

Fachwissen zum Kinderchorland

## Gutes Singen mit Kindern



In diesem Fachimpuls erhaltet ihr Informationen rund um die Frage „Was ist eine gute und kindgerechte Singförderung?“ sowie Hilfestellungen und Tipps für einen guten Umgang mit der Kinderstimme.

Zudem werden auch Stimmstörungen betrachtet und die vorbildhafte Rolle der Erwachsenenensingstimme für die Chorarbeit thematisiert.

### 1. Singen als natürliches Bedürfnis

Findet das Singen nicht nur im alltäglichen Umfeld z.B. innerhalb der Familie statt,<sup>1</sup> sondern im Rahmen eines öffentlichen musikalischen Angebotes (in Kitas, Schulen, Kirchen, Vereinen), entsteht eine spannende Aufgabenstellung: Es gilt Kindern sowohl eine qualitative und kindgerechte Singförderung als auch eine Teilhabe an musikalischer und kultureller Bildung zu ermöglichen. Für eine institutionell verankerte Singförderung im Kinderchorland haben wir einen musikalischen und pädagogischen Handlungsrahmen entwickelt, der Chorleiter\*innen und allen anderen Menschen, die gerne mit Kindern singen wollen, als Orientierung für die eigene Chorarbeit dienen kann. Hierbei geht es uns um eine Hilfestellung, Chorproben so zu gestalten, dass Kinder die Chance bekommen, zu musikalisch mündigen Sänger\*innen heranzuwachsen.

#### Musikalische Mündigkeit

Durch die Stärkung musikalischer und sozialer Fähigkeiten können die Kinder im Chor zu selbstbestimmten und eigenverantwortlichen Sänger\*innen heranzuwachsen.

Es gibt viele Tipps und Impulse, das eigene Handeln im Kontext der Chorarbeit mit Kindern zu reflektieren und vielleicht auch neu zu denken. Allem voran steht dabei eine grundsätzliche Bereitschaft, nicht nur die musikalischen, sondern auch die pädagogischen Potentiale des Singens und Lernens mit in den Blick nehmen zu wollen.

<sup>1</sup> Singen im Alltag ist wichtig und hat einen hohen Wert. Es lässt sich spielerisch integrieren z.B. beim Zähneputzen, Haare föhnen, Schaukeln oder durch Fingerspiele und Rituale wie „Gute Nacht-Lieder“

vgl. dazu auch: Kindgerechtes Singen. Auszüge aus der ChorVision (beschlossen am 06.03.2010) von der Deutschen Chorjugend. Abgerufen am 25.04.2020 <https://www.deutsche-chorjugend.de/positionen/kindgerechtes-singen/>

## Musikalisch-ästhetische Potentiale einer kindgerechten Singförderung:

- **Kinder entdecken und entwickeln ihre eigene Stimme:**  
z.B. durch kindgerechte Stimmbildung und Lieder, Improvisation, Klangexperimente
- **Kinder entdecken ihren (Klang-) Körper:**  
z.B. durch Achtsamkeitsübungen, bewusste Haltung und Steuerung der Atmung
- **Kinder erleben Körper und Stimme als Einheit:**  
z.B. durch Lieder mit Tanz- und Bewegungselementen oder Bodypercussion
- **Kinder entwickeln ihr Gehör:**  
z.B. durch gutes Zuhören, durch Solmisation, vorsingen/nachsingen
- **Kinder erwerben musikalische Grundfähigkeiten:**  
z.B. durch das Hören und Singen von Melodien, Rhythmusübungen, Solmisation
- **Kinder erlernen einen guten Umgang mit Sprache:**  
z.B. durch Artikulationsübungen, Sprechtraining, Liedtexte
- **Kinder erkunden kulturelle Welten und erleben Vielfalt:**  
z.B. durch Lieder und Musik aus verschiedenen Kulturen oder durch das Erlernen von Liedtexten in anderen Sprachen
- **Kinder machen musikalisch-ästhetische Erfahrungen:<sup>2</sup>**  
z.B. durch Lieder/Chorstücke, Mini Musicals, Singspiele, Tanz usw.

