

„Körper und Bewegung“

2. Fachforum der zertifizierten KulturSchulen
14.-16. Mai 2012 Weilburg

Dokumentation



WS 1	Theaterpädagogik im Naturwissenschaftlichen Unterricht	S. 2 - 10
WS 2	WortSport, die bewegten Worte der Slam Poetry	S. 11 - 16
WS 3	Tanztheater, Improvisation und Choreographie	S. 17 - 21
WS 4	Körper und Bewegung in der Kunst	S. 21 - 30

Weitere Fotos der Tagung finden Sie zum Download in der Dropbox - Einladung in Ihrer Mailbox!



Workshop 1:

Theaterpädagogik im Naturwissenschaftlichen Unterricht

Leitung und Dokumentation: Otto Seitz

Montag, 14.05.2012

1. Vorstellungsrunde (Name, Schule, Fächer, Erfahrungen mit ästhetischen Methoden im naturwissenschaftlichen Unterricht, Wünsche an die Fortbildung) – Jeweils die nächste in der Reihe, stellt zunächst die wesentlichen Aussagen der VorrednerIn nochmals vor. Dann folgt die eigene Vorstellung.
2. Namensspiel: Jedes nennt seinen Vornamen, fügt eine Eigenschaft hinzu, die mit dem gleichen Buchstaben wie der Vorname beginnt und unterstreicht dies mit einer Körpergeste (Beispiel: Otto ist o.k. Dabei streckt er die zur Faust geballte Hand mit Daumen nach oben). Die nächste in der Reihe wiederholt Name, Eigenschaft und Geste und fügt dann den eigenen Namen mit Eigenschaft und Geste hinzu. Wie beim Spiel „Kofferpacken, werden immer weitere Namen und Gesten wiederholt, bis die ganze Gruppe alle Namen kennt.

Warming up zur Lockerung und Wahrnehmung

3. **Gehen im Raum:** Den heutigen Tag vom Aufwachen bis zur Ankunft vor dem inneren Auge vorbeiziehen lassen. Dabei werten: Was war angenehm, was hat mich gestört. Negatives durch ein langes Ausatmen „wegatmen“, positive Erlebnisse mit frischem Einatmen verstärken.
4. **Den Raum wahrnehmen:** Beim Gehen durch den Raum sollen mit kriminalistischem Blick Farben, Formen und Gegenstände im Raum wahrgenommen werden. Auf ein Zeichen (Klatscher) bleiben alle stehen und schließen die Augen. Der Spielleiter (SL) fragt Einzelne aus der Gruppe nach Form, Anzahl und Farben vom Boden, der Decke, der Türen, Beleuchtung und die Befragten beschreiben, bei geschlossenen Augen, was sie gesehen haben. Erst dann öffnen alle wieder die Augen und überprüfen die Angaben zum Raum.
5. Bei einer weiteren Wahrnehmungsübung versucht die Gruppe, sich einzelne Gegenstände, geschriebene Texte oder Bilder im Raum einzuprägen. Der SL klatscht, alle bleiben stehen und schließen die Augen. Dann bittet der SL die Gruppe mit der rechten Hand z.B. auf den Feuerlöscher und mit der linken auf den Beamer zu zeigen. Alle halten die Hände gestreckt, öffnen die Augen und können gleich überprüfen, ob sie die Richtung korrekt angezeigt haben. Diese Übung wird mehrfach wiederholt, der Schwierigkeitsgrad wird erhöht, und dadurch wird die Wahrnehmung trainiert und verbessert.
6. **Personen im Raum wahrnehmen:** Alle bewegen sich im Raum und zwar mit der Vorgabe, dass der Raum wie eine große Eisscholle im Wasser schwimmt und alle darauf achten, dass die Eisscholle im Gleichgewicht bleibt. So werden offene Räume gleich wieder belegt und es wird vermieden, dass die Gruppe (Schülergruppen neigen sehr dazu) sich in einem Teil des Raumes zusammendrängt. Gleichzeitig ist die Aufgabe beim Gehen auch die Position aller andern Gruppenmitglieder ständig zu registrieren. Auf ein Stopp des SL, bleiben alle stehen und

schließen die Augen. Der SL nennt die Namen zweier Gruppenmitglieder und alle zeigen mit geschlossenen Augen auf die genannten Personen. Dann werden die Augen geöffnet und die Entscheidungen können direkt überprüft werden.

