

### Rhythmische Sicherheit

Es gibt drei eindeutige Anzeichen für eine mangelhafte rhythmische Sicherheit:

1. **Du kannst nicht gleichzeitig zählen und spielen.**
2. **Dein Fuss klopft nicht das Metrum, sondern die Rhythmik der Melodie.**
3. **Du kannst beim Spielen überhaupt nicht mit dem Fuss klopfen.**



Wenn bei dir einer oder sogar mehrere dieser Punkte zutreffen, dann bist du ein Kandidat für rhythmisches Aufbautraining!

Das stabile Mitklopfen des Metrums ist zwingend, wenn Rhythmen korrekt gespielt werden sollen. Wir sind uns bewusst, dass gewisse Lehrpersonen mit dieser Aussage nicht oder nur zum Teil einverstanden sind. Mehrmals wurde versucht, uns vom Gegenteil zu überzeugen, was jedoch immer misslang.

Deshalb halten wir an unserer Aussage fest und raten dir, beim Spielen mit dem Fuss zu klopfen und zudem bei Bedarf deine rhythmische Sicherheit zu trainieren und aufzubauen.

**Diese Übungen sind eine Möglichkeit, deine rhythmische Stabilität zu prüfen:**

1. **Dies ist der Vierer-Grundschrift. Laufe ihn mit Tempo 60 zum Metronom. Tu dies so lange, bis sich die Beine automatisch bewegen.**



Du wirst den Drang haben, schneller zu werden. **Achte** deshalb gut auf das **Metronom!** Bleib locker und verkrampfe dich nicht. Schliesse die Augen und konzentriere dich auf den **Schritt** und den **Metronom-Schlag**: Diese Ereignisse bilden eine **Einheit** und kommen **exakt zur gleichen Zeit**.

### 2. Klatsche zum Grundschrift und achte darauf, dass der Metronomschlag, der Grundschrift und das Klatschen exakt zur gleichen Zeit kommen!



### 3. Klatsche auf "+" zwischen den Schritten und achte darauf, dass das Klatschen und der Metronomschlag mit dem Grundschrift schön gleichmässig sind!



### 4. Klatsche abwechslungsweise vier Mal zum Grundschrift und vier Mal auf "+" !

Wenn es dir nicht gelingt, die Übungen 1 bis 4 problemlos auszuführen, dann solltest du ein rhythmisches Aufbautraining in dein tägliches Musik-Menü einplanen!

Zu diesem Thema gibt es Bücher und Workshops. Das **Wichtigste** aber ist, dass du dieses **Training regelmässig** und **seriös** betreibst!

Wir weisen hier für Lernende, die an rhythmischen Lehrgängen interessiert sind, auf die uns bekannten hin:

#### **Rhythmus-Schulung**

Martin Ledergerber aus Sachseln im Kanton Obwalden, Schweiz leitet an Lehrerfortbildungstagen wie auch an allgemeinen Musikschulen Rhythmus-Workshops. Der Stoff orientiert sich an Flatischlers *Die vergessene Macht des Rhythmus* (siehe unten). Seine Workshops sind sehr empfehlenswert!!

#### **Die vergessene Macht des Rhythmus**

...ist ein Buch von Reinhard Flatischler. Wir empfehlen es Lehrern und fortgeschrittenen Schülern zur Vertiefung des Wissens über Rhythmik. Höchst interessant! ISBN-Nr. 3-922026-28-1

#### **Rhythmus spüren – Rhythmen lesen**

Peter Wespi bietet Rhythmik-Kurse zu diesem Thema an. Ziel ist es, die rhythmische Stabilität aufzubauen und anhand von Grundmustern – den so genannten Archetypen – die rhythmische Lesefähigkeit zu fördern. Mehr Information dazu gibt es im Internet unter [www.wespi.com](http://www.wespi.com)