

Anregung für eine Stimmbildungsaktivität zur Winterversion

| Inhaltliche Anregung | Aktivität | Stimmbildnerischer Aspekt |
|---|--|----------------------------------|
| Es ist kalt, du reibst die Hände gegeneinander und reibst deine Wangen, stampfst mit den Füßen und klopfst den Schnee ab – an den Oberschenkeln und an den Armen. | → ausführen | Körperwahrnehmung |
| Du stapfst langsam bergauf. | intensiv ausatmen auf „ffff“- „ffff“-“ffff“ und durch die Nase wieder einatmen | Aktivierung des Zwerchfells |
| Jetzt bist du oben angekommen und du bringst dich in Position für die Abfahrt (in die „Abfahrts-hocke“ gehen). | → ausführen | Körperspannung |
| Schon geht es bergab und du rufst jubelnd immer wieder „ui“. | Glissando abwärts auf „u-i“ | Lagenausgleich Vokalausgleich |
| Unten angekommen rufst du deinen Freunden zu. | „Hey, du“ | Übergang in die Liederarbeit |