

MASSENÜBUNGEN FÜR KINDER

ZUSAMMENGESTELLT VON ALFRED SCHWARTZ, WIEN

Die Übungen werden von Knaben und Mädchen gemeinsam geturnt. Die Grundstellung ist die sogenannte Läuferstellung, das ist ein Stand mit parallel gestellten, nicht geschlossenen Füßen.

Es ist von besonderem Vorteil, den Text der Lieder den Kindern zu lehren und nach diesem zu üben.

Aufstellung: Vierersäulen, in den Reihen von rechts nach links zu zweien abgezählt. Soweit es die Anzahl der Kinder erlaubt, sind die Einser die Mädchen, die Zweier die Knaben.

ERSTE ÜBUNG (Hauptübung)

Musik: „Waldkonzert“ von Wilhelm Kothe.

TEIL A

Viervierteltakt, je zwei Viertel eine Zählzeit.

Zählweise: 1. Viertel 2. Viertel 3. Viertel 4. Viertel
1 und 2 und

Text	Zählweise	
Kon-	Und	(Auftakt.) Vorbewegung: Knieheben links, der linke Arm schwingt leicht gebeugt nach rückwärts, der rechte vorwärts. (Laufstellung.) (Bild 1.)
zert	1	Halbe Drehung links mit vier Schritten am Ort. Die Arme pendeln entsprechend mit.
ist	und	
heu-	2	Halbe Drehung links mit drei Schlußhüpfen am Ort. Die Arme hängen locker herab.
te	und	
an-	3	Rumpfschwingen links, der rechte Arm schwingt entsprechend dem Rumpfbeugen über dem Kopf, der linke Arm hängt locker herab.
ge-	und	
sagt	4	Rumpfschwingen rechts, Seitabschwingen des rechten Armes und Schwingen des linken Armes über den Kopf. (Bild 2.)
im	und	
fri-	5	wie 5, nur gegengleich.
schen	und	
grü-	6	wie und 5.
nen	und	
Wald.	und	Grundstellung.
	8	

Und 1—8 wird wiederholt, mit folgendem Text:

Die Mu-si-kan-ten stim-men schon, hört, wie es lieb-lich
u. 1 u. 2 u. 3 u. 4 u. 5 u. 6 u.

schallt. (Pause.)

7 u. 8

TEIL B

Sechsstückeltakt, drei Achtel sind eine Zählzeit.

Zählweise:

1. Achtel 2. Achtel 3. Achtel 4. Achtel 5. Achtel 6. Achtel
1 und 2 und

Einser (Mädchen) und Zweier (Knaben) turnen verschiedene Bewegungen. Die eine Gruppe der Kinder tanzt und die andere spielt Orchester dazu.

Einser (Mädchen).

Text	Zählweise	
Das	Und	Seittreten links (nicht weit) und Knöchelhüftstütz.
ju-	1	Schleifhops links (rechtes Bein schwingt schleifend nach links) und das linke Bein hüpf auf. (Bild 3.)
bi-	und	
liert	2	Schleifhops rechts.
und	und	
mu-	3	Schleifhops links.
si-	und	
ziert,	4	Schleifhops rechts.
das	und	
schmet-	5	Aufhüpfen links, halbe Drehung links und Rückspreizen des rechten Beines (Hopserzwirbel). (Bild 4.)
tert	und	
und	6	Aufhüpfen rechts mit halber Drehung links und Vorspreizen des linken Beines (Hopserzwirbel). (Bild 5.)
das	und	

Text Zählweise

schallt. 7 und 8
Aufhüpfen auf dem linken Bein und Vorspreizen rechts. (Spreizhops links.) Grundstellung.

Der Hopserzwirbel und der Spreizhops wird am Ort ausgeführt. Und 1—8 wird wiederholt mit folgendem Text:

Das geigt und singt, das pfeift und klingt im fri-schen grün-
u. 1 u. 2 u. 3 u. 4 u. 5 u. 6 u.

Wald. (Pause.)

