



Uschi Gatol, MA

Psychomotorik, Motopädagogin, Lehrerin, Kindergartenpädagogin, Aerobic- und Fitnesstrainerin, Zumbatrainerin

A13



TROMMELHITS FÜR KIDS UND TEENS



INHALT

Takt- und Rhythmusschulung stellen die Basis für Kindertanz und Rhythmisierung in Bewegungsabläufen dar. Mit Hilfe von

- Tonnen/Eimer/Kübel
- Kochlöffeln sowie dem
- Einsatz von Körperinstrumenten

werden in dieser Einheit motivierend und intensiv für Kinder ab dem Kindergartenalter kreativ umgesetzt. Freude an der Ganzkörperbewegung steht im Vordergrund, basierend auf einer bewegungsintensiven Tanz- und Trommeleinheit für 3-10 jährige Kinder.

Der kreative und spielerische Zugang wird über Medien und Alltagsmaterialien intensiviert, welche die kindliche Phantasiewelt bereichern und Kinder in die Rolle der jeweiligen Tanzgeschichte eintauchen lassen. Eine praxisorientierte Tanzeinheit, deren Inhalte in Kindergarten, Volksschule und Verein, im Alltag, Sportunterricht und bei Festen umsetzbar sind!

ALTERSGRUPPE

3 – 10 Jahre

MEDIEN / TURNMATERIAL:

Kübel, Tonne, Kochlöffel, Fitbälle, Körperinstrumente



A13

JUNGLE DRUM

Lied 20 auf CD

1x8 Intro – Beine wippen/bouncing, Arme trommeln vor dem Körper abwechselnd rechts und links

4x8 Tap vor rechts und links im Wechsel links/½ Drehung mit Hüfte

4x8 Lunge/Ausfallschritt zur rechten und linken Seite im Wechsel/Arme 2x Bizeps von unten hoch

4x8 Heart beats.... Breiter Beinstand, geöffneter March, Herzschlag mit Armen und Oberkörper

Jungle drum....Trommeln in der Luft, schräg oben

Ende:

Heart beats.... Breiter Beinstand, geöffneter March

4 Side Steps mit Trommeln vor Körper rechts

4 Side Steps links

4 Side Steps rechts

4 Side Steps links

Heart beats.... 4x/alle 4 Richtungen trommeln

Trommeln nach vor/Finale

TROMMELWORKOUT AUF MÜLLEIMERN/HELELE SAFRI DUO

Lieder 9-13 oder 14-18 auf CD und Lied 19

Alter: 6-10 Jahre – Erwachsene

Material: Mülleimer, Kochlöffel

Zielsetzung: Rhythmuschulung und Tanzchoreographie

AUFWÄRMEN:

Trommeln mit Kochlöffel/versch. Rhythmen

Spiele Oberaffe: Ein:e Teilnehmer:in trommelt Rhythmus vor, Teilnehmer:innen trommeln den

Rhythmus nach- Wechsel



A13



HAUPTTEIL/WORKOUT:

1-4 rechts, links trommeln auf Tonne
5-8 rechts, links trommeln Luft
1-4 rechts, links trommeln auf Tonne
5-8 rechts, links trommeln Luft
1-3 rechte Trommel, 4 Pause
5-7 linke Trommel, 8 Pause
1-3 rechte Trommel, 4 Pause
5-7 linke Trommel, 8 Pause

1-8 rechts, links schnell trommeln
1-8 Pause x über Kopf
1-8 rechts, links schnell trommeln
1-8 Platzwechsel/Sitz auf Tonne

TROMMELWORKOUT AUF FITBÄLLEN

Lieder 9-13 oder 14-18 auf CD und Lied 19

Alter: 6-10 Jahre bis Erwachsene

Material: Fitbälle, Ballschalen, Kochlöffel

Zielsetzung: Rhythmuschulung und Tanzchoreographie

AUFWÄRMEN:

Experimentieren mit Bällen: vorwärts – rückwärts prellen, laufen, Seit-Galopp, Bälle tauschen, Igel,...