## Pädagogisch-soziale Potentiale einer kindgerechten Singförderung:

- **Kinder erleben Teilhabe- und Mitbestimmungsmöglichkeiten:**  
z.B. durch Mitsprache bei der Konzertgestaltung (durch das Einbringen von Liedvorschlägen, Ideen zur Wahl von Kostümen und Requisiten oder auch zur Bühnenchoreographie) oder Mitsprache bei sozialen Aktivitäten (z.B. bei der Abstimmung zum Ausflugsziel für den nächsten Chorwandertag usw.)
- **Kinder erfahren konstruktives Feedback:**  
z.B. durch eine positive Fehlerkultur (Grundsätzlich gilt: „Nobody is perfect“, Fehler ermöglichen Lernfortschritt) und eine freundliche und konstruktive Kommunikation, die das Lernen in angstfreier Atmosphäre ermöglicht
- **Kinder erfahren Wertschätzung:**  
z.B. durch Lob und Bestärkung oder konstruktives Feedback, durch die Anerkennung von Ideen oder Leistungen oder auch durch einen vertrauensvollen und einfühlsamen Umgang mit den Problemen oder Emotionen der Kinder
- **Kinder entwickeln ein Gespür für Eigenverantwortung:**  
z.B. durch die Übernahme kleinerer eigenverantwortlicher Aufgaben (z.B. eine Kurzmoderation auf der Bühne)

<sup>2</sup> Hier: vielfältige sinnliche Erfahrungen, die den Kindern durch das Chorsingen und die aktive Gestaltung von Musik (sowie durch die Auseinandersetzung mit angrenzenden künstlerischen Disziplinen wie Schauspiel und Tanz) ermöglicht werden. vgl dazu: Brandstätter, Ursula (2012): Ästhetische Erfahrungen, In: Handbuch Kulturelle Bildung, Bockhorst, Hildegard; Reinwand-Weiss, Vanessa-Isabelle; Zacharias, Wolfgang (Hrsg.), München: S. 174-180

- **Kinder entwickeln mehr Selbstvertrauen:**  
z.B. durch gemeinsame, musikalische Erfolge sowie durch deren Anerkennung und Wertschätzung
- **Kinder erleben sich als Individuum in der Gruppe:**  
z.B. durch das Gefühl von Zugehörigkeit beim Chorsingen; durch pädagogisch abgestimmte Gruppenspiele; oder auch bei gemeinsamen Aktivitäten außerhalb der Proben

Diese Potentiale einer guten und kindgerechten Singförderung sind vielschichtig und die hier beschriebenen Erfahrungs- und Lernbereiche können nur aufbauend und zirkulierend (je nach Zielsetzung) in den Probenalltag integriert werden. Je nach Gruppe und Situation kann es hilfreich sein, für einige Proben bewusst einen klaren Schwerpunkt hinsichtlich einer erwünschten Entwicklung zu setzen und dafür andere Ziele in den Hintergrund zu stellen. Hat sich in der Gruppe beispielsweise noch kein gutes Miteinander ergeben, können während der Chorproben soziale Aspekte in den Mittelpunkt rücken. Dann geht es eine Zeit lang weniger um die perfekte Erarbeitung einer Melodie als um die Stärkung der Gemeinschaft und des Wohlbefindens durch z.B. gruppendynamische Spiele. Grundsätzlich erscheint es uns wichtig, dass immer wieder reflektiert wird, ob die musikalischen und pädagogischen Zielsetzungen in guter Balance stehen.

## 2. Mit Kindern gut und richtig singen

### *Wie können wir mit Kindern gut und richtig singen?*

Um diese Frage zu beantworten, lohnt es sich, einige grundsätzliche Eigenschaften der Kinderstimme näher zu betrachten:

#### Physiologische Eigenschaften der Kinderstimme:

- die Stimmlippen von Kindern sind kürzer als die von Erwachsenen
- der Kehlkopf von Kindern ist kleiner und liegt höher als bei Erwachsenen, er senkt sich erst bis zur Mutation allmählich ab
- das Ansatzrohr ist insgesamt kürzer als bei Erwachsenen

#### Klangliche Besonderheiten der Kinderstimme:

- Kinderstimmen sind keine Erwachsenenstimmen
- Kinderstimmen haben ihren eigenen unverwechselbaren Klang
- ein natürlicher Stimmklang bei Kindern weist Leichtigkeit auf und findet ohne Krafteinsatz statt

## Praxistipps für die Arbeit mit Kinderstimmen:

Erwachsene können dazu tendieren (z.B. aufgrund ihrer eigenen stimmlichen Präferenzen) in zu tiefer Lage mit Kindern zu singen<sup>3</sup>. Kinder sollen jedoch all ihre stimmlichen Möglichkeiten erkunden und auch die Höhe entdecken (Randkantenschwingung der Stimmlippen aktivieren); nur so kann sich der Stimmumfang voll und ganz entwickeln.

Bezüglich des idealen Tonumfangs für das Singen mit Kindern gibt es verschiedene Studien, die zum Teil ähnliche, aber auch abweichende Ergebnisse liefern. Die hier gemachten Angaben sind auf Basis heute vorliegender wissenschaftlicher Daten entstanden, wurden aber auch unter Berücksichtigung vielfältiger praktischer Erfahrungswerte nochmals angepasst.

