



ICEBREAKER

BAND 1

EIN SPIELERISCHER ANSATZ ZU MUSIK, BEWEGUNG UND GRUPPENDYNAMIK

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	6
---------------	---

ÜBER DIE VERWENDUNG DES BUCHES	7
--------------------------------------	---

HALLO

Bis 20 zählen	10
---------------------	----

Das verborgene Dreieck	10
------------------------------	----

Lautstärke	11
------------------	----

Ein Körper	11
------------------	----

Meet and Greet	12
----------------------	----

Echolot	12
---------------	----

Miss Nice	13
-----------------	----

Sprechen mit einem Mund	13
-------------------------------	----

Guten Morgen (Good Morning) 	14
---	----

Der General	16
-------------------	----

Ja und Nein	16
-------------------	----

Was ist deine Leidenschaft?	17
-----------------------------------	----

NAMEN

Namenkette	20
------------------	----

Ich mag	20
---------------	----

Was geht 'n ab? (What's Going On?) 	22
--	----

Wo kommst du her? (Where Are You From?) 	24
--	----

Namen-Mikado	25
--------------------	----

Die Reihe	25
-----------------	----

BEWEGUNG

Marionettenpuppen	28
-------------------------	----

Body Jazz	29
-----------------	----

Come On and Dance 	30
---	----

Feel Good	32
-----------------	----

Mit anderen Augen	32
-------------------------	----

Spieglein, Spieglein an der Wand	33
--	----

Wrestling	33
-----------------	----

It's Christmas Time 	34
---	----

SPIELE

Memory	38
--------------	----

Fast Ninja	39
------------------	----

Hilfe! Zombies!	40
-----------------------	----

Das Piratenspiel	41
------------------------	----

Wer ist hier der Boss?	42
------------------------------	----

SYNCHRONISATION

Eins-Zwei-Drei	44
----------------------	----

Grounding	44
-----------------	----

Edward mit den Scherenhänden	45
------------------------------------	----

Klebende Füße	45
---------------------	----

Ein ganz einfacher Rhythmus	46
-----------------------------------	----

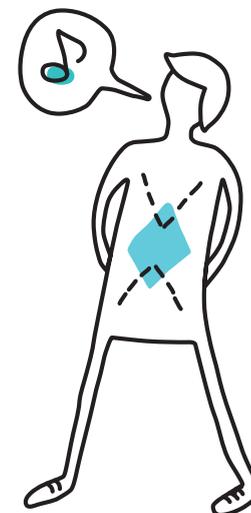
Seilspringen	47
--------------------	----

Kung Fu Countdown	47
Der Schild	48
Dezember (It's Winter) 📱	48
Der alte Schuh	50
Drücken	50
Das ist gut für mich (This Is Good for Me) 📱	51
Ogi, Ogi, Ogi! 📱	52
Puls klatschen	53
Rhythm Relay Race	53

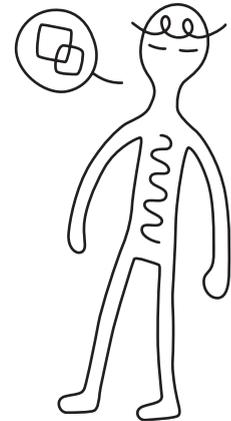
GESTALTEN

School Bag Stomp	56
Oh, ich weiß ja nicht (Me oh My) 📱	56
Beatbox Battle	58
Move Your Feet 📱	59
Es zwickt (I Have a Little Itch) 📱	60
Stir the Rhythm Up 📱	61
Kids Jump 📱	64
Turn that Funky Music On! 📱	66

KOMBINATIONEN	68
NACHWORT	69
DANKE!	70
DIE AUTORIN / DER AUTOR	71
IMPRESSUM	72
INHALTSVERZEICHNIS	73



SAMPLE PAGE
helbling.com





SAMPLE PAGE

WAMEN

hebling.com

LERNEN, LACHEN, INTERAKTION

NAMENKETTE



VON TINE FRIS-RONSFELD

1. Steht oder sitzt im Kreis, sodass sich alle gegenseitig sehen können.
2. Das Spiel beginnt, indem eine Person eine andere nach ihrem Namen fragt.
3. Diese Person antwortet.
4. Die fragende Person wiederholt den Namen und fügt ein beschreibendes Adjektiv hinzu, welches mit demselben Buchstaben beginnt, z.B. „lustige Lena“.
5. Nun ist die nächste Person an der Reihe zu fragen. Bevor diese Person nun ein Adjektiv hinzufügt, muss sie alle zuvor genannten Adjektive und Namen wiederholen.
6. Die Kette wird somit immer länger und wird immer schwieriger, sich alle Namen zu merken.

