

Fachberatung Musik an Grundschulen
Elke Gerner
GS Konradin Auloh
0871 - 9 66 86 55 10

Landshut, 16.09.2026

office-gerner@gmx.de

Newsletter Musik



Start ins neue Schuljahr

Auch in diesem Schuljahr startet wieder die Fortbildungsinitiative „Musik EINFACH machen“, auf die ich bereits im letzten Newsletter hingewiesen habe.

Nun ist es so weit und wir legen wieder los. Eingeladen sind insbesondere Lehrkräfte, die weder Musik als Hauptfach noch als Didaktikfach studiert haben.

Der mehrtägige Kurs „Musik EINFACH machen“ möchte Mut und Lust zum Singen und Musizieren mit Grundschulklassen machen. Dafür möchten wir euch praxiserprobtes Handwerkszeug aus allen Bereichen des Musikunterrichts mit auf den Weg geben. Während der Fortbildungstage ermöglichen Freiräume und Zeiten zum Ausprobieren und Üben der künstlerisch-kreativen Inhalte das eigene Erleben von Musik und Bewegung. Sämtliche vorgestellte Ideen lassen sich anschließend ohne großen Aufwand, dafür aber mit großem Vergnügen in der eigenen Unterrichtspraxis umsetzen. So könnt ihr nach jeder Fortbildungseinheit gleich loslegen und mit euren Klassen „EINFACH Musik machen“! (Zitat Kultusministerium)

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dürfen sich auf ein bunt gemischtes Programm mit vielen verschiedenen Referentinnen und Referenten aus unserem tollen Musik-Netzwerk freuen. Auch konnte ich Frau Sylvia Schäfer wieder für einen Nachmittag gewinnen, die uns als Rhythmustrainerin in die Welt der Rhythmik und des Trommelns einführen wird.

Die einzelnen Module sind so gestaltet, dass keinerlei Vorkenntnisse notwendig sind.

Die Teilnahme ist für alle 3 Fortbildungstage verbindlich, es können keine Einzeltage gebucht werden.

Für eine kleine Verpflegung ist gesorgt.

Der Veranstaltungsort ist immer die Grundschule Konradin in Landshut Auloh.

Anmeldung über FIBS: S274-0/26/445106



FORTBILDUNGSINITIATIVE «Musik *EINFACH* machen»

Verstärkung der Musikpraxis an Grundschulen durch Fortbildungen und Materialien ab dem
Schuljahr 2025/26

Fortbildungstage

Montag, 23.11.2026

Donnerstag, 04.03.2027

Montag, 26.04.2027

jeweils von 9.00 – 16.00 Uhr mit Mittagspause

Anmeldung unter: S274-0/26/445106

Fortbildungsinhalte

- Aktiv Musikhören
- Rhythmus und Spielen auf Trommeln
- Musikalische Basics für den Unterrichtsalltag
- Tanz und Bewegung
- Rhythmus und Sprechen – Stomp im Klassenzimmer
- Spielen auf Instrumenten – Einführung Boomwhackers
- Singen und Sprechen – Stimmbildung
- Spielen auf Instrumenten – Einführung Ukulele
- Singen und Sprechen – Liederarbeitung
- Spielen auf Instrumenten – Einführung Stabspiele

Auch darf ich euch noch einmal herzlich zu unserem Musikalischen Tag in Landau mit vielen interessanten Workshops einladen.

Es ist nur eine Anmeldung für den gesamten Tag möglich, die einzelnen Workshops können vor Ort ausgewählt werden.

Anmeldung über FIBS: A022-40.1/26/0635-1-585

Lehrerfortbildung der Fachberater/innen Musik von Niederbayern

praktisch & bewährt

Mit-Spiel-Sätze

aktives Musikhören

MUSIKALISCHER TAG

am Mittwoch,
7. Oktober 26

von 14 bis 17 Uhr
an der GS Landau
an der Isar

**Anmeldung über Fibs:
A022-40.1/26/0635-1-585**

Mini-Musical

Rhythmus und Metrum

Boomwhackers

Vertretungsstunde Musik

Lieder singen

Damit das neue Schuljahr auch im Anfangsstress möglichst entspannt bleibt, hänge ich euch hier ein paar Entspannungsübungen vom Helbling-Verlag (kostenlos verfügbar) an. Die Übungen können zu jeder beliebigen Musik gemacht werden.