FITBÄLLE IM KREIS

Federn (bouncing) am Ball/Hände halten Ball

Federn mit aufstehen – Arme hoch

Jumping Jack/Hampelmann mit Butterfly – Armen



A13



Step touch/seitlich über Ball rollen und aufstehen
Liegestütze mit dem Fitball
Igel/einrollen

HAUPTTEIL/WORKOUT:

- 1-4 rechte, linke Ballseite trommeln
- 5-8 rechts, links Mitte am Ball trommeln
- 1-4 rechte, linke Ballseite trommeln
- 5-8 rechts, links Mitte am Ball trommeln
- 1-3 am Ball des rechten Kreisnachbar trommeln, 4 = Pause
- 1-3 Mitte am eigenen Ball trommeln, 4 = Pause
- 1-3 am Ball des linken Kreisnachbar trommeln, 4 = Pause
- 1-3 Mitte am eigenen Ball trommeln, 4 = Pause

- 1-4 schnelles Trommeln am eigenen Ball mit Running
- 5-8 mit Kochlöffeln in der Luft trommeln (Scherenschleifen)
- 1-4 schnelles Trommeln am eigenen Ball mit Running
- 5-8 mit Kochlöffeln in der Luft trommeln (Scherenschleifen)
- 1-2 Ball trommeln
- 3-4 Luft trommeln
- 5-6 Ball trommeln
- 7-8 Luft trommeln
- 1-2 Ball trommeln
- 5-7 Luft, weiter marschieren nach rechts zum nächsten Ball

A13



HEAD SHOULDERS KNEES & TOES/OFENBACH

Ordnungsrahmen: Reihenaufstellung

Refrain:

I feel it in my head, my shoulders, knees and toes
My bones
Your music gets me through the highs and lows
My head, my shoulders, knees and toes
My bones
You're keeping me from feeling all alone

Strophe 1:

I've been praying to a thousand different stars
To a thousand different arms till I found you
I've been chasing, bout a thousand different hearts
For a thousand million hours, now I've found you

Pre-Refrain:

My nights will never be the same, the same again
I've got you running through my veins

Refrain:

I feel it in my head, my shoulders, knees and toes
My bones
Your music gets me through the highs and lows

Post-Refrain:/Instrumental

You're keeping me from feeling all alone
You're keeping me from feeling all alone

Strophe 2:

Let me breathe you, take you down into my lungs...

Trommeln: Auf- zu- auf- zu
Beine öffnen und schließen/Jumping Jack
1x um Tonne, Arme pumpen, hoch-tief

Step touch vor/zurück/Trommeln auf Tonne

Grapevine, Arme Scheibenwischer

Trommeln: Auf- zu- auf- zu
Beine öffnen und schließen/Jumping Jack
1x um Tonne, Arme pumpen, hoch-tief

marschieren vor-zurück/Trommeln auf Tonne
Du-ich/Arme vor – Arme kreuzen

Step touch vor/zurück/Trommeln auf Tonne

Pre-Refrain:

My nights will never be the same, the same again
I've got you running through my veins

Refrain:

I feel it in my head, my shoulders, knees and toes
My bones
Your music gets me through the highs and lows

Post-Refrain:/Instrumental

You're keeping me from feeling all alone...

Refrain:

I feel it in my head, my shoulders, knees and toes
My bones
Your music gets me through the highs and lows

Post-Refrain:/Instrumental

You're keeping me from feeling all alone
You're keeping me from feeling all alone

WELLERMAN (SEA SHANTY), NATHAN EVANS

Ordnungsrahmen: Reihenaufstellung

Medien: Trommel, Kochlöffel

1.Strophe:

There once was a ship that put to sea
The name of the ship was the Billy of Tea
The winds blew up, her bow dipped down
Oh blow, my bully boys, blow (huh)

Refrain:

Soon may the Wellerman come

Grapevine, Arme Aufspulen

Trommeln: Auf- zu- auf- zu
Beine öffnen und schließen/Jumping Jack
1x um Tonne, Arme pumpen, hoch-tief...