7. **Veränderungen im Raum herbeiführen und rückgängig machen:** Die ganze Gruppe hat 2- 3 Minuten Zeit den Raum im Originalzustand wahrzunehmen. Dann verlässt die halbe Gruppe den Raum und die Personen im Raum führen jeweils eine Veränderung durch (Licht einschalten, einen Stuhl verrücken, Fenstergriff öffnen,).
Dann kommt die Gruppe, die außen gewartet hat, zurück in den Raum und hat 2 Minuten Zeit ohne zu reden, die Veränderungen im Raum zu registrieren. Nach den 2 Minuten fragt der SL, wer Veränderungen wahrgenommen hat. Einzeln gehen die aufgerufenen Personen an das Objekt und bringen es wieder in den „Originalzustand“. Wenn es richtig war, klatschen die Anwesenden. Wenn Veränderungen nicht erkannt werden, bringt die Person, die den Gegenstand verändert hat, ihn wieder in den Originalzustand. Wichtig ist, vor allem bei der Arbeit mit Schülern, dass der ganze Vorgang ohne zu reden stattfindet, weil dadurch die nötige Konzentration erreicht wird. Dann wechseln die Gruppen.
8. **Veränderungen bei einer Gruppe von Menschen wahrnehmen:** Ein Gruppe von 6- 8 Personen baut sich wie in einem Schaufenster (klar abgegrenzter Bühnenraum) in ein Gruppenbild. Blicke und Abstände müssen exakt ausgerichtet sein und die Körperhaltungen so sein, dass sie einige Minuten ohne Veränderungen gehalten werden können. Die Beobachtungsgruppe schaut sich dieses Gruppenbild zwei Minuten an und verlässt dann den Raum. Anschließend werden im Gruppenbild 6 – 8 Veränderungen vorgenommen (Blickrichtung, Abstand zwischen den Figuren, Requisiten wie Uhr, Ring, Kleidungsstück werden abgenommen oder vertauscht). Dann kommen von der Gruppe, die den Raum verlassen hat, jeweils 2 Personen zurück. Diese haben zwei Minuten Zeit, die Veränderungen zu benennen. Erst wenn alle Zweiergruppen ihre Veränderungen genannt haben, werden von den Personen im Schaufenster Zug um Zug die Veränderungen wieder rückgängig gemacht und somit wird für alle klar, ob die genannten Vermuten richtig waren. Dann Wechsel der Schaufenster- und der Beobachtungsgruppe.
9. **Kopieren:** Die halbe Gruppe verlässt den Raum. Die andere Hälfte bleibt als Beobachtungsgruppe im Raum. Eine Person setzt sich in angenehmer Haltung auf einen Stuhl. Dann kommt ein Person von außen in den Raum und prägt sich die Haltung der Person auf dem Stuhl ein. Wenn diese klatscht, verlässt die Person auf dem Stuhl ihren Platz und die zweite Person setzt sich in der gleichen Haltung auf den Stuhl, wie die erste Person gesessen hat. Dann kommt eine dritte Person und der Vorgang wiederholt sich bis alle Personen, die Haltungen auf dem Stuhl kopiert haben. Die letzte Person aus dieser Reihe bleibt auf dem Stuhl sitzen und die erste Person setzt auf einen gleichen Stuhl in der Ausgangsposition daneben. Die Beobachtungsgruppe benennt Veränderungen, die sich im Laufe des „Kopiervorgangs“ vollzogen haben. Dann wechselt Beobachtungs- und Spielgruppe.

Theaterpädagogisches Handwerkszeug: Wie kommt man zur Theaterfigur?

