

# Theatergrundlagen 29.11.-01.12.2019

mit Grit Asperger und Michael Zimmermann

Protokollantinnen: Anna und Philine

## Freitagabend

Warm ups mit Grit

*mit Fokus auf Gruppendynamik, Konzentration, Reaktionsvermögen, stimmliche und körpersprachliche Präsenz*

### **Laufen im Raum mit Musik:**

- bei klatschen Richtung wechseln
- mit besonders großen Schritten (auch mal rückwärts)
- in Zeitlupe
- schleichen
- ganz schnell laufen

immer noch mit Musik durch den Raum laufen. Es gibt 3 verschiedene Tempi:

- 1 = morgens müde wie um halb 5, 2 = mittags, gut drauf, 3 = abends, total hektisch
- Begrüßen:
  - sachlich, mit bestimmter Haltung
  - glücklich
  - schüchtern
  - verliebt
  - wütend

→ zwischendrin immer wieder Raumlaf in Stufe 2

Jeder sucht sich einen Partner. Man stellt sich Rücken an Rücken und läuft durch den Raum, ohne den Kontakt zu verlieren; bei Klatschen Richtung wechseln → den Partner mitnehmen und aufeinander achten

### **Treffen im kleinen Kreis**

Aufgabe ist es, immer den vorderen überholen zu wollen

### **Treffen im größeren Kreis**

Stichwort Kirschkern → Körperspannung und voll konzentriert dabei sein! Dabei konkret, spontan und schnell reagieren

- Leiter gibt verschiedene Gesten mit Geräuschen weiter, wie z.B. „Yeah“ mit Armbewegung, diese gehen reihum. Bei ihm angekommen kommt unverzüglich eine Neue
- Leiter gibt Klatschen durch die Runde, das so schnell wie möglich weitergegeben werden soll
- Leiter gibt „ho“ nach rechts und „ha“ nach links weiter

## **Zip-Zap**

kleineren Kreis bilden, „Zip“ heißen die Partner rechts und links nebeneinander und „Zap“ die anderen → so schnell wie es geht Zip oder Zap weitergeben, erst als Proberunde, dann mit rausfliegen

## **Partnerarbeit**

wichtig: man muss immer aufmerksam sein, man soll die Übung mit dem anderen machen und nicht für sich alleine → bei einem Theaterstück muss man immer bei den anderen sein, auch wenn man nicht auf der Bühne steht, das bedeutet volle Konzentration das ganze Stück lang

- Sitzpositionen: der eine macht die Augen zu, der andere ändert eine Kleinigkeit, der andere muss erkennen, was verändert wurde
- Spiegelbild mitmachen: erst nur Mimik, dann Oberkörper, dann im Stehen und im Raum, auf allen Ebenen
- Partner schubsen: Partner soll darauf reagieren und mit sich alles machen lassen, danach Boxkampf in Zeitlupe

## **Boxkampf-Szenearbeit**

Aufgabe ist eine Zeitlupen-Boxkampf-Choreographie Boxkampf in 15 Min. zu erstellen mit Musik → die Musik kann genau das Gegenteil von dem sein, was gezeigt wird → durch den Widerspruch hat die Szene eine andere Wirkung

## Samstagmorgen 9-10:30 Uhr

*Das Wort zum Samstag:* Theaterspielen ist immer ein Geben und Nehmen, das die Situation trägt, es müssen immer alle konzentriert sein

## *Fokus auf Konzentration und Raumarbeit*

### **Raumlauf**

Richtungswechsel bei Klatschen, Gehen auf Zehenspitzen, Ferse Hacke, Innen- und Außenkanten → Wechsel bei Klatschen

Stromhalmübung zu zweit (zwei Personen sind über einen Strohhalm zwischen den Zeigefingern verbunden) → bei klatschen Richtungswechsel

(zu zweit, dann zu viert, zwei große Gruppen, die eine Gruppe geht durch die andere durch)

### **Wahrnehmungsübung einzeln** (*mit Musik, die keinen Text hat*)

durch den Raum gehen und den Raum wahrnehmen, dann mit geschlossenen Augen durch den Raum gehen. Orientierungsmöglichkeiten finden.

### **Wahrnehmungsübung mit Partner**

gegenseitig am Finger führen (wichtig ist, dass die Partner nebeneinander laufen)

- einer blind
- beide blind

→ verschiedene Ebenen

## Stimmübungen

**großer Kreis:** mit Ton ausschütteln

(Kirsch kern) Grit gibt die Vokale a, e, i, o, u vor

- alle geben die Vokale von sich
- erst „normal“
- dann ganz intensiv
- dann ganz sanft
- dann Steigern von sanft zu intensiv, sodass Grit an die Decke fliegt

es finden sich **zwei Partner:** jedes Pärchen sucht sich einen Vokal aus, es können auch ä, ü, ö dazu genommen werden. Die Buchstaben werden nacheinander einmal gesprochen. Dann einmal lang und so, dass der Buchstabe in der Mitte des Raums ankommt. Dann werden die Buchstaben Intervallmäßig in den Raum gegeben.

