

# Musik- und Showeinlage

## Thema

- Aktivierung
- Bewegung
- Konzentrationsförderung

## Zeitaufwand

ca. 10-30 Minuten

## Gruppengröße

kleine und große  
Gruppen (ideal: ca. 7-20  
Personen)

## Kurzbeschreibung

Die „Musik- und Showeinlage“ ist eine aktivierende Methode, die Bewegung, Musik und gemeinsames Erleben miteinander verbindet. Sie eignet sich besonders gut als kurze Auflockerung zwischendurch, zur Steigerung der Konzentration oder als unterhaltendes Element. Durch ihren Show-Charakter trägt sie zu einer lebendigen, motivierenden Atmosphäre bei und kann sehr flexibel an unterschiedliche Gruppen und Rahmenbedingungen angepasst werden.

## Barrierefreiheit

- Teilnahme auf unterschiedlichen Ebenen möglich:
  - Musizieren
  - Tanzen / Bewegen
  - Zuhören / Zuschauen
- Umsetzung im Sitzen oder Stehen möglich
- Online- und Präsenzformat geeignet

Anpassbar an individuelle Bedürfnisse und Wünsche

## Benötigtes Material

- verschiedene Musikinstrumente, zum Beispiel Rasseln, Trommeln, Pfeifen, Schellen
- alternativ oder ergänzend: Handy, Computer, Radio oder anderes Abspielgerät mit Musik

Bei Online-Formaten sollte vorab geklärt werden, ob Musikinstrumente zu Hause vorhanden sind oder ob Musik abgespielt wird.

# **Ziel: Konzentration steigern, Gemeinschaft, Energie aktivieren**

Mit der „Musik- und Showeinlage“ sollen:

- die Aufmerksamkeit und Konzentration der Teilnehmenden neu aktiviert werden,
- Freude an Bewegung und Musik vermittelt werden,
- Gemeinschaftsgefühl und Gruppendynamik gestärkt werden,
- unterschiedliche Ausdrucksformen (Musik, Tanz, Bewegung) ermöglicht werden,
- Teilhabe für alle Teilnehmenden – unabhängig von individuellen Voraussetzungen – gefördert werden.

## **Zielgruppe**

Die Methode ist inklusiv angelegt und eignet sich für:

- Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- kleine und große Gruppen (ideal: ca. 7–20 Personen)
- Präsenzformate sowie Online-Treffen (zum Beispiel über Videoplattformen)

Alle Teilnehmenden können entsprechend ihrer Bedürfnisse, Fähigkeiten und Wünsche Teil der Showeinlage sein.

## **Ablauf**

### **1. Einführung**

Die Methode wird der Gruppe kurz erklärt. Dabei wird betont, dass es nicht um musikalische Perfektion geht, sondern um Spaß, Bewegung und gemeinsames Erleben. Alle Teilnehmenden entscheiden freiwillig, welche Rolle sie übernehmen möchten.

#### Hinweis für Anleitende

- Bedürfnisse einzelner Teilnehmender berücksichtigen
- Freiwilligkeit beachten
- Keine Bewertung von Leistung oder Ausdruck
- Lautstärke und Dauer an Gruppe anpassen

### **2. Rollenverteilung**

Aus der Gruppe melden sich 3 bis 4 Personen, die die Rolle der Bandmitglieder übernehmen möchten. Diese erhalten Musikinstrumente (zum Beispiel Rasseln, Trommeln, Pfeifen oder Schellen).

Die übrigen Teilnehmenden übernehmen die Rolle des Publikums bzw. der Tanzenden. Sie dürfen sich frei zur Musik bewegen, tanzen, mitklopfen oder sich auf andere Weise einbringen.

Alternativ kann die Musik auch von einem Abspielgerät kommen. In diesem Fall können alle Teilnehmenden tanzen oder sich bewegen.

### **3. Durchführung der Musik- und Showeinlage**

Die Bandmitglieder beginnen gemeinsam zu musizieren. Es gibt keine festen Vorgaben zu Rhythmus, Lautstärke oder Dauer – alles darf ausprobiert werden. Die Tanzenden bewegen sich zur Musik, so wie es sich für sie gut anfühlt.

Die Methode lebt von Spontanität, Kreativität und gegenseitiger Wertschätzung. Rollen können während der Durchführung auch gewechselt werden, wenn dies gewünscht ist.

## 4. Abschluss

Nach dem Ende der Musik- und Showeinlage kann, je nach Zeit und Bedarf, eine kurze Reflexion stattfinden, zum Beispiel mit Fragen wie:

- Wie hat sich die Showeinlage angefühlt?
- Was hat besonders Spaß gemacht?
- Fühlst du dich jetzt wacher oder konzentrierter?

Bei Präsenzformaten werden anschließend die Instrumente eingesammelt und aufgeräumt.

## Pädagogische Hinweise

- Die „Musik- und Showeinlage“ ist bewusst niedrigschwellig gestaltet. Jede Form der Beteiligung ist willkommen.
- Teilnehmende können aktiv musizieren, tanzen oder auch beobachtend teilnehmen.
- Die Methode eignet sich besonders gut als Energizer zwischen ruhigeren Einheiten.
- Sie fördert Selbstwirksamkeit, Ausdruck und soziale Interaktion.
- Auch bei Online-Treffen kann sie umgesetzt werden, wenn Musik abgespielt oder vorhandene Instrumente genutzt werden.

## Variationen und Erweiterungen

- Wechsel der Bandmitglieder während der Show
- Thematische Showeinlagen (zum Beispiel „Sportshow“, „Talentshow“)
- Kombination mit Kostümen oder Requisiten
- Einbindung als festes Element innerhalb einer inklusiven Fernsehshow