10. **Atmosphären im Theater:** Alle gehen durch den Raum. Der SL kündigt an, dass eine Wolke in den Raum zieht und alle Personen in Menschen verwandelt, die schüchtern und neugierig sind. Alle bewegen sich in dieser Haltung und Emotion durch den Raum. Auch im Freeze soll die Emotion gehalten werden. – Die Wolke zieht hinaus und alle können kurz entspannen, da kommt eine neue Wolke: misstrauisch und alle verwandeln sich in misstrauische Menschen. Weitere Wolken wären: cool, nervös, verliebt.
11. **Führungszentrum: Spiel:** Jemanden an der Nase herumführen. Eine Person hält ihren Zeigefinger etwa 50cm entfernt von der Nase der Partnerin und diese folgt, den Abstand haltend, dem

Finger durch den Raum. Wer führt hat die Verantwortung, dass die Geführte nirgends anstößt. Nicht langweilig werden: Das Tempo, die Bewegungsformen (weiche oder eckige) und die Raumebenen laufend ändern. Dann Wechsel!

12. Weitere Formen des Führungszentrums werden erprobt. Die Vorstellung hilft, ein Marionettenfaden zieht die eigene Person durch den Raum. Der Marionettenfaden ist z.B. am Kinn, am Brustbein, am Bauchnabel, an den Knien befestigt und die Personen bewegen sich mit diesem Führungszentrum durch den Raum.
13. **Gangarten:** Auf den Außenkanten, den Innenkanten, auf den Fersen laufen und jeweils Bilder im Kopf entstehen lassen, welche Art von Menschen oder Tieren sich so bewegen.
14. **Körperschwerpunkte:** Die Gruppe bewegt sich durch den Raum entsprechend der vier Elemente: Erde (Vorstellung, ein Baum geht auf Wanderschaft), Luft (Vorstellung, jedes hat ein großes Heliumkissen um den Hals), Wasser (Vorstellung, man wird zu Wasser, kleiner Bach, Fluss, großer Strom, Meer), Feuer (Vorstellung: Gruppe bildet den Krater eines Vulkans und wird nach dem Ausbruch zu glühender Lava).

Spiele für Phantasie und Kreativität

15. **Das Baumspiel:** Gruppe steht im Kreis. Eine Person geht in die Mitte und sagt: „Ich bin ein Baum“ und gleichzeitig nimmt sie die entsprechende Körperhaltung ein. Ein weitere Person sagt: „Ich bin eine Wurzel“ sie baut sich dazu. Dann sagt eine dritte: „Ich bin ein Apfel“ und stellt den Apfel am Baum mit dem eigenen Körper dar. Wenn drei Personen auf der Bühne sind, wiederholen sie in der Reihenfolge ihres Auftritts dreimal ihre Sätze. Der Spielleiter gibt Vorgaben: müde, lustig, ängstlich, erotisch, Dann wählt die Person, die zuerst aufgetreten ist, die Person oder Sache aus, die ihr gefällt. Eine Figur bleibt zurück, sie wiederholt laut ihren Satz: z.B. „Ich bin die Wurzel“ und das Spiel beginnt wieder. Das Baumspiel lässt sich auch thematisch im naturwissenschaftlichen Unterricht einsetzen. Dann beginnt die erste Person: „Ich bin ein Zellkern“, oder „ich bin Energie“.
16. **Alle stehen im Kreis:** Mein rechter, rechter Platz ist leer, da wünsch ich mir (Namen) z.B. Heiko her. Heiko: „Als was soll ich kommen? Jetzt werden nur Begriffe aus den Naturwissenschaften zugelassen – z.B. als Elektron, als DNA, als Hormon, als Brennstab, Die gerufene Person bewegt sich z.B. als Hormon auf den leeren Platz und die Person rechts vom leeren Platz setzt das Spiel fort.

17. Eine Theatermaschine

Ein dynamisches Denkmal: Eine Gruppe von 6 – 8 Personen stellt sich nebeneinander in einen Bühnenraum, der andere Teil der Gruppe ist Zuschauer. Jetzt tritt eine Person nach der andern etwa einen Meter vor die Gruppe und macht eine Bewegung und einen Ton, Satz und es entsteht sukzessive eine Maschine mit unterschiedlichen Bewegungen, Sätzen und Rhythmen. Wie bei einer Maschine werden die Bewegungen und Sätze mechanisch, stereotyp wiederholt. Der Spielleiter kann Vorgaben geben wie z.B.: Baut eine zärtliche, eine wütende, eine deutsche oder eine chinesische Maschine. Wenn die Maschine läuft, kann er sie durch unterschiedliche Befehle steuern wie z.B. schneller, langsamer, müde, hat kein Öl, explodiert oder schläft ein.