*mit dem Fokus Konzentration, Miteinander, aufeinander hören*

**Spiel 1:** Innenkreis und Außenkreis, Innenkreis schließt die Augen, Außenkreis verändert Position. Außenkreis hat die Aufgabe durch intervallmäßiges Rufen des Vokals den Partner aus dem Innenkreis zu sich zu holen. Der Außenkreis kann sich auch als Variation als eine Linie aufstellen.

**Spiel 2:** Partner A muss Partner B folgen, während sich Partner B bewegt und kontinuierlich den Vokal/ Umlaut von sich gibt

**Spiel 3:** Es werden Hindernisse aufgebaut: Die Partner stehen gegenüber von einander, am jeweiligen Raume. Partner B hat die Aufgabe Partner A durch die Hindernisse zu führen über den Vokal/ Umlaut, jeweils nur ein Pärchen zeitgleich; Hindernisse werden noch einmal verändert, nachdem der Partner die Augen zu gemacht hat

- Ein Hindernis direkt zu Anfang ist sehr schwer, da Partner A sich immer erst einhören muss
- *Beispiel:* Anni (Partner B) & Simon: Anni bewegt sich von rechts nach links, um die Richtungen anzugeben, dabei verändert sie auch ihre Stimmlagen von tief (links) nach hoch (rechts)
- Grit bewegt sich mit Partner A, um einzugreifen, falls es zu brenzlich wird, langsam gehen

-10:30-11:00 Uhr Pause-

Samstagvormittag: 11:00-12:00 Uhr

Biographiearbeit mit Michael

*Unter dem Gesichtspunkt: Wo kommen wir gerade her, was beschäftigt uns, wo stehen wir?*

**Einzelarbeit:** Jeder bekommt ein großes Plakat und ein kleineres A4 Blatt. Jeder hat seinen Gegenstand bei sich, der uns schon seit langem begleitet, den wir mitbringen sollten. Aufgabe ist es, den Gegenstand zu bezeichnen und eine Geschichte dazu zu schreiben. Es soll dabei durch geschrieben werden, wenn man länger als 3 Sekunden den Stift absetzt, ist die Geschichte vorbei.

**Gruppenarbeit zu dritt:** Jeder liest einen Text eines anderen und unterstreicht dabei 3 Wörter, Sätze, Ausdrücke. Der Nächste wählt eines von den Unterstrichenem aus. Mit den Gegenständen, dem Ausdruck und Musikstücken sollen Szenen erarbeitet werden, wobei die Person, der der Gegenstand gehört Regie führen soll.

-Mittagspause-

Samstagnachmittag 15:00-18:30 Uhr

**Vorstellung der Szenen**

**Partnerarbeit:** Auf großen Plakaten werden gegenseitig die Körperumrisse abgezeichnet.

**Einzelarbeit:** Der Körper wird ausgefüllt durch Lebensereignisse in 5er oder 7er Jahresabständen & seelische und körperliche Narben. Jegliche kreative Ausschmückung des gemalten Körper ist erlaubt.

**Schreibaufgabe in Einzelarbeit:** Es soll eine Überschrift zu einem Ereignis gefunden werden. In 3 Minuten soll die Geschichte dazu aufgeschrieben werden.

Samstagabend 19:00-22:30 Uhr

**Gruppenarbeit zu dritt:** Jeder liest einen Text eines anderen und unterstreicht dabei 3 Wörter, Sätze, Ausdrücke. Der Nächste wählt eines von den Unterstrichenen aus. Mit den Gegenständen, dem Ausdruck und Musikstücken sollen Szenen erarbeitet werden, wobei die Person, der der Gegenstand gehört Regie führen soll. 1 ½ Stunden Zeit.

**Vorstellung der Szenen**

Sonntagvormittag 09-10:30 Uhr

Warming up mit Grit

### **Entspannungsübung**

Zu zweit im Stehen; einer berührt den anderen. „Regentropfen“ (Fingerklopfen) , „Hagel“ (Abklopfen), „Wasserfall“ (Abstreichen)

→ Hinweis: Nach der Übung darauf achten, dass die, die fertig sind, noch ruhig bleiben und die Energie halten für alle.

### **Raumgehen (mit Musik)**

Alle gehen durch den Raum:

- privat
- normal
- expressiv
- expressiv in Kontakt gehen
- durch den Dschungel
- im Hochstatus
- im Tiefstatus

### **Tief und Hochstatus**

Gruppe in zwei Teile teilen, der eine Teil im Hochstatus, der andere im Tiefstatus. Durch den Raum gehen.

- Begegnung der beiden Gruppen
- Tausch der Status
- schneller Tausch der Status

### **Königinnenspiel**

Eine Person ist im Hochstatus, alle anderen im Tiefstatus. Mit klarer Körpersprache und fixierendem Blicken lenkt die Königin die anderen als Pulk durch den Raum.

→ Die „Untergebenen“ verdeutlichen den Hochstatus der Königin. Insofern gehören beide Status dazu, um die Königin zur Königin zu machen.