7 u. 8

Anschließend wiederholen die Einser (Mädchen) den Teil A und schließen den Teil B der Zweier (Knaben) an.

Zweier (Knaben). Orchester.

Text Zählweise

Das Und Geigenspiel. Der linke Arm wird leicht gebeugt vorgehoben (Halten der Geige), der rechte Arm wird leicht gebeugt schrägvortief gehoben (Bogenansatz zum Aufstrich). (Bild 6.)

ju- 1 Aufstrich des Bogens. Der Körper wird
bi- und im Rhythmus der Musik mitbewegt.

liert 2 Abstrich des Bogens.

und und Sofort aus dem Abstrich des Geigenspieles Ausholen zum Baßgeigenspiel, in dem der rechte Arm schrägseitig geführt wird. (Bild 7.)

mu- 3 Rumpfvorsenken mit gestreckten Knien,
si- und der linke Arm hält die Baßgeige und der rechte führt den Bogen nach links.

ziert, 4 Aufrichten des Rumpfes und mit dem rechten Arm den Bogen nach rechts führen.

das und Ausholen zum Schlag auf die große Trommel: Der rechte Arm schwingt schrägseithoch (leicht gebeugt). (Bild 8.)

schmet- 5 Schlag auf die Trommel (die vor dem Kind stehend gedacht ist): Der rechte Arm schlägt im Bogen nach abwärts wie auf die Trommel und wird vor der gedachten Trommel abgebremst und ein wenig nach oben geführt. (Das Trommelfell soll nur gestreift werden, sonst könnte es eingeschlagen werden.)

tert und Ausholen.

und 6 Schlag auf die Trommel.

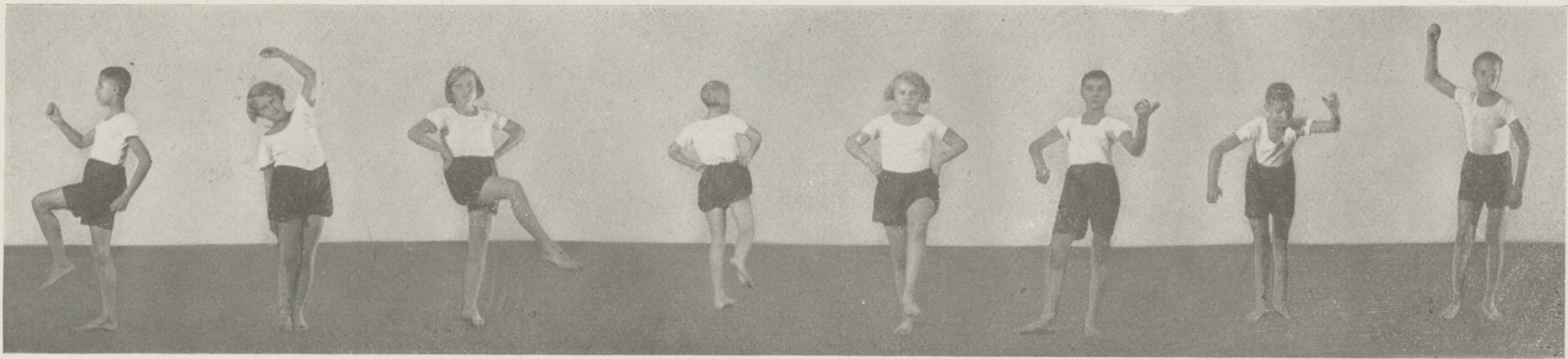
das und Ausholen beider Arme zum Tschinellen- (türkisches Becken) Schlag: Die Arme schwingen leicht gebeugt seitwärts.

schallt. 7 Tschinellenschlag: Beide Arme schlagen
und im Bogen abwärts zum Handklapp vor dem Körper (in Hüfthöhe) und werden sofort vorhoch- und seitabgeschwungen (Grundstellung).

8 1—8 wird wiederholt.

Anschließend wiederholen die Zweier (Knaben) den Teil A und schließen den Teil B der Einser (Mädchen) an; also zuerst spielen die Knaben und die Mädchen tanzen, dann umgekehrt.