VORSCHLÄGE

- * Süße Susi
- * Freche Franziska
- * Coole Carola

ICH MAG – ANLEITUNG

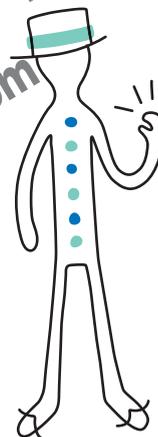


VON LUCAS TUAN MINH HOANG, TEXT VON CHRISTIAN FRIS-RONSFELD

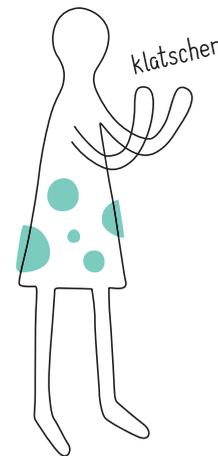
1. Bildet einen Kreis und einigt euch auf ein gemeinsames Tempo.
2. Übt zunächst die Rhythmen mit Händen und Füßen.
3. Eine Person singt oder rappt ihren Namen und etwas, das sie besonders mag, z.B. „Hi, ich bin Anna und ich mag gerne Süßigkeiten.“ (siehe A-Teil).
4. Die Gruppe antwortet: „Hi Anna! Du magst gern Süßigkeiten.“
5. Darauf folgt der B-Teil mit den Händen und Füßen. Dann beginnt das Lied wieder von vorne mit dem A-Teil.
6. Am Ende des Liedes könnt ihr noch einen C-Teil einbringen, in dem alle Namen gerufen und von der Gruppe wiederholt werden.



Stampfen



Mit den Fingern schnipsen



Klatschen

ICH MAG



VON LUCAS TUAN MINH HOANG, TEXT VON CHRISTIAN FRIS-RONSFELD

Shuffle **A**

Ich hei - ße Ti - ne und ich trin - ke ger - ne Tee.

Schnipsen Klatschen Füße

Rechts Links R L

Hal - lo, Ti - ne! Du trinkst ger - ne

Schnipsen Klatschen Füße

B

R R L R L R R L R R L R L R L R L L

Ti - ne Ti - ne Kri - stoff - er Kri - stoff - er

Schnipsen Klatschen Füße

R L R L R L R L R L

helbling.com

MARIONETTENPUPPEN



HERKUNFT UNBEKANNT

1. Wählt eine Spielleitung. Alle anderen bilden Paare. Jedes Paar steht Seite an Seite und legt einander die Arme über die Schultern. Alle Paare stehen in einer oder zwei Reihen und blicken zur Spielleitung.
2. Die Spielleitung erklärt die Regeln. Während des Spiels bewegt sich jedes Paar wie eine Person und imitiert die Bewegungen der Spielleitung.
3. Die Spielleitung demonstriert die Bewegungen der Marionettenpuppen:
 - Hebt beide Hände hoch über den Kopf.
 - Lehnt euch zur rechten, dann zur linken Seite, nach hinten, nach vorne, "body roll" etc.
 - Klatscht in die Hände, stampft auf den Boden. Beginnt mit Stampfen und Klatschen einen Rhythmus aufzubauen.

