

## Handreichung zum Musikvideo „*Musik im Spielzimmer – Gute Nacht*“

### „Wiegenliedchen“ von Robert Schumann

Einstimmung in das Thema: zur Ruhe kommen, Abendstimmung, Wiegenlieder.

Das Klavierstück kann man unter diesem Titel auch auf YouTube finden. Im Video wird nur der 1. Teil des Stückes genutzt. Man kann mit den Kindern eine kleine Choreographie mit Tüchern gestalten oder auch gemeinsam entwickeln. Gut einsetzbar sind dabei die Bewegungen über die Körpermitte und liegende Achten (Vernetzung der Hirnhälften, Motorik trainieren). Freies Tanzen mit schwingenden Bewegungen am Platz und im Raum, allein oder mit Kuscheltier sind zu dieser Musik auch sehr gut geeignet.

### Lied: „Sei mal still“

1. Strophe:

„**Sei mal still**“ - Zeigefinger zum Mund  
und **hör dir dabei zu**“ - beide Hände groß aufspannen  
„**Lausch auf deinen Atem**“ - Hände auf die Brust  
„und **mach die Augen ganz sanft zu**“ - Hände vor die Augen  
„**Jetzt hörst du die Stille**“ - in den Raum lauschen  
„**sie fängt dich ein**“ - sich selbst umarmen  
„**Lässt dich entspannt**“ - halben Armkreis nach außen  
„und **leise sein**“ - Hände auf den Unterbauch



Wir haben den Text der ersten Strophe passend zu unserem Thema leicht umformuliert. Zu diesem Lied können auch Instrumente eingesetzt werden, viele metallisch klingende Instrumente eignen sich hier. Wir haben z.B. in der 2. Strophe Fingerzimbeln eingesetzt, für den Abendwind eine Koshi und bei „**Gute Nacht**“ das Glockenspiel mit den Tönen g, a und f.

Zur ersten Strophe bietet es sich an, mit den Kindern über Atmung zu sprechen. Man kann die Kinder sich intensiv und großmotorisch bewegen lassen, so dass sie außer Atem kommen, und dann auf den Boden legen und die Atmung wahrnehmen lassen. So fällt es vielen Kindern leichter, ihre Atmung zu spüren und ihre Eigenwahrnehmung zu verfeinern. Dabei benennt und differenziert man die verschiedenen Atemräume (Brustatmung, Bauchatmung, Flanken- bzw. Rückenatmung).

## Lied: „Sulla, Lulla“



Das Lied „Sulla, Lulla“ ist ein traditionelles Lied aus Norwegen.

Im Text kommen nur drei Wörter vor: „Sulla, Lulla, Laila“. Das Lied hat eine ruhige und einfache Melodie, und durch die wenigen Worte ist es leicht zu erlernen.

Es bietet sich an, begleitend zum Singen ein Kind frei zu massieren, um es z.B. zu beruhigen. Paarweises Massieren oder Kettenmassage (alle Kinder sitzen im Grätschsitz hintereinander im Kreis) wäre eine weitere Möglichkeit. Eine andere Möglichkeit wäre, Paare zu bilden, ein Kind massiert / „malt“ auf den Rücken des anderen Kindes, und das vordere Kind überträgt die Bewegung auf eine Handtrommel und macht somit die Bewegung hörbar. Man kann dieses Spiel auch umdrehen. Das hintere Kind hört die Geräusche und überträgt sie als Massage auf den Rücken des vorderen Kindes.

Als musikalische Struktur haben wir am Anfang das Wischen und bei den letzten beiden Wörtern (laila) das zweimalige Tupfen mit einer Hakenhand (alle Finger berühren den Daumen als feinmotorische Übung).

In unserem Video haben wir das Lied mit einer Kantele (dieses Instrument gehört zur Familie der Harfen) und Klavier begleitet.

### Sulla, lulla

*trad. (aus Norwegen)*

The musical notation is written on a single staff in 3/4 time. The key signature has one flat (B-flat). The melody consists of the following notes: G4 (quarter), A4 (quarter), Bb4 (quarter), G4 (quarter), F4 (quarter), E4 (quarter), D4 (quarter), C4 (half). The lyrics are: Sul - la lul - la, sul - la lul - la, sul - la lul - la, lai - la. Chords are indicated above the staff: Dm, Am, C, Dm, F, C, Dm.