Bei den Spielen der Instrumente soll jedes Kind die Bewegung nach seiner Eigenart ausführen.



1 2 3 4 5 6 7 8

ZWEITE ÜBUNG (Zwischenübung)

Nach einem alten Wiener Handwerkerspottlied aus dem 16. Jahrhundert. Zweivierteltakt, jedes Viertel eine Zählzeit.

TEIL A

Text	Zählweise	
Wia*)	Und	{ (Auftakt.) Knöchelhüftstütz, leichtes Seit-spreizen des linken Beines. (Bild 9.)
machen's	1	{ Seitschreiten links zum mäßig weiten Grätschstand. (Bild 10.)
denn dö*)	2	{ Kreuzen des rechten Beines hinter dem linken. (Bild 11.)
Schnei-	3	{ Seitschreiten links zum mäßig weiten Grätschstand mit Kniebeugen, dabei wird der Rumpf vorgebeugt und die Ellbogen noch vorn genommen (Stemmen der Arme in die Hüften). Blick geradeaus, wie wenn jemand, der vorn steht, ausgelacht werden soll. (Bild 12.)
der?	4	{ Kniestrecken und Aufrichten des Rumpfes, die Ellbogen werden wieder zurückgenommen. (Bild 13.)
So	5	{ Kniebeugen und Klatsch der Hände auf die Oberschenkel. (Bild 14.)
machen's	6	{ Kniestrecken und Seithochschwingen der Arme zum Handklapp über den Kopf. (Bild 15.)
dö*).	7	Seitabschwingen der Arme.
(Pause.)	8	Verharren.
Wia*)	Und	Hüftstütz und leichtes Seit-spreizen rechts.
machen's	9	{ Seitschreiten rechts zum weiten Grätsch-stand.
denn dö*)	10	} wie 2 und 3, nur gegengleich.
Schnei-	11	
der usw.	12—16	wie 4—8 (nach demselben Text).

TEIL B

Text	Zählweise	
Sie	Und	{ Ansatz zum Rumpfdrehschwingen. Der linke Arm beginnt nach rückwärts zu schwingen, der rechte Arm schwingt zum linken. (Bild 16.)

Text	Zählweise	
schnipfen*)	1	{ Rumpfdrehschwung links (etwas vor-beugen), beide Arme schwingen so weit als möglich nach links rückwärts.
dort und	2	} gegengleich.
da a	3	
Fleckerl und	4	} wie 2.
machen	5	
draus a	6	} Hochschwingen beider Arme (Speich-halte).
Kinder-röckerl*).	7	
So	8	} Zwei Außenarmkreise.
machen's	9	
dö.	10	} Anderthalb Außenarmkreis.
(Pause.)	11	
So	12	} Kniebeugen und Klatsch der Hände auf die Oberschenkel. (Die gleiche Bewegung wie Teil A/5.)
machen's	13	
dö.	14	} wie A/6.
	15	
	16	wie A/7.
		Verharren.
		wie B/9.
		wie B/10.
		wie B/11.
		Schlußtritt links zur Grundstellung.

*) Anmerkung:

Wia = wie
 machen's = machen es
 dö = die (diese)
 Fleckerl = kleines Stück Stoff
 schnipfen = stehlen
 a = ein
 Röckerl = Röckchen.



9 10 11 12 13 14 15 16

DRITTE ÜBUNG (Hauptübung)

„Rätsel“, 2. Strophe, Volkslied. Zweivierteltakt, jedes Viertel eine Zählzeit.

TEIL A

Text Zählweise

Das	Und	}	(Auftakt.) Seitsschwingen der Arme zur Ristseithalte. (Bild 17.)
Männlein steht im Wal-	1 2 3		
de auf	4	}	Tiefe Kniebeuge und Auflegen der Hände auf die Knie (Knie etwas geöffnet). (Bild 19.)
ei-nem	5 6		
Bein.	7	}	Zweimaliges Vorhüpfen in tiefer Kniebeuge (die Arme helfen stützend mit). (Bild 20.)
(Pause.)	8		
			Aufhüpfen (am Ort) mit halber Drehung links in die Grundstellung (Beine geschlossen).
			Verharren.