Halbieren & verdoppeln

Ablauf

Die Kinder stehen im Kreis oder verteilt im Raum. Sie führen die einfache Bewegungsabfolge mehrmals hintereinander aus. Bei jeder Wiederholung wird die Geschwindigkeit verdoppelt, indem die Zählzeit halbiert wird: Beim ersten Mal dauert jeder Formteil 8 Beats, beim zweiten Mal 4, dann 2 und schließlich ist jeder Teil nur noch 1 Beat lang. Zur abschließenden Entspannung folgt erneut eine Version auf 8 Beats pro Formteil.

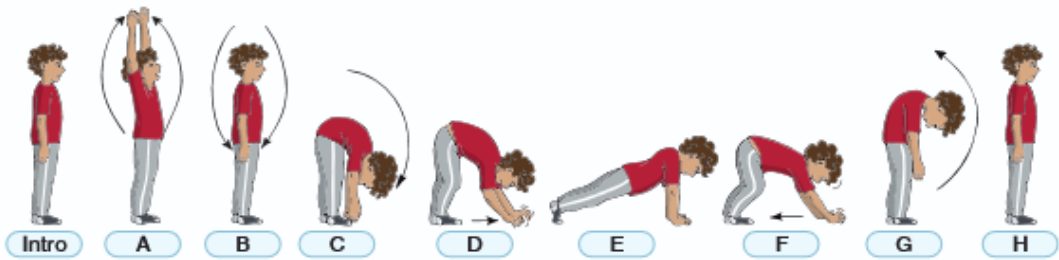
Ablauf	Intro 1x8	Teil A–H je 8x8	Teil A–H je 8x4	Teil A–H je 8x2	Teil A–H je 8x1	Teil A–H je 8x8
--------	--------------	--------------------	--------------------	--------------------	--------------------	--------------------

Bewegungen

Intro	entspannt stehen
A	einatmen und Arme seitlich anheben
B	ausatmen und Arme seitlich absenken
C	Oberkörper abrollen, dabei Arme und Kopf hängen lassen
D	mit den Händen am Boden nach vorne laufen, die Füße bleiben am Platz
E	Liegestützposition halten, lächeln und atmen („Wer es durchhält, ist Heldin oder Held des Tages!“)
F	mit den Händen am Boden zurück zu den Füßen laufen
G	Oberkörper aufrollen
H	stehen, atmen, Fokus halten (Blick geradeaus)

Tipp

Einige der Bewegungen erfordern viel Platz. Lässt man die Formteile D, E, F und H weg, kann die Abfolge auch mit wenig Platz zwischen Stühlen und Tischen ausgeführt werden.



Ziele und Wirkung

- Die ganzkörperlichen Bewegungen aktivieren in Verbindung mit der Atmung den Körper und bringen den Kreislauf in Schwung.
- Durch Wiederholung und körpersymmetrische Bewegungen, bei denen beide Körperhälften spiegelbildlich das Gleiche machen, wird die kognitive Ebene entlastet.
- Die sukzessive Beschleunigung der Bewegung löst Freude auf der emotionalen Ebene aus.
- Die Taktstruktur (4/4-Takt) wird ganzheitlich erfahren.

Insgesamt wirkt die Bewegungsabfolge regulierend auf die komplette Schulklasse. Denn auch hier wirkt die Neurobiologie im Hintergrund: Rhythmische und symmetrische Bewegungen regen die Produktion von Glückshormonen an. Die ruhige Musik unterstützt zusätzlich.