Side steps

Grapevine/Drehung

Trommeln: Auf- zu- auf- zu
Beine öffnen und schließen/Jumping Jack
1x um Tonne, Arme pumpen, hoch-tief...

marschieren vor-zurück / Trommeln auf Tonne

Du-ich / Arme vor – Arme kreuzen

Tap rechts vor, links rück
Trommeln: 1x Kreuzen-Luft, 1x Tonne
3x Tap/Trommeln: 3x Kreuzen-Luft

2x Ferse- Seitgallopp

A13

To bring us sugar and tea and rum
 One day, when the tonguing is done
 We'll take our leave and go

Post-Refrain:

Da-da-da-da-da
 Da-da-da-da-da-da-da
 Da-da-da-da-da-da-da-da-da-da-da
 We'll take out even more

Refrain:

Soon may the Wellerman come
 To bring us sugar and tea and rum
 One day, when the tonguing is done
 We'll take our leave and go

Instrumental 4x

2.Strophe:

She'd not been two weeks from shore
 When down on her a right whale bore
 The captain called all hands and swore
 He'd take that whale in tow (huh)

Refrain:

Soon may the Wellerman come
 To bring us sugar and tea and rum
 One day, when the tonguing is done
 We'll take our leave and go

Post-Refrain:

Da-da-da-da-da
 Da-da-da-da-da-da-da

Seitgalopp/Trommeln: 3x auf Tonne

Marschieren/Trommeln: fortlaufend

running

2x Ferse- Seitgallopp

Seitgalopp/Trommeln: 3x auf Tonne

Marschieren/Trommeln: fortlaufend

V-Step/Trommeln: 2x Seite, 1x Kreuzen-Luft

Tap rechts vor, links rück

Trommeln: 1x Kreuzen-Luft, 1x Tonne

3x Tap/Trommeln: 3x Kreuzen-Luft

2x Ferse - Seitgallopp

Seitgalopp/Trommeln: 3x auf Tonne

Marschieren/Trommeln: fortlaufend

running

A13

Da-da-da-da-da-da-da-da-da-da-da
 We'll take out even more

Refrain:

Soon may the Wellerman come
 To bring us sugar and tea and rum
 One day, when the tonguing is done
 We'll take our leave and go

Refrain:

Soon may the Wellerman come
 To bring us sugar and tea and rum
 One day, when the tonguing is done
 We'll take our leave and go

Instrumental 3x

Pose!

2x Ferse - Seitgallopp

Seitgallopp/Trommeln: 3x auf Tonne

Marschieren/Trommeln: fortlaufend

2x Ferse- Seitgallopp

Seitgallopp/Trommeln: 3x auf Tonne

Marschieren/Trommeln: fortlaufend

V-Step/Trommeln: 2x Seite, 1x Kreuzen-Luft

RHYTHMISIERUNG FÜR KINDERGARTEN- UND GRUNDSCHULKINDER

Wir stampfen alle mit den Füßen/Kanon:

Wir stampfen alle mit den Füßen,
 und woll'n uns heute so begrüßen.
 Schnipsen locker mit dabei,
 klatschen dann noch 1,2,3.

1-stampfen								
2-stampfen								
3-schnipsen	-	i	-	i	-	i	-	i
4-klatschen								-

TANZ DER TAUSENDFÜSSLER

Lied 4 und 5 auf CD oder Trommelgruppe

Die Gruppe teilt sich in mehrere Kleingruppen von Tausendfüßlern, die sich in einer Reihe aufstellen und mit den Händen an den Schultern des Vorderkindes anhängen.

Trommelgruppe (oder CD Lied 4 und 5) beginnt langsam den Rhythmus „1-2-3 Pause“ zu trommeln:

| | | -

Die Tausendfüßlergruppen marschieren im Takt los, wobei sie die Schritte so breit wie möglich nach außen machen, um den Takt besser halten zu können.

Jede Gruppe achtet darauf, nicht mit anderen Tausendfüßlern zusammen zu stoßen und im Trommel-Takt zu bleiben. Trommelgruppe wird immer schneller....

WIR SIND KINDER EINER WELT

Lied 6 auf CD

Spiellied/Trommellied

Wir sind Kinder einer Welt und TROMMELN, wie es uns gefällt.

Wir sind Kinder einer Welt, in der einen Welt.

In Asien oder Afrika, überall sind Kinder da:

Ob weiß, ob schwarz, ob nah ob fern, wir haben alle Kinder gern.