Teil A wiederholen mit folgendem Text:

Es hat auf seinem Haupt-e schwarz Käpp-lein klein. (Pause.)
Und 1 2 3 4 5 6 7 8

TEIL B

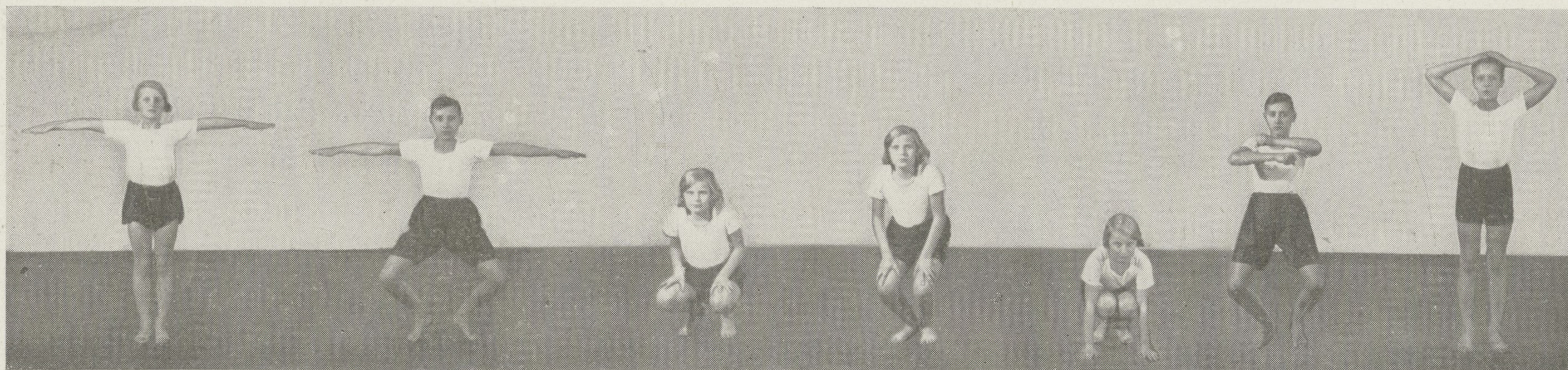
Text Zählweise

Sag, wer	1	}	Tiefe Kniebeuge mit Stütz der Hände am Boden (Hockstützstand, Knie geschlossen). (Bild 21.)

Text Zählweise

mag das	2	}	Kniestrecken (Hände bleiben stützend).
Männlein sein,	3 4		
das da steht auf einem Bein	5 6 7 8	}	Kniebeugen. Aufrichten in die Grundstellung. Wiederholung von 1—4.
mit	9		
dem klei-nen	und 10 und	}	Tiefe Kniebeuge und flüchtiger Stütz der Hände auf dem Boden. Langsames Kniestrecken, dabei wiederholtes Unterarmkreisen (Hände zur Faust) und Aufrichten des Rumpfes. (Bild 22.)
schwar-zen	11 12		
Käpp-pe-lein.	13 14 15	}	Aus dem Unterarmkreisen vor dem Kopf, Schrägseithochschlagen der Arme zur Speichhalte, Heben in den Zehenstand. Sohlenstand und Auflegen der Hände auf dem Kopf (Scheitelhalte). (Bild 23.) Seitsschlagen der Arme und Heben in den Zehenstand. wie 12. Über die Hochhalte Seitabschwingen der Arme in die Grundstellung.
(Pause.)	16		
			Verharren.

Die ganze Übung Teil A und B wird wiederholt.



17

18

19

20

21

22

23

VIERTE ÜBUNG (Zwischenübung)

„Wie schön ist der Mai.“ Volksweise. Dreivierteltakt, jedes Viertel eine Zählzeit.

Vor Beginn des Vorspieles machen die Einser (Mädchen) eine Vierteldrehung links und die Zweier (Knaben) eine Vierteldrehung rechts um (also zueinander).