Übungen zur Entspannung, Sensibilisierung und Aktivierung

18. **Autogenes Training:** Alle liegen mit geschlossenen Augen auf dem Boden/Wolldecke. SL: „Es atmet mich, Ich bin ganz ruhig, Körper schwer und warm, Atmung geht ganz ruhig, Körper fest.“ Dann dehnen und recken und danach nochmals entspannt mit geschlossenen Augen liegen bleiben. Eine Musik weckt alle auf und sie richten sich mit geschlossenen Augen auf und gehen vorsichtig, blind durch den Raum. Phase 1: antimagnetisch: möglichst niemand berühren.

Phase 2: magnetisch: Wer jetzt jemanden berührt, haftet an der Stelle und bewegt sich mit der andern Person weiter durch den Raum. Wenn die ganze Gruppe zusammen ist, bleibt sie in der Mitte des Raumes stehen und hört noch eine Weile der Musik zu und spürt dabei den eigenen Atem und den Atem der Nachbarn.

19. **Spiel „Ja, das wollen wir“:** Die ganze Gruppe geht durch den Raum. Ein Mitglied der Gruppe ruft: „Wir wollen Eis mit Sahne“. Alle antworten mit Begeisterung: „Ja, das wollen wir.“ Dann ruft eine andere Person einen Wunsch und die Gruppe antwortet in gleicher Weise.
20. **Schrei-Fangen:** Alle laufen im Raum herum. Die Person, die fängt, schreit so laut sie kann. Die Weglaufenden sollen nicht schreien. Wenn der Fänger eine Person berührt hat, beginnt diese Person so laut zu schreien, wie sie kann, und sie soll so lange schreien, bis sie eine andere Person berührt hat.

Szenisches Spiel zur Elektrik in zwei Gruppen

21. **Was sie schon immer über Elektrik wissen wollten.** Zwei Teilgruppen versuchen das Thema Elektrik als szenisches Spiel zu erarbeiten. Dabei sollen die Methoden und das Handwerkszeug der Theaterpädagogik genutzt werden. Anschließend präsentieren sie ihr szenisches Modell der andern Gruppe. Dann folgt die kritische Reflexion des Gesehenen: Was hat die Gruppe gesehen? Was war stimmig in den Modell? Wo gibt es Fehler, Ungenauigkeiten bei der Darstellung? Gibt es Ideen zur Verbesserung des Modells? Anschließend verbessern die Teilgruppen ihre szenische Darstellung von Elektrik und präsentieren und reflektieren die verbesserten Modelle. Möglicherweise kann sich auch eine Synthese der beiden Modell ergeben, wie bei der Gruppenarbeit am Abend.

Entwicklung von szenischen Modellen in Kleingruppen aus der eigenen Unterrichtstätigkeit im naturwissenschaftlichen Unterricht.

1. Der Blutzucker-Spiegel (Zusammenfassung Martina Pflume)
2. Die Kommunikation der Nervenzelle (Zusammenfassung Roland Rabin)

1. Der Blutzucker-Spiegel

Mitspieler

- Mensch,
- Bauchspeicheldrüse, mit je einem Vorrat an Insulin (rote Papierkugeln) und Glukagon (grüne Papierkugeln)
- Leber mit Sitzplätzen für Glucose-Moleküle, die vorübergehend in Form von Glykogen gespeichert werden.
- Glucose-Moleküle im Blut-Kreislauf

Aktionen:

- Der Mensch tut etwas, was den Blutzuckerspiegel beeinflusst: z.B. isst Süßes oder treibt Sport oder
- Die Bauchspeicheldrüse stellt den Istwert fest und vergleicht ihn mit dem Sollwert (in unserem Beispiel 2 Glucose-Moleküle).
Ist der Wert zu hoch, gibt sie eine Meldung in Form von Insulin ab.
(Wirft eine rote Kugel zur Leber)
Ist der Wert zu niedrig, gibt sie eine Meldung in Form von Glukagon ab.
(Wirft eine grüne Kugel zur Leber)

- Wenn die Leber Insulin bekommt, speichert sie Glucose in Form von Glykogen. (Setzt ein Glucose-Molekül auf einen ihrer Stühle. Die Glucose-Moleküle sollten sich aneinander festhalten.)
→ Der Zuckergehalt im Blut sinkt.
Wenn die Leber Glukagon bekommt, setzt sie Glucose aus dem Glykogen-Speicher frei. (Schickt ein Glucose-Molekül von einem ihrer Stühle in den Kreislauf.)
→ Der Zuckergehalt im Blut steigt.

