
Beispiele aus dem Unterricht in den Kunstfächern

Unterrichtsbeispiel von (Name der/des Lehrenden/Expert:in):

Birgit Oswald

- KATEGORIE 1:** Start in eine Unterrichtseinheit (Warmups udgl.)
- KATEGORIE 2:** Impuls zur Gestaltung/Darstellung einer Aufgabenstellung in der Gruppe (Einzelarbeit, Kleingruppenarbeit, ganze Gruppe)
- KATEGORIE 3:** Abschließen einer Unterrichtseinheit (Reflexion anregen)

Titel (falls vorhanden):

Sound Massage

Altersgruppen angeben:

10-100 Jahre

Angabe der Dauer der Übung / des Impuls:

15 min

Angabe von Material (falls benötigt):

Sesselkreis

Angabe von möglichen Quellen, Literaturhinweisen:

Beschreibung der Aufgabe/Übung/Impuls:

Alle Schüler:innen sitzen im Kreis. In der Mitte des Kreises sitzt ein:e Mitschüler:in mit geschlossenen Augen.

Nun machen alle Schüler:innen im Kreis Geräusche für die Person in der Mitte - es wird gesummt, gesungen, gepfiffen, gegrünzt etc. Die Geräusche dürfen sich abwechseln, aber es soll der Person in der Mitte gut tun - also nicht schreien, brüllen etc. Es entsteht eine "Sound Massage".

Der/die Schüler:in in der Mitte soll nur empfangen, also annehmen, was er/sie hört und dabei bewusst atmen.

Nach 2-3 Minuten leitet die Lehrperson einen Wechsel ein und alle werden leiser und verstummen. Der/die nächste Schüler:in kommt in die Mitte.

Effekt für alle anderen:

- Die eigene Stimme benutzen auf verschiedenste Arten, nicht nur durch Sprechen
- Gemeinsam Klang herstellen
- Gemeinsam etwas für jemand anderen tun
- Man steigt selbst entspannter aus (auch wenn man nicht in der Mitte ist/war)

Zum Abschluss wird gemeinsam reflektiert, wie sich die unterschiedlichen Positionen angefühlt haben.