



Lehrgang

# Rhythmische Gruppen(beg)leitung

**Grooviges und Entspannendes  
für Gruppen ab zwei Menschen**

November 2019 bis März 2020

## Termine

22. und 23. November 2019  
06. und 07. Dezember 2019  
10. und 11. Jänner 2020  
07. und 08. Februar 2020  
06. und 07. März 2020

Freitag 17:30 bis 21:00 Uhr,  
Samstag 9:00 bis 17:00 Uhr  
60 Unterrichtseinheiten

## Veranstaltungsort

Haus der Begegnung  
Rennweg 12, Innsbruck

## Referentin

Margie Sackl

Musik und Bewegung sind die ursprünglichsten Lebensäußerungen von uns Menschen. Nichts verbindet so schnell wie die gemeinsame Bewegung im Rhythmus und Gesang. Sie führt uns in Präsenz, Authentizität und Kontakt und schafft Brücken zwischen Innen- und Außenwelt und zueinander.

Der Lehrgang „Rhythmische Gruppen(beg)leitung“ lädt ein:

- ursprüngliche und leicht umsetzbare Formen von Musik und Bewegung kennenzulernen, die Menschen aller Altersstufen begeistern
- sich inspirieren zu lassen, Musik und Bewegung als kontakt- und gemeinschaftsförderndes Medium in Gruppenprozesse und Einzelarbeit einzubauen
- sich mit Körper, Trommeln, Stimme und einfachen Gegenständen dem „Flow“ des Rhythmus hinzugeben und Freude und Phantasie im musikalischen Ausdruck zu entwickeln

Das Programm des Lehrganges ist breit gestreut: von Aufwach-Grooves für die Morgenrunde, Aktivierungs- und Präsenzübungen aus Tanzelementen, Bewegungsspielen, Liedern, Percussion-Ensembles und Klangreisen bis zur Planung z.B. einer gemeinsamen Performance. Für die Teilnahme am Lehrgang sind musikalische Vorkenntnisse hilfreich, aber nicht Voraussetzung. Viel wichtiger sind Freude an Musik und Bewegung, Neugier, Selbstreflexion und die Fähigkeit, sich von sich selbst überraschen zu lassen. Es empfiehlt sich, das Gelernte innerhalb von Übungsgruppen zu praktizieren.



## Referentin

### Margie Sackl

frei schaffende Rhythmspädagogin, Sängerin und Percussionistin, Lehrerin für Aktivierung und Kreativen Ausdruck an der SOB Tirol, Liederkomponistin- und Sammlerin, mehrere CD- und Buch-Produktionen, [www.margiesackl.at](http://www.margiesackl.at)

## Kosten

570.- Euro  
update-Förderung möglich  
([www.mein-update.at](http://www.mein-update.at))

## Teilnehmer/innenzahl

Mindestens 10 und maximal 16

## Info und Anmeldung

Bildungszentrum  
der Caritas Innsbruck  
Weiterbildung für Sozial-  
und Gesundheitsberufe  
Heiligegeiststraße 16  
6020 Innsbruck  
+43 512 7270 809  
[bildungszentrum.fortbildung@dibk.at](mailto:bildungszentrum.fortbildung@dibk.at)

## Anmeldeschluss

30. Oktober 2019

## Inhalte

- Körperaktivierung, Bewegungs-Warm-Ups, Wahrnehmungsförderung, Improvisation
- Elementare Rhythmik: Übungen für Herz, Hirn und Gedächtnis für Gruppen und Einzelarbeit, einfache Gruppentanzchoreografien und Spiele
- Rhythmus- und Koordinationstraining, Taketina ([www.taketina.com](http://www.taketina.com))
- Rhythmische Meditation und Musikmassage
- Trommelspiele aus der Musiktherapie für Gruppen und Einzelarbeit
- Entwicklung einfacher Liedbegleitung mit Körper und Rhythmusinstrumenten
- „Percussion-Ensemble einfach“ mit Gegenständen
- Arrangements mit einfachen Rhythmen
- Rhythusbilder, Landart und Musik: anhand eines spielerischen Notensystems mit Naturmaterialien eigene Stücke kreieren und spielen
- Kombination von Musik und Bewegung, Tanzelemente
- Didaktik und Anleiten

## Module

- Körperaktivierung, elementare Rhythmik, Wahrnehmungsförderung, Rhythmus- und Tanzspiele, Koordinationstraining, musikalische 10 Minuten-Einheiten (8 UE)
- Taketina: musikalisches Lernen mit Körper und Stimme, rhythmische Koordination ([www.taketina.com](http://www.taketina.com)) (4 UE)
- Bewegungs-Warm-Ups, Bodypercussion und Lieder: rhythmische Basics und Technik auf Instrumenten, Anleitung von Rhythmuspielen (12 UE)
- Rhythmische Meditation, Musikmassage, Trommelspiele und Übungen aus der Musiktherapie für Gruppen und Einzelarbeit (12 UE)
- Percussion-Ensemble einfach mit Gegenständen (4 UE)
- Rhythusbilder, Landart und Musik: anhand eines spielerischen Notensystems mit Naturmaterialien Stücke kreieren und mit Bodypercussion und Rhythmusinstrumenten musikalisch umsetzen (8 UE)
- Didaktik und Anleitung, Musizieren und Bewegung, Liedbegleitung und Arrangements mit einfachen Rhythmen, Rhythmus- und Tanzspiele, Wiederholung, Präsentation 10 Minuteneinheiten (12 UE)

## Zielgruppe

- Alle, die pädagogisch mit Gruppen arbeiten und Musik und Bewegung als Medium der Kommunikation und Gemeinschaftsbildung einsetzen und ausbauen wollen
- Alle, die selbst Musikunterricht geben
- Alle Interessierten, die gerne singen, tanzen, musizieren, gerne einen neuen Input bekommen und ihr musikalisches Potenzial sowie Kreativität und Sicherheit neu entdecken möchten

*Ohne Musik wäre das Leben ein Irrtum.*

*F. Nietzsche 1844-1900*