TEIL A

Zählweise:

1. Viertel	2. Viertel	3. Viertel	4. Viertel	5. Viertel	6. Viertel
I. Takt			II. Takt		

Text Takt Zählweise

Juch-	Und	}	Knieheben links, die Arme schwingen in Risthalte entspannt nach rückwärts, der Rumpf wird leicht vorgebeugt (Anschwung). (Bild 24.)

Text Takt Zählweise

hei-sa juch-	I.	1 2 3	}	Vorhüpfen links mit Rückspreizen rechts und Vorhochschwingen der Arme. Rumpfstrecken. Blick nach den Händen (Schwebehops links). (Bild 25.)
hei,				
wie	II.	4 5 6	}	Aufhüpfen rechts mit Knievorhochheben links, Vorab- und Rückschwingen der Arme. Rumpf leicht beugen (Hopser mit Kniehochreißen).
schön ist der	III.	7 8 9		
				wie Takt I. (Schwebehops links).

Text	Takt	Zählweise	
Mai!	IV.	10	Auffhüpfen rechts mit Knieheben links und Vorabschwingen der Arme und unverweilt Seitsschwingen des rechten Armes mit Knöchelhüftstütz des linken.
Die		11	
		12	
Vö- gel sich	V.	1	Schleifhops links (rechtes Bein spreizt). Die Einser und Zweier fassen sich bei der rechten Hand. (Bild 26.)
		2	
		3	
schwin- gen, sie	VI.	4	Schleifhops rechts.
		5	
		6	
ju- beln und sin- gen;	VII.	7	Mit Handfassung rechts Platzwechsel durch fünf Laufschrötte im Rad rechts (links-rechts-links-rechts-links).
		8	
		9	
	VIII.	10	Schlußtritt rechts.
es		11	
		12	
hal- let und	IX.	1	Schleifhops links seitwärts (fast am Ort).
		2	
		3	
schallt in	X.	4	Schleifhops rechts seitwärts.
		5	
		6	
Feld- und im Wald.	XI.	7	Platzwechsel wie oben bei Takt VII. im Rad rechts.
		8	
		9	
	XII.	10	Die Handfassung lösen; die Einser schwingen den linken
		11	
		12	
La			Arm seit und erfassen die rechte Hand des rechtsseitgeschwungenen Armes der Zweier. Die freien Hände Knöchelhüftstütz. Die Einser (Zweier) spreizen das rechte (linke) Bein etwas seit und beugen den Rumpf leicht nach rechts (links). Einser und Zweier sehen dabei einander an (Ansetzen zu Teil B). (Bild 27.)

TEIL B

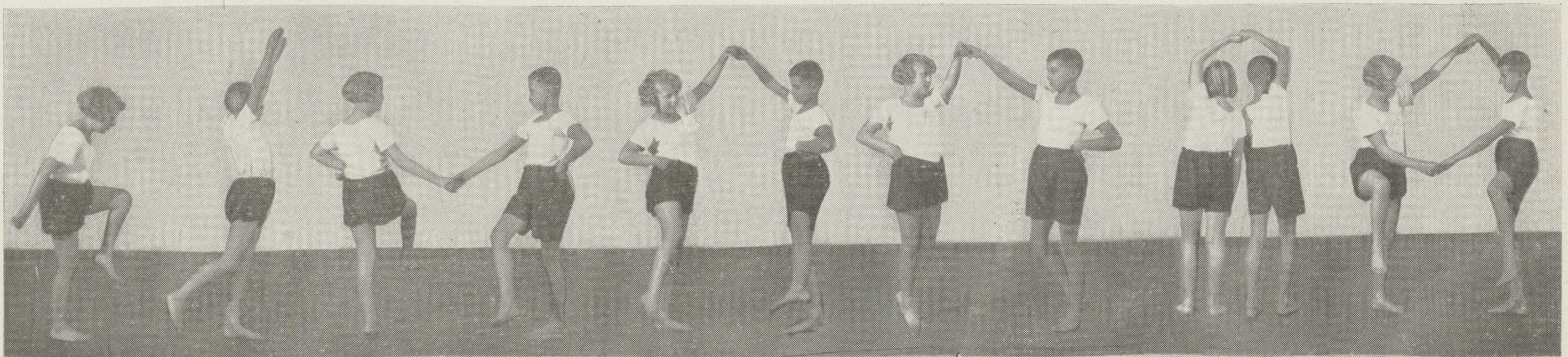
(Die Bewegungen der Zweier sind immer in der Klammer angegeben.)