2. Die Kommunikation zwischen den Zellen

... eine etwas herzlose Verknüpfung von Kopf und Hand

Wir Naturwissenschaftler haben anlässlich des Fachforums „Körper und Bewegung“ einen sehr einfachen Vorgang gezeigt, der auch noch sehr sehr schnell abläuft (ca. 120 m/s, d.h. mit einer Geschwindigkeit von wenigstens 430 km/h).

Das Gehirn (als Chef des Nervensystems) teilt z.B. einem Muskel mit, dass er sich gefälligst bewegen soll, und zwar sofort und nur einmal. Der Muskel entspricht dem Wunsch ohne Diskussion. Problematisch ist nur, wenn von außen (z.B. durch einen Anästhesisten) eingegriffen wird. Dann ist der Chef dieses Körpers offensichtlich machtlos.

In der Realität steckt hinter dieser einfachen Geschichte eine Vielzahl hochkomplexer Vorgänge, die zunächst unglaublich erscheinen. Nur, wer schon durch mehrere Jahre naturwissenschaftlichen Unterricht geprägt worden ist, kann sich auf folgende dramatisch anmutende Kaskade von Einzelgeschichten einlassen.

Und nun im Einzelnen:

Das Gehirn schickt mit Hilfe von vielen Nervenzellen eine Botschaft verlustfrei an den weit entfernten Muskel. Wie funktioniert das?

Die winzige Nervenzelle besteht aus vielen Einzelbezirken, in denen sich aufgrund des Befehls eine Spannung aufbaut. Nur wenn dieser kleine elektrische Impuls groß genug ist, bildet sich nach dem „Alles-oder-Nichts-Gesetz“ ein Aktionspotenzial aus, das nun als Reiz auf seine Umgebung wirkt. In der Umgebung bauen sich neue Aktionspotenziale und letztendlich wird so der Reiz (Befehl) weitergeleitet.

Eine Person spielt den kleinen elektrischen Impuls, der nun vom Gehirn gesteuert zu einem Reiz weiterleitenden Aktionspotenzial wird und nun einen Schuhkarton mit der Aufschrift „Alles oder Nichts“ überspringt.

Am Ende einer Nervenzelle werden durch diesen Reiz synaptische Bläschen dazu gebracht, ihre Inhaltsstoffe (Transmitter) nach außen in den Zwischenraum (synaptischer Spalt) zur nächsten Zelle abzugeben. Ein typischer Transmitter ist das Acetylcholin.

Eine Person (zunächst unter einem Tuch versteckt) springt auf und schleudert Pappmodelle (Transmitter) in einen mit zwei Stuhlreihen (präsynaptische bzw. postsynaptische Membran) dargestellten Spalt.

Nun müssen diese Transmitterstoffe aufgrund von temperaturabhängiger Eigenbewegung (Diffusion) den Zwischenraum bis zur nächsten Zelle hin überwinden. Dort docken die Transmitter an spezielle Rezeptormoleküle an.

Die Diffusion wird durch eine Person dargestellt, die nun die Pappmodelle auf Stühle legt, die als Rezeptoren dienen.

Die „besetzten“ Rezeptormoleküle an der nächsten Zelle wirken nun als ihrerseits als Reiz und lösen neue Aktionspotenziale (Endplattenpotenzial) aus.

An jedem Rezeptor sitzt eine Person mit einem langen Besenstiel. Die Reizweiterleitung in der Muskelfaser wird durch die Besenstiele signalisiert. Der Muskel wird durch eine Person dargestellt, die nun von den Besenstielen angestoßen, Bewegungen durchführt.

Die postsynaptischen Aktionspotenziale bewirken ein Zusammenziehen des Muskels.

Damit der Muskel den einmaligen Befehl des Gehirns auch nur einmal durchführt und später für weitere Befehle wieder zur Verfügung steht, müssen die Transmitterstoffe wieder aus dem Verkehr gezogen werden. Dies wird im Fall des Transmitters Acetylcholin durch ein Enzym (Cholinesterase) bewirkt, das diesen Transmitter sehr schnell aufspaltet in Acetat und Cholin.

