

ist ein kurzer Kanon, den ich immer wieder neu mit einem funktionalen Text versehe. Er erzählt dann, was gerade (gewesen) ist. Er ist rhythmisch sehr präzise zu arbeiten, damit er schwingt.

#### **b. Halleluja**

nimmt das Thema aus G.F: Händels „Messias“ auf. Zum Spaß und zum Einsingen, auch auf Vokalisieren und chromatisch bis zu einer Terz aufsteigend. Geht das auch im Kanon?

**c. Intonation Killer**

übt Ohren und Stimme

**d. Nimm zwei**

ein Zweitonstück über Bluesschema, bei dem darauf zu achten ist, dass das schnell und kurz erreichte tiefe „c (‘)“ in Bruststimmlage nicht forciert wird (siehe Übung 2!)

**e. Hu sana vokali**

ist eine leise, duftige, aber rhythmisch exakt zu singende Melodie auf Werners „Singesperanto“ mit einer hin und her schweifenden Ostinatobegleitung in einfachen und komplexeren Varianten.

**f. The Score**

stellt die Standardtypen von Stimmen eines Bandarrangements vor und kann mit einem Mittelteil (z.B: Dm´ ´ ´ ´ Am´ ´ ´ ´ ´Gm7´ ´ ´ ´ ´C7´ ´ ´ ´ ´) weiter zum Stück ausgebaut werden.

Wichtig:

Beim Singen mit Kindern bei „Intonation Killer“, „Viele Töne“ und „Halleluja“ nach Möglichkeit ein bis zwei Töne höher intonieren.

Literaturliste  
Berlin

Musikschulkongress 2009

**Prof. Werner Rizzi**

<b>Autor</b>	<b>Titel</b>	<b>Ort, Jahr</b>
Achenbach, Gerd B.	Das kleine Buch der inneren Ruhe	Freiburg 2000
Akademie für Lehrerfortbildungen und Personalführung Dillingen (Hg.)	Praxisbausteine für Musik - Grundschule Musik hören / Musik erfinden / Musik machen / Musik und Bewegung	Dillingen 2001
Artmann, H.C., Reichert, Klaus (Hg.)	Das poetische Werk Bd. VII - Die Kindergedichte	Berlin, München, Salzburg 1993
Barth, M./ Markus, U.	Alles über Körpersprache der Kinder	Ravensburg 1996
Becker, Georg E.	Lehrer lösen Konflikte	Weinheim/ Basel 2006 (überarbeitete Neuaufgabe)
Böseke, Harry	Geschichtenzirkus. Schreib- und Sprachspiele für Kinder	Seelze 1999
Damm, Thomas u. Alt- Epping, Christiane	Live! Singen und Musizieren mit der ganzen Klasse	Helbling, Rum /Innsbruck - Esslingen 2005

Dartsch, Michael (Hrsg.)	Musikalische Bildung von Anfang an	Bonn, 2007
Dreher, Helmut	Ganzheitliches Arbeiten an Liedern	Dietzenbach 1989
Filz, Richard	vocal percussion drums 'n' voice'	Wien 2002
Franz, Dr. Med. Silvia	Das hyperaktive Kind	Falken 1996
Führe Uli und Ehni Jörg	Kroko Tarrap 33 Lieder und musikalische Zirkusspiele	Fidula 2001
Führe, Uli	Allesimada	Boppard am Rhein 2004
Führe, Uli	Stimmicals 1 und 2	Boppard am Rhein 1999 und 2002
Führe, Uli und Rizzi, Werner	Jazzkanons	Fidula Verlag Boppard
Furgber, Michaelae, Rizzi, Werner, Posada-Charrúa, Jose, Teschner, Ellen, Schulten, Maria Luise (Hg.)	Lollipop Liederbuch	Berlin 2001
Furgber, Michaelae, Rizzi, Werner, Posada-Charrúa, Jose, Teschner, ellen, Schulten, Maria Luise (Hg.)	Lollipop Liederbuch. Handreichungen für den Unterricht	Berlin 2003
Habermann, Günther	Stimme und Sprache; Eine Einführung in ihre Funktion und Hygiene	Stuttgart 1978
Handerer, H./Schönherr, Ch.	Körpersprache und Stimme Praktische Beispiele zur Verbindung von Mimik, Gestik, Bewegung, Getast und Stimme im Unterricht	München 1994
Heygster, Malte u. Grunenberg, Manfred	Handbuch der relativen Solmisation	Mainz 1998
Holland-Moritz, Thomas (Hg.)	Singen in der Musikschule. In: Die Musikschule Band VII, Reihe Bausteine B 37	Mainz 1984 Schott
Holthaus, Klaus	Klangdörfer; Musikalische und soziale Vorgänge spielerisch erleben	Boppard/Rhein 1993
Keller, Wilhelm	Ludi musici 3 Sprachspiele (Buch mit CD)	Fidula Verlag Boppard
Kindler, Herbert S.	Konflikte konstruktiv lösen; Produktive Teamarbeit, Stress und Spannungen abbauen, Lösungsvorschläge, Fallstudien/Checklisten	Wien 1994/1995
Kirckhoff, Mogens	Mind mapping	Offenbach 1998
Landesverband der Musikschulen NRW (Hrsg.)	Musikschule in der Offenen Ganztagsgrundschule Eine Praxismappe	Düsseldorf 2008
Lemmermann, Heinz	Die Sonnenblume - 99 neue Lieder für Kinder Dazu auch: Lehrerband - Informationen zu den Liedern, weitere Begleitmodelle, Praxisberichte, Praxisvorschläge	Boppard/ Rhein 1997
Maierhofer, Lorenz	Sing- Gymnastics. 14 Action- und Wellness- Songs	Rum/ Innsbruck 2006
Maschwitz, Rüdiger und Gerda	Gemeinsam Stille entdecken Übungen für Kinder und Erwachsene	München 1995
Metz, Johanna, Pauls, Reguna	Das Schulkonzept. Freie Grundschule „Clara Schumann“	Leipzig, 2004
Mohr, Andreas	Lieder, Spiele, Kanons - Stimmbildung in Kindergarten und Grundschule	Mainz 2009 Schott