### *Welche Singlage ist für das Singen mit Kindern empfehlenswert?*

#### Als Faustregel empfehlen wir für den Stimmumfang Folgendes:

- Für das Singen mit Kindern ist schwerpunktmäßig ein Tonumfang von d' bis f'' empfehlenswert.<sup>4</sup>
- der Tonumfang kann bei Singgruppen ab dem Grundschulalter nach unten hin erweitert werden; das Singen unter c' kann punktuell vorkommen, sollte aber die Ausnahme sein.
- Für das Singen in der Kita oder in der Krippe kann erstmal ein kleinerer Tonumfang von e' bis d'' gewählt werden sowie Lieder, die erstmal nur einen Quint- oder Sextumfang haben.
- Für das gute Singen mit Kindern ist es wichtig, ein müheloses Singen zu fördern und die Kinder dazu zu animieren, ihren natürlichen Stimmklang zu finden. Hierbei helfen geeignete Lieder und eine kindgerechte Stimmbildung.<sup>5</sup>
- Wir empfehlen Chorleiter\*innen, stets einen offenen und individuellen Blick auf die Kinder mit ihren Stimmen und Voraussetzungen zu behalten und auch wichtige Faktoren wie z.B. die Tagesform oder die Gruppendynamik immer mit zu berücksichtigen.<sup>6</sup>

### *Was ist für das Singen mit Kindern nicht empfehlenswert?*

Mit Kindern häufig zu hoch und zu laut oder auch permanent nur in tiefer Lage zu singen, ist nicht empfehlenswert. Gerade in der Gruppe, wo nicht immer jede Stimme herausgehört und individuell korrigiert werden kann, können sich falsche Angewohnheiten etablieren. Zudem geht es auch darum, eine Gefährdung der Stimme durch falsches Singen (und Vorsingen) zu vermeiden. Problematisch kann ein zu sehr von der Bruststimme dominierter Stimmklang werden, bei dem zu viel Masse in Schwingung versetzt wird. Dann sind hohe Töne nicht mehr mühelos erreichbar. Wird ein zu hoher Atemdruck aufgebracht, um höhere Töne zu erreichen,

<sup>3</sup> Hier ist es z.B. möglich, dass wir uns von unseren eigenen stimmlichen Stärken leiten lassen. Bevorzuge ich z.B. als Altistin eine Singlage zwischen a und c'', ist das für Kinder dauerhaft zu tief und entspricht nicht dem vollen Stimmumfang.

<sup>4</sup> Dieser Tonumfang verringert gerade in Gruppe die Tendenz zu einem forcierten Singen mit zu viel Bruststimmanteil. Ist auch eine Einzelstimmbildung möglich, können hier die physiologischen Voraussetzungen ggf. individueller betrachtet werden.

<sup>5</sup> vgl. dazu den Fachimpuls Liedauswahl

<sup>6</sup> Ist der Erkältungsstand beispielsweise in der Probe hoch, werden Stimmübungen schonend und reduziert eingesetzt.

kann es zu Schädigungen der Stimme kommen. In schlimmeren Fällen können funktionelle Stimmstörungen (z.B. Heiserkeit durch erhöhte Spannung beim Singen) oder physiologische Stimmschädigungen (Stimmlippenknötchen) die Folgen sein.

Professor Dr. Markus Hess, HNO-Arzt und Phoniater an der Deutschen Stimmklinik in Hamburg verweist in einem Interview „Über gesunde Stimmlagen bei Kindern und „richtiges“ Singen,“ besonders auch auf die Vermeidung von zu lautem Singen:

*„Wenn eine Gefährdung vom Singen ausgeht, dann sind es die hohen Töne – hoch und ganz laut. [...] Singe ich etwa einen ganz hohen Ton, aber ganz leise, dann ist das überhaupt nicht schädlich. Wenn ich aber einen hohen Ton laut singe [...] dann beansprucht das unsere Stimme sehr viel mehr.“<sup>7</sup>*

Grundsätzlich ist es daher wichtig im Umgang mit der Kinderstimme achtsam und sensibel zu sein und den Kindern bewusst zuzuhören. Bei einem Verdacht auf eine Stimmstörung kann ein\*e Logopäd\*in hinzugezogen und in Einzelfällen im Elterngespräch auch eine phoniatische Untersuchung angeraten werden.

### 3. Die eigene Stimme als Vorbild.

Wenn wir uns also dafür entscheiden, mit Kindern gesund und qualitativ zu singen, ist es wichtig, die stimmliche Vorbildfunktion in den Blick zu nehmen. Singen Chorleiter\*innen beispielsweise immer wieder unsauber vor oder wird die Stimme oft ungesund und unter Krafteinsatz verwendet, überträgt sich dies früher oder später auf den Klang der Kinderstimmen, denn Kinder lernen durch Imitation. Daher ist es grundsätzlich von Bedeutung, die eigene Stimme gesund zu halten und ggf. weiter auszubilden. Gut vorgesungene Lieder und Melodien bieten den Kindern eine wichtige Orientierung zum Umgang mit der eigenen Stimme.