### **Statuenarbeit (mit Musik)**

Gruppe in zwei Teile teilen, eine Gruppe Statuen, andere Gruppe tanzt und versucht die Statuen „aus der Fassung“ zu bringen, Tausch der Gruppen

### **Haltung einnehmen**

Alle paarweise in zwei Reihen gegenüber, auf Klatschen: Rücken zueinander und Haltung einnehmen (Ausdruck/Gefühl mit ganze Körper, ohne Stimme), bei Klatschen: umdrehen, aufnehmen, wer/was einem gegenübersteht, Platzwechsel in der Haltung, evtl. Reaktion auf den anderen, sich immer im Blick halten

→ langsam, eher in Zeitlupe

## **Haltung einnehmen 2**

Ein Paar führt Begegnung vor, Durchführung: siehe vorhergehender Punkt „Haltung einnehmen“. Gruppe guckt zu und beschreibt, was sie gesehen hat.

→ Hinweise zur Statuenarbeit:

Bei Körpersprache hat immer alles eine Aussage, egal wie man sich stellt, setzt oder legt. Dh man sollte bewusst sein in dem, was man tut. Man sollte wirklich in der Statue bleiben, nicht zappeln, Gesichtsmimik halten, nicht verändern.

## **Gruppenstatue**

Eine Person stellt sich als Statue auf, ca 6 Personen gruppieren einer nach dem anderen dazu. Die Zuschauer gehen um das Statuenbild herum und beschreiben es: Was seht ihr? Findet es in einem geschlossenen oder offenen Raum statt? In welchem Verhältnis stehen die Personen zusammen und zueinander? Etc.

- auf Klatschen verändern die Statuen etwas, Gruppe beschreibt wieder, findet eine Überschrift

## **Text von Kafka „Fünf Freunde“ in Standbilder umsetzen**

Mehrere Standbilder zu dem Text in einer Fünfergruppe umsetzen

→Hinweise: immer klare Übergänge, nicht „überblenden“/nackrücken, nicht Wackeln...

Wenn man in eine Rolle spielt, muss man sich die w-Fragen stellen (Wer, Was, Warum, Wie etc)

**Steckbriefe:** Jeder sucht sich eine Postkarte aus. Auf denen sind Gemälde/Kunstdrucke mit je 1-3 Personen zu sehen.

- Pause -

13:30 Uhr

## **Fortsetzung Steckbrief (20 Minuten Zeit)**

Zu einer darauf abgebildeten Person einen Steckbrief verfassen (Alter, Vorlieben, Schatten- und Lichtseiten, 1-2 prägende Erlebnisse, Herkunft, Träume Wünsche, Abneigungen etc.), damit man sich eine Vorstellung von der Person machen kann. Nur für einen selber.

## **1-2-3-Spiel**

Man stehe sich Paarweise gegenüber. Person A sagt „1“, Person B „2“, dann A „3“ und B fängt wieder bei „1“ an.

- „1“ wird durch einen Klatscher ersetzt
- „3“ wird zusätzlich durch ein „hossa“ ersetzt
- Tempo steigern

## **Szenische Gruppenarbeit (mit Steckbriefen)**

Per Losverfahren (Karten mit Nummern) in Gruppen zu dritt/viert zusammenfinden. Man zieht als Gruppe einen Begriff (zB Einsamkeit, Wut, Lust, Liebe) und entwickelt dann daraus gemeinsam eine Szene. Jede/r spielt dabei die Person von seinem Steckbrief.

→Allg. Hinweis: Requisiten, die auf der Bühne sind müssen auch immer bespielt werden. Kostüme sollen unterstützen - Immer hin fühlen, was unterstützend und passend ist.

16:00 Uhr

Schlussrunde. Anni und Niklas wurden als Gruppenvertreter gewählt.

Literatur

Norma Köhler: Biographische Theaterarbeit zwischen kollektiver und individueller Darstellung. Ein theaterpädagogisches Modell, 2009.

Maike Plath: Biografisches Theater in der Schule. Mit jugendlichen inszenieren. Darstellendes Spiel in der Sekundarstufe, 2009.

Dies.: „Als ich einmal sehr glücklich war ...“ – Schreibwerkstatt: Vom biografischen Text zum Theaterstück, 2014

Konstantin Sergejewitsch Stanislawski: Mein Leben in der Kunst

Orga

Passwort für LAG Seite Intern: Asnieres

Dort finden sich:

- Teilnehmerliste für Jugendgruppen
- Kinderspiele
- Versicherungsschutz
- Theater mit Kindern: Literatur
- Logo LAG u.ä.
- im Gesamten Sachen, die man braucht, wenn man Seminare macht
- Adressenliste
- Spanien: actors-space.org
- Versicherung abschließen, um mit Kindern zu arbeiten: Interner Bereich von LAG: Angebotsunterlagen Topschutz, wichtig ist Haftpflicht, am besten bei der Haftpflicht abklären, ob diese greift im Beruf als Selbstständiger