Mohr, Andreas	Handbuch der Kinderstimmgebung	Mainz 1997
Mohr, Andreas	Praxis der Kinderstimmgebung.	Mainz 2004
Motte, Diether de la	Musik ist im Spiel	Kassel 1989
Motte, Diether de la	Musik bewegt sich im Raum	Celle 1987
Nykrin, Rudolph	Erfahrungserschließende Musikerziehung	Regensburg 1978
Pretzell, Eva	Sprech- und Spracherziehung mit Kindern	Mainz 1980
Ribke, Juliane + Dartsch, Michael (Hrsg.)	Facetten Elementarer Musikpädagogik	Regensburg, 2002
Ribke, Juliane + Dartsch, Michael (Hrsg.)	Gestaltungsprozesse. Erfahren - Lernen - Lehren	Regensburg 2004
Rizzi, Werner	Singen, Sprechen, Warm-Ups in: Landesverband der Musikschulen NRW (Hrsg.) Musikschule in der Offenen Ganztagsgrundschule Eine Praxismappe	Düsseldorf 2008
Rizzi, Werner	Musikalische Animation - Materialien für eine Musikwerkstatt	Boppard 1988
Rizzi, Werner	Singaktion mit großem Publikum. In: Dartsch M., Ribke, J. (Hg.) Gestaltungsprozesse	Regensburg 2004
Rizzi, Werner	Singanimation. In Materialien und Dokumente aus der Musikpädagogik Bd. 19 (Kongressbericht Musikschulkongress Saarbrücken)	Regensburg 1992
Rizzi, Werner	Lautreise, Lautbewegung In: Handerer, Hermann. Wechselspiel: Musik und Bewegung (S.43 ff.)	München 1989
Rizzi, Werner	Spaß im Regen. In: musikpraxis Nr. 77 (1/1998)	Fidula Verlag Boppard 1998
Rizzi, Werner	Aspekte von Körperlichkeit im Grundschulalter. In: Musik und Bildung - Praxis Musikerziehung 2/ 1995	Mainz 1995, Schott
Rizzi, Werner (Hg.)	Start Ups	Fidula Verlag Boppard
Rizzi, Werner (Hg.)	Start Ups 2	Fidula Verlag Boppard
Rücker-Vogler, U.	Bewegen und Entspannen. Spiele und Übungen für Kinder	Ravensburg, 1994
Scheufele- Osenberg, Margot	Atemschulung für seelisches und körperliches Gleichgewicht	Düsseldorf 1993
Schulze, Jörg	Stimmstörungen im Kinder und Jugendalter	Idstein 2002
Schwabe, Matthias	Musik spielend erfinden	Kassel 1992
Spode, Wolfgang	Der Ohrwurm, Liederbuch und CD	Fidula Verlag Boppard
Steffen-Wittek, Marianne	Monsterband & Co. Populäre Musik, Rhythmus und Percussion mit Kindern von 4 bis 10 Jahren	Essen 2002
Stockhausen, Karlheinz	Aus den sieben Tagen	Universal Edition 14790
Studer, Christoph und Mgonzwa, Benjamin	Jambo Africa. Lieder, Tänze und Spiele	Boppard am Rhein 2006.
Vennemann, Susanne	Singen mit Spaß; Handbuch für die Gruppenleitung - Tanzlieder	Mainz 2002
Vogel, Eckart	Kinder Stunden Stücke	Fidula Verlag Boppard
Vopel, Klaus	Bewegung im Schneckentempo; Kinder ohne Streß; Band 1	Hamburg 1989
Vopel, Klaus	Im Wunderland der Phantasie; Kinder ohne Streß, Band 2	Hamburg 1991
Vopel, Klaus	Reise mit dem Atem; Kinder ohne Streß, Band 3	Hamburg 1989
Vopel, Klaus	Zauberhände; Kinder ohne Streß, Band 4	Hamburg 1991
Vormann, Martina	Ganzheitlich Sprechen und Singen	Engelskirchen 1995

Wagner, Horst	Das Instrument Stimme. In: Spielen mit Musik - Musikalische Spielideen und Spielaktionen für Kinder	Stuttgart 1992 Kohlhammer
Werdin, Eberhard	Rhythmische Sprechchöre für 2-3 Stimmen mit Schlagzeug ad lib.	Boppard 1987
Widmer, Manuela	Spring ins Spiel	Boppard 2004
Wieblitz, Christiane	Lebendiger Kinderchor	Boppard 2007
Zielke, Wolfgang	Sprechen ohne Worte Körpersprache verstehen und einsetzen	Bindlach 1994
Zimmermann, Jürgen	Charivari - Trommeln aus der Provinz	Boppard 2005
Zimmermann, Jürgen	Juba Die Welt der Körperpercussion	Boppard/Rhein 1999
Zoller, Eva	Die Kleinen Philosophen. Vom Umgang mit 'schwierigen' Kindern	Freiburg 1995