Eine Person entfernt die Transmitter von den Rezeptoren, zerlegt die Pappmodelle und bringt die Bruchstücke zum synaptischen Bläschen zurück.

Nun kann der gesamte Vorgang wieder von vorne beginnen. Das Gehirn löst ein Aktionspotenzial aus, das synaptische Bläschen entleert sich, der Transmitter dockt an die Rezeptoren an und der Muskel bewegt sich.

Aber ... da ist ja noch das Nervengift.

Herr Doktor Eisenbart (fahrender Arzt) musste früher bei Operationen nicht nur sein ganzes Besteck auf die Reise mitnehmen, sondern auch eine Gaukler- und Musiktruppe, die mit ihrem Lärm die Schmerzensschreie der Patienten übertönen sollten.

Heute gibt es die hohe Kunst der Anästhesie:

Durch Zugabe von transmitterähnlichen Stoffen können die Rezeptormoleküle dauerhaft oder über längere Zeit blockiert werden.

Eine Person schleicht sich in den synaptischen Spalt und legt sein Gift (Pappmodelle) auf die Rezeptoren.

Nun können sich auch weiter durch einen erneuten Befehl des Gehirns Aktionspotenziale bilden, das synaptische Bläschen seinen Transmitter ausschütten, aber durch die Blockade der Rezeptoren entsteht an der postsynaptischen Membran kein Endplattenpotenzial mehr und der Muskel kann nicht arbeiten.

Dieser Umstand wird leider auch bei der Giftgasherstellung skrupellos genutzt.

PS: Die hinter diesem einfachen Vorgang steckende Realität ist in Wirklichkeit noch viel komplexer (sagt der Verstand – die Sinne haben schon längst abgeschaltet).

Dienstag, 15.05.2012

Warming up mit Schwerpunkt Konzentration und Gruppenverantwortung

1. Stehen im Kreis, Augen schließen, Gedanken wie Wolken vorbeiziehen lassen, Geräusche und Gerüche im Raum wahrnehmen. Dann sich erinnern, wer steht rechts und links neben mir im Kreis, wer steht gegenüber.
2. Augen öffnen und jede Person im Kreis mit kurzem Blickkontakt begrüßen. SL sagt zu einer Person im Kreis ihren Namen und einen besonderen Wunsch für den Tag. Diese Person nimmt den Wunsch und die Grüße mit dem „ganzen Körper“ auf und gibt dann einen persönlichen Gruß und Wunsch an eine andere Person im Kreis weiter.
3. **Gehen im Raum:** Alle gehen mit der Vorstellung, dass der Boden wie eine Eisscholle im Gleichgewicht bleiben soll. Alle achten darauf, dass keine leeren Räume entstehen. „Stopp and Go“ – Übungen. Alle gehen, auf ein „Stopp“ des SL bleiben alle stehen. Auf ein „Go“ des SL gehen alle los.
Variation 1: Es gibt keine Ansagen. Wenn ein Mitglied der Gruppe geht, gehen alle. Wenn eine Person stehen bleibt, bleiben alle stehen. Es wird die Aufmerksamkeit für die ganze Gruppe trainiert.