*„Dabei stellt gekonntes und technisch einwandfreies Vorsingen alleine schon die beste Stimmbildung dar, denn alle Stimmbildung beginnt mit dem Gehörten.“<sup>8</sup>*

Um in der Probe ein stimmliches Vorbild abzugeben und gut vorsingen zu können, ist es von Vorteil, vorbereitet und eingesungen zu sein.

<sup>7</sup> vgl. Bock, Kathrin und Lugert, Sebastian (2017): „Über gesunde Stimmlagen bei Kindern und „richtiges“ Singen“. Abgerufen am 28.4. 2020 [http://www.lugert-verlag.de/wp-content/uploads/2017/05/POPiG18\\_Stimmarzt.pdf](http://www.lugert-verlag.de/wp-content/uploads/2017/05/POPiG18_Stimmarzt.pdf)

<sup>8</sup> vgl. Göstl, Robert (2006): Singen mit Kindern, Regensburg: Con Brio, S. 21

### Welche Möglichkeiten gibt es, die eigene Stimme zu pflegen und weiter auszubilden?

1. alles was der Stimme gut tut in den Alltag integrieren: summen, seufzen, gähnen, trällern...
2. regelmäßig und bewusst singen und dabei auch eigene Angewohnheiten reflektieren
3. selbst im Chor singen
4. Stimmbildungs- oder Gesangsunterricht nehmen<sup>9</sup>
5. Atem- und Entspannungsübungen/Körperarbeit in den Alltag integrieren; zu Hause oder in Kursprogrammen (z.B. Yoga, Alexandertechnik, Qui Gong)
6. die Stimmen unterschiedlicher Sänger\*innen anhören und vergleichen, um dadurch positive Vorbilder zu finden
7. Fortbildungen, Workshops, Symposien<sup>10</sup> zur Stimme/Kinderstimme besuchen

Abschließend lässt sich sagen, dass trotz aller Hinweise zum guten und richtigen Singen nicht in den Hintergrund geraten darf, dass es in erster Linie darum geht, die Freude am Singen bei den Kindern zu wecken. Wenn alle neugierig auf das Experimentieren mit der Stimme geworden sind und Vertrauen gefasst haben, können Chorleiter\*innen durch kindgerechte Stimmbildung und motivierende Lieder gutes und gesundes Singen fördern.

#### Quellen:

Brandstätter, Ursula (2012): Ästhetische Erfahrungen. In: Handbuch Kulturelle Bildung, Bockhorst, Hildegard; Reinwand-Weiss, Vanessa-Isabelle; Zacharias, Wolfgang (Hrsg.), München, kopaed verlagsgmbh

Bock, Kathrin und Lugert, Sebastian (2017): „Über gesunde Stimmlagen bei Kindern und „richtiges“ Singen“.: [http://www.lugertverlag.de/wpcontent/uploads/2017/05/POPiG18\\_Stimmarzt.pdf](http://www.lugertverlag.de/wpcontent/uploads/2017/05/POPiG18_Stimmarzt.pdf) (zuletzt abgerufen am 28.04.2020)

Göttl, Robert (2006): Singen mit Kindern. Regensburg, Con Brio

Kindgerechtes Singen. Auszüge aus der ChorVision (beschlossen am 06.03.2010) von der Deutschen Chorjugend: <https://www.deutsche-chorjugend.de/positionen/kindgerechtes-singen/> (zuletzt abgerufen am 25.04.2020)

Kreutz, Gunter (2014): Warum singen glücklich macht (Sachbuch Psychosozial). Gießen, Psychosozial-Verlag

Mohr, Andreas (1997): Handbuch der Kinderstimmbildung. Mainz, Schott

Nitsche, Paul (2001): Die Pflege der Kinder- und Jugendstimme. Neuauflage, Mainz, Schott

<sup>9</sup> Viele Angebote von Gesangspädagoginnen und Gesangspädagogen finden beispielsweise auch in Kleingruppen statt. Der Unterricht ist dann etwas kostengünstiger, aber dennoch erhält man ein individuelleres Feedback als es in großen Chören möglich ist.

<sup>10</sup> Weiterbildungsmöglichkeiten finden in den Chorverbänden und den Landesmusikakademien statt; Symposien oder Studientage zur Kinderstimme können in regelmäßigen Abständen z.B. in Essen, Leipzig oder Osnabrück besucht werden.