Text	Takt	Zählweise	
la	I.	1	Seittreten rechts der Einser (Zweier links). Schlußstellen links (rechts) und Heben in den Zehenstand. Senken in den Sohlenstand. 1—3 Balancéschritt rechts (links); der linke (rechte) Arm schwingt entsprechend durch die Tiefhalte vor dem Körper nach rechts (links) mit, der Rumpf wird entsprechend mitbewegt. (Drehrumpfibeuge, Blick über die Schulter.) (Bild 28.)
la		2	
la		3	
la	II.	4	Balancéschritt nach links (rechts).
la		5	
la		6	

Text	Takt	Zählweise	
la	III.	7	Mit fünf Schritten (Einser: rechts-links-rechts-links-rechts) (Zweier: links-rechts-links-rechts-links) halbe Drehung rechts (links) und Unterwinden durch die hochgefaßten Arme. (Bild 29.)
la		8	
la		9	
la,		10	
	IV.	11	Auf 12 Armhaltewechsel und gleichzeitiges Anschwingen des linken (rechten) Beines zum Balancéschritt.
la		12	
la	V.	1	Balancéschritt links (rechts) mit entsprechendem Armschwung.
la		2	
la		3	
la	VI.	4	Balancéschritt rechts (links).
la		5	
la		6	
la	VII.	7	Unterwinden (Einser: links-rechts-links-rechts-links) (Zweier: rechts-links-rechts-links-rechts).
la		8	
la		9	
la.		10	
	VIII.	11	Beide Arme nach links (rechts) schwingen und Erfassen auch der bisher freien Hände, Seitheben des gebeugten rechten (linken) Beines mit Rumpfsseitbeugen rechts (links).
La		12	

Alles Folgende wird mit Stampfschritten ausgeführt.

Text	Takt	Zählweise	
la	I.	1	Stampfschritt rechts (links). (Bild 30.) Schlußtreten links (rechts). Aufstampfen rechts (links). Die Arme pendeln, entsprechende Rumpfbewegung!
la		2	
la		3	
la	II.	4	wie 1—3, nur gegengleich.
la		5	
la		6	
la	III.	7	Unterwinden mit fünf Stampfschritten am Ort und halber Drehung rechts (links) durch die hochgefaßten Arme (Einser: rechts-links-rechts-links-rechts) (Zweier: links-rechts-links-rechts-links).
la		8	
la		9	
la,		10	
	IV.	11	Seitheben des gebeugten linken (rechten) Beines, die Arme schwingen nach rechts (links).
la		12	
la	V.	1	wie Takt II.
la		2	
la		3	
la	VI.	4	wie Takt I.
la		5	
la		6	
la	VII.	7	wie Takt III. und IV. 2. Zählzeit.
la		8	
la		9	
la		10	
la	VIII.	11	Mit „Juhu“ Sprung auf die Richtplatte und nach vorne hin umdrehen.
		12	



24

25

26

27

28

29

30

FÜNFTE ÜBUNG (Hauptübung)

„Mein Vater war ein Wandersmann“ von Michael Anding. Viervierteltakt, je zwei Viertel eine Zählzeit.