Variation 2: Nur eine Person geht. Wenn diese stehenbleibt, geht eine andere los. Die anderen stehen, und folgen dem Gehenden mit ihren Blicken.
Variation 3: Es gehen immer zwei Personen. Die anderen warten und sind mit dem Focus bei den beiden Gehenden.
Variation 4: Der Gehende wird durch einen anderen unterbrochen (dazu spricht er einen kurzen Satz wie z.B.: „Halt, ich bin dran“ und geht los und der 1. muss sofort stehen bleiben.
4. **Monsterspiel:** Ein „Monster“ steht, die Gruppe sitzt auf Stühlen, ein Stuhl ist frei. Das Monster versucht mit langsamen Schritten und immer im gleichen Tempo einen freien Stuhl zu erreichen. Die Gruppe darf so schnell wie möglich reagieren und versucht, durch schnelles Aufstehen und Stuhlwechseln dies zu verhindern. Die Sitzenden haben die Hände am Stuhl. Wer sie löst oder beginnt aufzustehen, muss aufstehen und den Stuhl wechseln. Ziel des Spiels ist es, Panik zu vermeiden und zu erfahren, dass die ganze Gruppe Verantwortung übernehmen muss. Erschwernis: 2 Monster, 2 Stühle frei.
5. **Kipp-Spiel:** Die ganze Gruppe steht im Kreis und alle halten je einen Stuhl in Kippposition vor sich. Auf ein Kommando des SL „rechts“ bewegt sich die ganze Gruppe nach rechts und alle lassen den eigenen Stuhl los und versuchen den Stuhl rechts von ihnen zu fassen, ohne dass ein Stuhl zu Boden fällt. Wenn das klappt, gibt es keine Kommandos mehr. Die Gruppe bewegt sich nach rechts oder links und es darf kein Stuhl zu Boden fallen.
6. **Klatschkreis:** Im Kreis wird ein Klatscher schnell weitergegeben. Erst Klatscher annehmen und dann an den Nachbar weitergeben. Tempo immer weiter erhöhen. Variationen: Richtungswechsel: Klatscher zurückgeben oder Klatscher an eine Person im Kreis gegenüber weitergeben.
7. **Denkmalimprovisation zum Thema Gentechnik:** Es werden zwei Kleingruppen gebildet G (Grüne Gentechnik) und R (Rote Gentechnik). Die Mitglieder der Gruppen erhalten jeweils Nummern von 1-6. Eine Gruppe geht auf die Bühne, die andere schaut zu. Die Gruppe G hat die Aufgabe in der Impro ihre Haltung zu genveränderten Nahrungsmitteln spontan darzustellen. Der SL ruft Nr. 1 und die Person mit der Nr. 1 läuft einige Meter Richtung Zuschauer und baut dort ein Körperbild zum Thema auf und geht in ein Freeze. Dann wird Nr. 2 aufgerufen, sie sieht kurz das Körperbild von Nr. 1 und baut sich dazu. Dann folgen die anderen Darsteller bis alle 6 Personen sich zu einem 1. Denkmal gebaut haben. Dann startet nur die Nr. 2 aus dem gerade gebauten Denkmal und baut an anderer Stelle ein eigenes