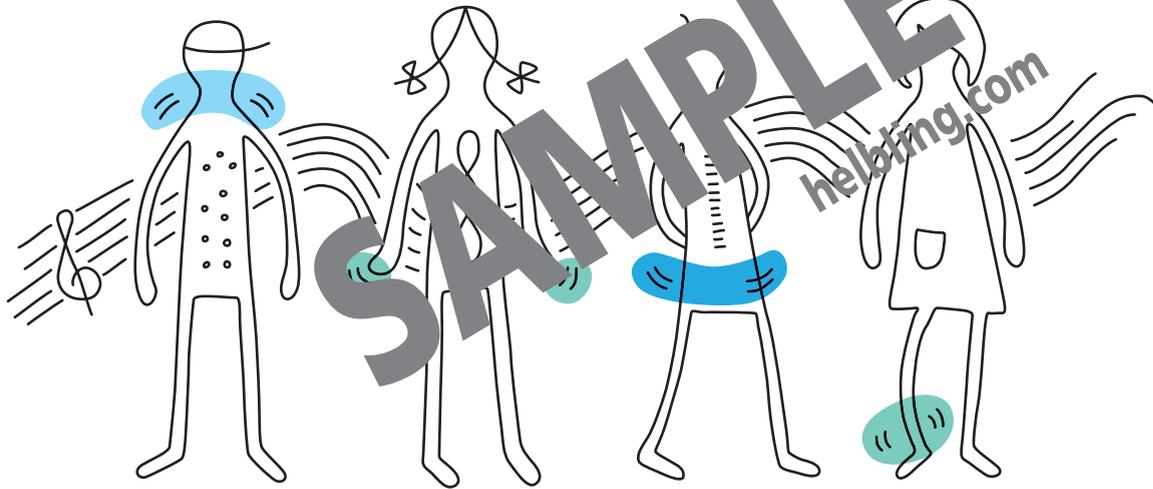


BODY JAZZ



HERKUNFT UNBEKANNT

1. Entscheidet euch, ob ihr im Kreis stehen wollt, sodass alle sich sehen können, oder lieber verteilt im Raum, sodass ihr mehr Privatsphäre habt.
2. Spielt als Hintergrundmusik schnellen Jazz oder Musik eurer eigenen Wahl.
3. Alle improvisieren Bewegungen mit ihren verschiedenen Körperteilen: vom Kopf bis hin zu den Füßen.
4. Improvisiert einen „Tanz“, bei dem ihr nur eure Augen bewegt. Danach das ganze Gesicht. Anschließend bewegt ihr nur eure Schultern, eure Ellbogen und dann die Hände. Versucht mit eurem Bauch zu tanzen, dann mit der Brust und dem Rücken, mit Hüfte, Beinen, Knien, Füßen und zuletzt mit den Zehen.
5. Fügt danach alle Bewegung zusammen.



MUSIKIDEEN

- * Mr. S... Get a Move On!
- * ... All Night
- * Proleten...ril Shower
- * Goldsch... Hand Tight

VORSCHLÄGE

- * Wählt eine Spielleitung, welche die Körperteile bestimmt.
- * Versucht es in verschiedenen Tempi.
- * Setzt euch, legt euch hin oder steht.
- * Bildet Paare und „duelliert“ euch. Zunächst imitiert ihr euch. Danach könnt ihr bessere oder andere Bewegungen finden. Das Duell kann eine Unterhaltung sein oder auch ein Wettbewerb.

COME ON AND DANCE



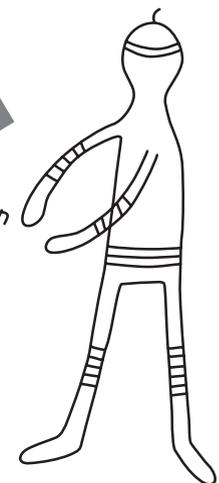
TRADITIONELLES LIED AUS GHANA, TRANSKRIBIERT VON TINE FRIS-RONSFELD



1. Bildet einen Kreis und findet im Basic-Step einen gemeinsamen Puls.
2. Klatscht den ersten Rhythmus, dann den zweiten usw.
3. Teilt die Gruppe in drei Einheiten und setzt die Rhythmen wie unten beschrieben zusammen.
4. Hört einander gut zu und groovt gemeinsam.
5. Stoppt den Rhythmus und startet ihn erneut.
6. Tauscht die Rhythmen untereinander und übt erneut.
7. Lernt das Lied.
8. Fügt das Lied mit dem Rhythmus zusammen.
9. Bestimmt Personen, die nun im Kreis tanzen. Der Rest der Gruppe lässt das Lied den Rhythmus weiterlaufen und setzt in den B-Teil.



Basic-Step



KLATSCHEN

♩=110

SAMPLE PAGE

helbling.com