



Dalcroze Methodik

Beschreibung der Methodik

Die Dalcroze Methode ist ein spielerischer, erfahrungsorientierter Ansatz zum Lehren und Lernen von Musik.

Zielgruppe

Alle (Erwachsene, Kinder, Jugendliche)

Anzahl der Teilnehmenden

Min. 10, max. 20 + 2 Trainer*innen

Umgebung

Ein relativ großer Raum oder im Freien

Materialien

Percussion und andere Instrumente, wie z.B. ein Klavier

Zweck/Ziel der Methodik

Sie zielt darauf ab, ein starkes Rhythmusgefühl zu entwickeln. Die Methodik hebt hervor, dass der Ausdruck durch Musik physisch und plastisch ist, der schon mit der Atmung oder Bewegung beginnt. Sie möchte die verschiedenen Verbindungen zwischen musikalischem Ausdruck und einer lebendigen Art, in der Welt zu sein, aufzeigen.

Schritt für Schritt Anleitung

Schritt 1. Die Gruppe füllt den Raum und jede Person steht dort, wo es für sie angenehm ist.

Schritt 2. Der oder die Trainer*in macht Angaben und sagt eine Zahl, die das Tempo vorgibt, in der sich die Gruppe bewegen sollte. (z.B. 1 = langsam, 10 = schnell).

Schritt 3. Die Bewegungen können zunehmend durch die Stimme oder den Einsatz von Instrumenten unterstützt werden. Es wird empfohlen, zunächst einen Percussion Rhythmus zu versuchen und dann andere Instrumente, die Stimme oder andere Musik auszuprobieren.

*Tipps für die Trainer*innen*

Lass dir Zeit beim Ausprobieren verschiedener Zahlen, die Gruppe braucht etwas Zeit, um sich an diese Methodik anzupassen.

Weitere Kommentare zur Methodik

Diese Methodik ist eine Möglichkeit, Musik als Ausdrucksmittel zu erleben, auch ohne formale musikalische Ausbildung. Musik ist eine sehr elementare Art und Weise deinen inneren Körper und die äußeren Einflüsse zu spüren.

Es ist eine Aktion, aber auch eine Reaktion und verbindet dich mit allem, was um dich herum ist (deine Umgebung) durch den Rhythmus, der eine Art ist, das Leben zu erleben.

Deshalb basiert diese Methodik auf Übungen, bei denen Menschen ohne formale musikalische Ausbildung aufgefordert werden, sich zur Musik zu bewegen und ihre Bewegungen spontan an die vorgegebenen musikalischen Muster anzupassen. Der Rhythmus spielt dabei eine große Rolle, aber auch die Vorstellungskraft ist wichtig. Die musikalischen Muster sind unterschiedlich und die Bewegungen passen sich rhythmisch, aber auch dynamisch an.

