
Studienpreise Musikphysiologie 2019 der DGfMM

Geteilter zweiter Studienpreis der DGfMM 2019
Zusammenfassung der Bachelorarbeit:

„Mit gesunden Schultern Cello Spielen. Wege zum schulterfreundlichen Cello Spielen am Beispiel des frühinstrumentalen Cellounterrichts im Bildungsprogramm JeKits.“

LOUISA KALTENBACH

Die Arbeit entwickelt aus der Betrachtung der Schulterphysiologie und -bewegung beim Cello Spielen ein präventives Programm für den Cellounterricht in Anfängergruppen und dokumentiert dessen praktische Erprobung.

In den ersten beiden Teilen wird die theoretische Wissensgrundlage für das praktische dritte Kapitel erarbeitet. Die anatomischen Grundlagen des Schulterbereichs werden auf den Ebenen von Knochen, Gelenken und Muskeln graphisch dargestellt und beschrieben. Außerdem werden Grundparameter für eine dynamisch-stabile und schulterfreundliche Cellospielposition, wichtige Schulteraspekte während des Cello Spielens und deren Vermittlung im Cellounterricht aufgezählt und näher beleuchtet.

Der Versuch im dritten Teil der Arbeit untersucht zum einen die Wirksamkeit der zwei Hilfsmittel CelloPhantBogengriffhilfe und Balance-Luft-Sitzkissen auf die Schultern während des Cello Spielens. Zum anderen vergleicht er die Angemessenheit eines schulterfokussierten Aufwärmprogramms im Hinblick auf das unterschiedliche Alter der beiden Schülergruppen. Er wird in zwei Unterrichtsgruppen von jeweils zwei Schülern im zweiten und vierten Jahr des JeKits (Jedem Kind Instrument Tanz und Gesang)-Cellounterrichts für jeweils vier Stunden durchgeführt. Als Messmethoden werden Beobachtungen der Lehrkraft, Schülereinschätzungen und zwei Erkennungsbilder genutzt.

Folgende Ergebnisse können festgehalten werden: "Die CelloPhantBogengriffhilfe erleichtert die Bogenhaltung vorerst in diesem Zusammenhang nicht

und ermöglicht somit keine wohlgespanntere rechte Schulter".

Sie wird deshalb in den Folgestunden durch die als sinnvoller erachtete Astronauten-Bogenübung, die die Struktur der Bogenhand von innen kräftigen soll, ersetzt. Die Anwendung des Sitzkissens fördert bei allen vier Schülern den Einsatz und die Bodenhaftung der Füße, die einen sichtbar aufrechteren Sitz ermöglicht und einen ständigen Rundrücken verhindert. Das schulterfokussierte Aufwärmprogramm kann in den vier Stunden mit den Viertklässlern weiter ausgebaut werden als mit den Zweitklässlern, wobei generelle sportliche Aktivität der Schüler die Umsetzung auffällig positiv beeinflusst. Es schafft bei allen Schülern mit und ohne Cello ein gesteigertes Schulterbewusstsein.

Wegen des kurzen Vergleichszeitraums, der geringen Probandenzahl und der fehlenden Vergleichsgruppe gehen die Ergebnisse mehr in die Richtung von Thesen als von wissenschaftlichen Fakten. Zusammenfassend zeigt die Arbeit Ansätze zur Integration der präventiven Musikphysiologie in die frühinstrumentale Cellopädagogik und vielfältigen Forschungsbedarf in dem Themengebiet auf.

Bachelor of Music Instrumentalpädagogik
Hochschule für Musik und Tanz Köln,
Standort Wuppertal

Prüfer: Bruno Ventocilla, Elke Dommisch
Studentin: Louisa Kaltenbach
Anschrift: Antonitergasse 3, 65812 Bad Soden