1.trommeln/2.klatschen/3.pfeifen/4.stampfen/5.schreien

TIP-TIP, DIE TROMMELMAUS

Lied 7 auf CD

Tip-Tip

die Trommelmaus

|

|

[]

Tap-Tap

der Trommelfloh

|

|

X

X

Tup-Tup das Trommelschwein		[]
Top-Top der Trommelhahn		
Töp-Töp der Trommelbär		}

KINDERTANZ- UND KINDERTROMMELHITS

DIE KÜCHE GROOVT

Ordnungsrahmen: Kreis • Material: Kochtöpfe oder Tonnen, Kochlöffel



Intro: /

1. Strophe:

Heut feiern wir ´ne Party, doch keiner hat Musik dabei
Wo ist die Musik denn bloß, wo ist sie bloß hin?
Wir können jetzt zwar singen, doch Singen ohne Groove? Naja
Und tanzen ohne Schlagzeug, das macht einfach keinen Sinn

Pre-Refrain:

Wir stehen so in der Küche rum und schauen uns mal so richtig um
Da geht doch was, da wüsst ich was- und das macht sicher Spaß
Sicher Spaß

Refrain:

Rattattati rattatata rattattatta ta
All die schönen Töpfe sind zum Trommeln da
Rattattati rattatata rattattatta ta
All die schönen Pfannen sowieso

Arme ziehen seitlich hoch

Step touch, Arme trommeln
Beidbeinig wippen, Arme über Kopf
Step touch, Arme trommeln
Beidbeinig wippen, Arme über Kopf

breite Standposition,
Hüfte seitlich schieben
tanzen und trommeln

Trommeln am Boden/Luft

A13

Die Schränke auf, die Schränke zu, auf und wieder zu
 Das scheppert und das rasselt ebenso
 Das kli-kla-klappert, das bewegt die Luft
 Ich würd sagen: die Küche groovt!

Chor:

Die Küche, die Küche groovt
 Dddddd die Küche, die Küche groovt

2.Strophe:

Die allerbesten Partys, die finden in der Küche statt
 Und weil sie heut ein Schlagzeug ist, macht das Riesenspaß
 Mit Löffel, Gabel, Messer gibt's den vollen Ram-tam-tam
 Jeder groovt so gut er kann
 Drum-di-drum-di-drum

Pre-Refrain:

Wir stehen so in der Küche rum und schauen uns mal so richtig um
 Da geht doch was, da wüsst ich was- und das macht sicher Spaß
 Sicher Spaß

Refrain:

Rattattati rattatata rattattatta ta
 All die schönen Töpfe sind zum Trommeln da
 Rattattati rattatata rattattatta ta
 All die schönen Pfannen sowieso

Die Schränke auf, die Schränke zu, auf und wieder zu
 Das scheppert und das rasselt ebenso
 Das kli-kla-klappert, das bewegt die Luft...

Chor:

Die Küche, die Küche groovt
 Dddddd die Küche, die Küche groovt

**Side-Steps mit Lunge
 Trommeln in der Luft**

**Drehung
 Trommeln in der Luft**

Step touch, Arme trommeln
Beidbeinig wippen, Arme über Kopf
 Step touch, Arme trommeln
 Beidbeinig wippen, Arme über Kopf

**breite Standposition,
 Hüfte seitlich schieben**
 tanzen und trommeln

Trommeln am Boden/Luft

**Side-Steps mit Lunge,
 Trommeln in der Luft**

**Drehung,
 Trommeln in der Luft**

A13



WE WILL ROCK YOU

Ordnungsrahmen: Kreis

Trommeln auf Tonne oder Boden mit Kochlöffeln

Refrain/We will rock you

1-3 rechts, links trommeln

3x Kochlöffel kreuzen

4 Pause

Welle:

1-2 down/2x auf Mülleimer trommeln

3-4 up/Kochlöffel über Kopf in die Luft halten

Strophe/Matter on your face:

1-4 Scherenschleifen mit Kochlöffeln nach rechts,

4 Pause

1-5 Scherenschleifen mit Kochlöffeln nach links,

4 Pause

© Ursula GATOL, MA

www.kid-fit-fun.at