

Methodenblatt

Name der Methode Im Rhythmus
Ziele Hemmungen abbauen Synchronisierung und Rhythmus in einer Gruppe lernen Vorarbeit für eine Choreografie Fokussierung und Neuorientierung der Gruppe
Zielgruppe Alle Gruppen.
Anzahl der Teilnehmenden 8 bis 20 Teilnehmende.
Dauer 10 Minuten.
Material Ein Metronom (online)
Technisches Den Sound vom Computer aus teilen.
Ablauf Die Übung besteht darin, innerhalb der Gruppe einen gemeinsamen Rhythmus zu finden. Die Technik und die Besonderheit der Online-Plattformen machen es für die Gruppe quasi unmöglich, perfekt synchron zu sein. Es ist wichtig, die Gruppe darüber zu informieren und Spaß an den Fehlern zu haben, die passieren können. Um eine Hilfestellung zu geben, kann der Sound des Metronoms geteilt werden; das Tempo kann auf 80 festgelegt und dann erhöht werden, wenn die Gruppe dafür bereit ist. Die Gruppe soll dann versuchen, alle 8 Schläge gemeinsam zu klatschen, dann auf Schlag 8 und 4, dann auf 8, 4, 2 und schließlich auf Schlag 8, 4, 2 und auf der 1 "Hey" sagen. Die Tatsache, dass diese Übung unmöglich und sehr schwierig ist, kann die Übung sehr unterhaltsam für die Teilnehmenden machen und ihnen dabei helfen, sich erneut zu konzentrieren.
Varianten Statt des Metronoms kann Musik nach Belieben benutzt werden.