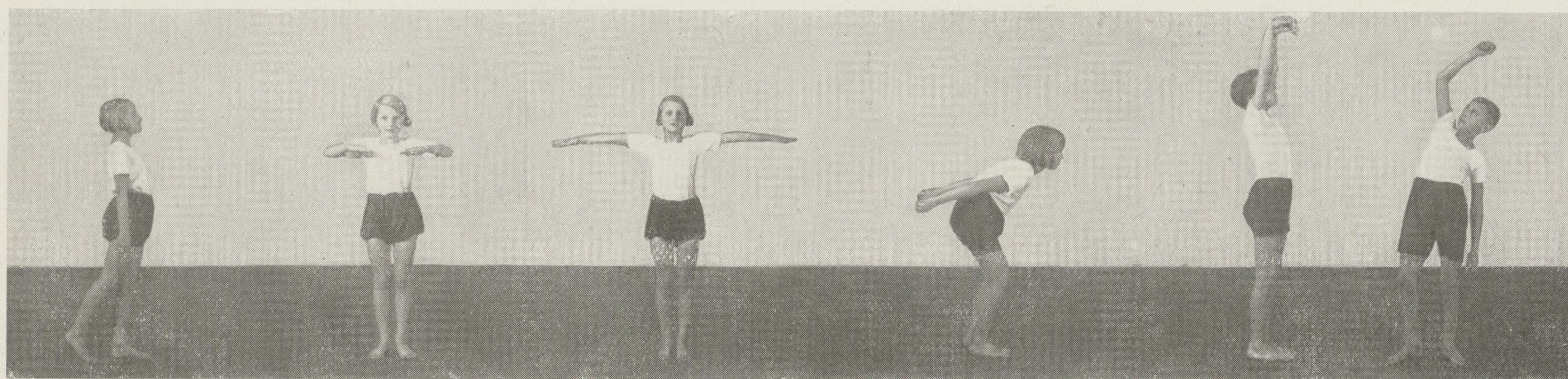
TEIL A

Text	Zählweise	
Mein	Und	{ (Auftakt.) Ansatz zum Gehen (linkes Bein, rechter Arm Anschwingen). (Bild 31.)
Vater	1	
war ein	2	{ Drei Schritte vorwärts (links, rechts, links), Arme pendeln entsprechend mit.
Wanders-	3	
mann und	4	
		Schlußtritt rechts.
mirsteckt's	5	{ Drei Schritte rückwärts (links, rechts, links).
auch im	6	
Blut,	7	
drum	8	Schlußtritt rechts.
wandre	9	{ Beugen der Arme zur Schlaghalte (mit Rückfedern). (Bild 32.)
ich so	10	Seitschlagen. (Bild 33.)
lang ich	11	wie 9.
kann und	12	wie 10.
schwenke	13	{ Drei kleine Trichterkreise rückwärts.
meinen	14	
Hut.	15	
	16	Arme abschwingen und sofort

TEIL B

Text	Zählweise	
Hei-	Und	{ Arme in Risthalte etwas nach rückwärts schwingen, Rumpf leicht vorbeugen. (B. 34.)
di	1	
hei-	und	{ Fuß- und Kniewippen mit entspanntem Vorhochschwingen der Arme. Rumpfstrecken. (Bild 35.)
da	2	
hei-	und	
di	3	wie u n d 1.
hei-	und	{ wie u n d 2.
da	4	
und	und	
schwen-	5	Rechter Arm wird hochgeschwungen.
ke	und	{ Drei weite, waagrechte Armkreise über den Kopf (Hutschwenken), wobei der Rumpf leicht mitkreist. Der linke Arm hängt lose herab. (Bild 36.)
mei-	6	
nen	und	
Hut,	7	
tralala	und	{ Abschwingen des rechten Armes.
	8	

Und 1—7 wird mit dem gleichen Text wiederholt.
Und 8 Abschwingen des rechten Armes in die Grundstellung.
Die ganze Übung Teil A und Teil B wird wiederholt.



31

32

33

34

35

36

AM 19. JULI 1931

turnen alle Kinder die Massenübungen zur 2. Arbeiter-Olympiade nicht nur in Wien, sondern in allen Ländern und Orten wo Kinderabteilungen unserer Organisation bestehen. Es findet an diesem Tage der

WELTKINDERTAG

statt. Solcherart werden alle Kinder, auch die, die nicht nach Wien kommen können, »im Geiste bei der Olympiade« sein.