

# Inhalt

<b>Vorüberlegungen</b>	9
Sprache, Bewegung und Musik sind eine Einheit	10
<b>Zur Einstimmung drei Geburtstagslieder</b>	15
Wer zu singen beginnt	16
Geburtstagslied	16
Altes Geburtstagslied	16
Neues Geburtstagslied	16
Jedes Kind hat eine Stimme	18
Meine Geschichte von Jo und vom »Nein-Sagen«	19
Rede des Sängers an das Publikum in einem Kinderkonzert	20
Singen, das geht so	21
Sprechen und tun – Manchmal kommt was wie von selbst	22
<b>Erster Weg</b>	
<b>Von der Stille zum Singen</b>	
Wegweiser	23
Einstimmung	24
Sterne, Angst und Stimme	24
Der stille Kreis	25
Jedes Ding hat seine eigene Stille	25
Die Indianerübung	26
Vom Schweigen der Indianer	26
Stille aus der Klangschale	27
Von der Aufmerksamkeit in der Stille	27
Die friedliche Faust	28
Stille	29
NWN-Instrumente und ihr Einsatz	30
Auf NWN-Instrumente hören	30
Aus dem Shanti heraus singen	30
<b>Zweiter Weg</b>	
<b>Vom Atmen zum Singen</b>	
Wegweiser	31
Der Atem – Grundvoraussetzung fürs Singen	32
Atembeobachtung	32
Reime zu unterschiedlichen Atemarten	33
Lied vom Atmen	33

### **Dritter Weg**

#### **Vom Räkeln, Gähnen, Seufzen und Summen zum Singen**

Wegweiser	35
Singen lässt sich langsam angeh'n	36
Gedicht vom Räkeln	36
Lied vom Gähnen	36
Lied vom Seufzen	37
Wer dies weiß, summt anders	38
Gedicht vom Summen	39
Ballade vom Ton	39

### **Vierter Weg**

#### **Vom Tönen zum Singen**

Wegweiser	41
Die Formung des Atemstroms	42
Das sprachlich-musikalische Dreistromland	42
Töne einen Ton	44
Die Übungen in Tönen und Lauten	44
Vokale und ihre Resonanzen	45
Einzelübungen	48
Liebes L, so locker und leicht!	49
L-Übung	50
Lilli Linse	50
»P« und »B« – Empfindsamkeit und Lockerung für die Lippen!	51
Pfeifen, Flöten mit dem Mund	51
P-Übung – Pau-Explosion:	52
Babbelbabb	52

### **Fünfter Weg**

#### **Vom Schreien und Rufen zum Singen**

Wegweiser	53
Schreien bei Kindern und Erwachsenen	54
Schreien im Kleinkindalter	54
Beispiele aus meiner Arbeit	56

### **Sechster Weg**

#### **Von der Bewegung zum Singen**

Wegweiser	57
Die vier Grundbeweglichkeiten oder: Bewegungslieder und Übungen, die zum Singen einladen	58
Hand- und Fingerbewegungen	58
Die Finger – ausgewählte Fingerübungen	59

Vom Dummedott zum Piccolo – Fingernamen	61
Fingerreime	62
Die Faust	64
Händeschieben auf einem Bein	65
Dem Rücken mit den Händen eine Geschichte erzählen	65
Rundherum auf dem großen Teich (Sprechgesang)	65
Eine kleine Tischmusik	68
Quertreiber	68
Heut' kommt der Hans nach Haus (aus Bayern)	70
Kleine Rede über das Klatschen	72
Zimmermannsgruß	73
Die Klatschtonleiter	74
Klatschübungen	76
Artikulationsorte und Fußbewegungen	77
Artikulationsorte	77
Fußbewegung zur Klatschtonleiter	77
Klatschen einzeln und in der Gruppe	77
Uhrmachermeister Klopstock	78
Der kleine freche Wüstenfuchs	79
Fata Morgana des Klatschens und Handschleife	81
Zauberhände	83
Die fröhliche Graugans	85
Ping und Pong	85
Aufrechter Gang und Fußbewegung	86
Singen, Aufrichtung und das Geheimnis der Verbindung zwischen Fuß und Gehör	87
Fußsohlen	88
Der Fuß-Rhythmus-Dialog	89
Vom Laufenlernen	89
Leni Tanzbein	91
Das Nilpferd geht zum Nil	92
Grußlied aus Nupitanien	93
Wie blinde Füße lesen lernen – die Geschichte von Gerda und Gabi	96
Wumm, wumm – oder: Schuster, Elefant und Katze	99
Pinguin-Lied	100

## Siebter Weg

### Vom Sprechen zum Singen

Wegweiser	103
Zur Remusikalisierung	104
Frühlingsmelodie	104
Musik in der Alltagskommunikation	105

<b>Ausklang</b>	107
<b>Kraft- und Energielieder – Mit Anleitungen zur praktischen Umsetzung</b>	108
Einstimmung	108
Der Drache Fu (Es war einmal ein Drachen)	108
Der kleine König	110
Innere Kraftentwicklung	115
Eine kleine Geschichte des Ichs	116
Okä awimba	118
Tiger, Oma, Samurai	121
Akunde Ouejo – Tanzgeschichte und Bewegungskanon	122
<b>Schlusswort</b>	125
Literatur	127