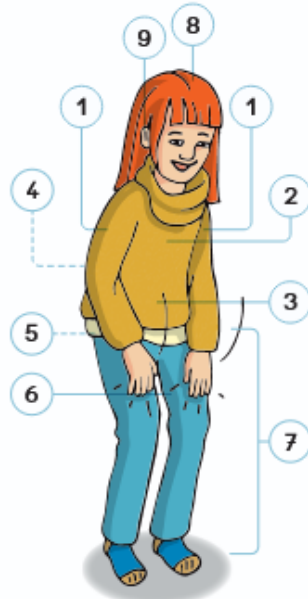
Den Körper abklopfen



Spotify-Tipp

Ablauf

Die Kinder stehen im Kreis oder verteilt im Raum. Mit den Händen klopfen sie nacheinander ihre Körperteile ab (= „Tapping“), großflächig und in festgelegter Reihenfolge. Die Lehrperson spielt eine dazu passende Musik ab (z. B. Spotify-Tipp.)



- 1: den einen Arm, den anderen Arm
- 2: den Brustkorb
- 3: den Bauch
- 4: den Rücken
- 5: den Po
- 6: die Oberschenkel vorne, innen, außen und hinten
- 7: ein Bein anheben, Arme ausbreiten, einen Moment im Gleichgewicht stehen und dann Schienbein, Wade und Fuß abklopfen; Bein wechseln („Wer nicht umfällt, ist Heldin oder Held des Tages!“)
- 8: mit den Fingerspitzen den Kopf abklopfen (leicht wie Regen oder Schnee)
- 9: zum Schluss erst die Ohrläppchen und dann die Ohrmuschel kneten

Differenzieren und Variieren

- Die Kinder wählen reihum, welches Körperteil als Nächstes abgeklopft wird.
- Die Körperteile werden in anderen Sprachen benannt.
- Die Übung funktioniert auch ohne Musik und eignet sich als Ritual, z. B. am Montagmorgen, vor einer Klassenarbeit, zu Beginn einer kreativen Stunde usw.

Ziele und Wirkung

Das Abklopfen aktiviert und entspannt zugleich, denn:

- Die rhythmischen Impulse regen die Durchblutung an und sorgen für eine bessere Sauerstoffversorgung.
- Die Muskeln lockern sich.
- Stress wird abgebaut und das zentrale Nervensystem beruhigt sich.
- Die Kinder spüren bewusst ihre Körpergrenze (die Haut) und nehmen den eigenen Körper im Hier und Jetzt wahr.

Im Winter

Ablauf

Die Kinder sitzen auf Stühlen, dem Boden oder liegen verteilt im Raum. Die Lehrperson spricht den Text langsam zur Instrumentalaufnahme (🎵 15) und macht dabei Pausen am Ende jeder Zeile.

Vorlesetext

*Du spürst den sicheren Boden unter deinem Körper.
Du schließt die Augen und atmest ein und aus.
Atme langsam durch die Nase ein: 1, 2, 3, 4,
und durch den Mund aus: 1, 2, 3, 4.
Stelle dir eine verschneite Winterwelt vor,
mit tiefem Schnee auf Hügeln und Bäumen,
Eiszapfen und Eisblumen an Häusern,
Schneeeulen in der Luft
und einem zugefrorenen See, auf dem du Schlittschuhlaufen kannst.
Welche Farben siehst du?
Wie klingt die Eule?
Wie riecht die Luft?
Wie fühlt sich der Schnee an?
Und wie schmeckt dein Lieblingsgetränk, das dich wärmt?
Stelle dir alles noch einmal vor, in Stille: 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1.*



Ende der Musik abwarten, dann weitersprechen:

*Öffne die Augen und fange an dich zu bewegen:
die Hände, die Füße, die Beine und die Arme.
Mache dich lang und strecke dich.
Schüttle den Körper und komme wieder im Hier und Jetzt an.*

Ziele und Wirkung

- Die Kinder erfahren, wie sie sich durch reine Vorstellungskraft entspannen und ihre innere Stärke spüren können.
- Indem das Gehirn eine angenehme Vorstellung als real verarbeitet, wirken Fantasiereisen unmittelbar positiv auf Stoffwechsel, Blutdruck, Puls und zentrales Nervensystem.

Ich wünsche allen ein gelingendes und fröhlich-musikalisches Schuljahr. Bei musikalischen Anliegen bitte wieder jederzeit melden unter office-gerner@gmx.de.

Herzliche Grüße
Elke Gerner