Körperbild zu genveränderten Nahrungsmitteln. Dann folgen sukzessive die Nummern 3, 4, 5, 6, und 1 und es entsteht ein 2. Denkmal. Nach diesem Spielprinzip entstehen 6 unterschiedliche Denkmale zum Thema der Grünen Gentechnik und man kann die unterschiedlichen Standbilder reflektieren. Eine Variation ist, dass die Figuren im Denkmal ihre Haltung zur Gentechnik in kurzen Sätzen verbal äußern oder die Zuschauer sich hinter die Figuren im Denkmal stellen und das Denkmal von außen kommentieren. Die andere Teilgruppe baut nach dem gleichen Spielprinzip Denkmale zu der Ausgangsfrage: Darf man Leiden zulassen, wenn die Wissenschaft Möglichkeiten zur Hilfe anbietet (z.B. bei Muskoviszidose).

8. Zur Vorbereitung auf die Einfühlung in Rollen zum Thema Gentechnik wurde auf einer Laborbühne (9 Punkte im Bühnenraum) das **Zug um Zug Prinzip** trainiert. Zwei Personen gehen Zug um Zug auf einen freien, der neun Punkte. Sie ziehen abwechselnd und die andere Person darf erst dann losgehen, wenn die erste ihren Gang, ihre Aktion beendet hat, also einen neuen Punkt erreicht hat. Man zieht immer abwechselnd wie beim Schach. Im Kopf sollen dabei die folgenden Überlegungen ablaufen: Beobachten (was macht der Partner), Beurteilen des Tuns (er mag mich, er verfolgt mich) und dann erst die Reaktion (der eigene Gang). Kurz gesagt heißt diese Methode: BBR: Beobachten - Beurteilen – Reagieren. Diese Übung haben wir zunächst ohne Vorgaben gespielt. Zwei Personen bewegten sich auf der Laborbühne. Und dennoch entstand bei den Zuschauern eine Geschichte, wie wir bei der Rückmeldung erfuhren. Ebenso werden nach dem Spiel auch die beiden Darsteller befragt, wie sie sich in der Spielaktion gefühlt haben. Das Außenbild der Zuschauer kann sehr unterschiedlich sein zur Innenwahrnehmung der Darsteller. Dann gab der SL Vorgaben: 1. Ein Person möchte die andere kennenlernen, die andere möchte niemand kennenlernen. 2. Beide wollen sich kennenlernen, aber eine Person ist schüchtern. 3. Eine Dreiergruppe: Chef, Angestellter und Arbeiter, als eine hierarchische Situation. Jeweils wurde beim Feedback die Außenwahrnehmung der Zuschauenden und die Innenwahrnehmung der Darsteller benannt. Es geht bei dieser Übung um den sog. „Subtext“ eines Darstellers, sein persönliches Verhältnis zur Situation oder zum Rollentext.
9. Es wurden zwei Arbeitsgruppen gebildet, die sich an Hand des „**Spielkonzeptes zur Gentechnik**“ mit der Grünen und mit der Roten Gentechnik beschäftigt haben. Sie haben sich fachlich in das Thema eingearbeitet, haben Rollenkarten zu den einzelnen Personen geschrieben und sich auf das Rolleninterview vorbereitet.
10. **Rolleninterview mit den Rollenfiguren aus der Gentechnik.**

Die einzelnen Rollenfiguren traten einzeln hinter einem Vorhang hervor und stellten sich auf der Bühne in ihrer Rollenfigur Name, Alter Beruf, Funktion,vor. Jede Rollenfigur hatte ein typisches Requisit dabei zur Kennzeichnung ihrer Figur und als Rollenschutz. Der Rollenschutz durch ein Kostüm oder Requisit ist wichtig, dass man nicht Person und Rolle verwechselt. Beim Rolleninterview vertritt die Rollenfigur die Meinung der Rollenfigur, ihre Privatmeinung kann davon völlig abweichen. Nach dem Rolleninterview sollte die Rollenfigur durch eine klare Aktion ihre Rollenkennezeichen ablegen, sich „ent-rollen“ und dann ist sie wieder Privatperson. Die Zuschauer beim Rolleninterview stellen zunächst Verständnisfragen, können aber auch Fragen zum Alltag oder Freizeitverhalten stellen. Zunehmend sollten sie versuchen auch Widersprüche in der Argumentationskette kenntlich zu machen. Sie können auch in der Form des Rollenanwalts agieren, indem sie die Rollenfigur auf der Bühne als Person und in der Sache angreifen. Die Figur auf der Bühne antwortet aus ihrer Rollenfigur, sie muss häufig in der Spielsituation Antworten spontan erfinden, aber sie kann aber auch Fragen, die sie als unpassend für ihre Figur erlebt, zurückweisen. Gerade darin liegt die Kraft und Intensität des Rolleninterviews, dass die Antworten im Moment des Spiels auf der Bühne entstehen und keine auswendig gelernten Argumentationsketten sind.

Mittwoch 16.05.2012

1. **Training:** Gehen und lockern, aktiv ausatmen, Klopfmassage: Jedes entwickelt Körperbilder zur momentanen eigenen Stimmung, entscheidet sich dann für ein Körperbild und findet einen passenden Satz und eine passende Bewegung dazu. Nacheinander zeigen alle den andern, dreimal steigernd, ihre Körperbilder mit Bewegung und Satz.
Gefühlszustände zur eigenen Sensibilisierung und Selbstinszenierung:
Nr. 1: völlig fertig, ausgebrannt
Nr. 2: müde erschöpft
Nr. 3: gelöst, locker, entspannt
Nr. 4: gespannt, gereizt, genervt
Nr. 5: wütend, extrem erregt
2. **Kreisspiel**, um die Spielangst zu vertreiben und die Spiellust zu fördern:
Jedes stellt sich mit Namen und in der Haltung der Rollenfigur vor: „Ich heiße und spiele z.B. den Muskelmann“. Die Gruppe imitiert die Haltung wiederholt dreimal steigernd: „Du bistNN und spielst den Muskelmann“.
3. Anschließend Endproben an der Präsentation der Nervenzelle in zehnmillionenfacher Vergrößerung

Literatur:

Augusto Boal, Theater der Unterdrückten, edition Suhrkamp.

Marcel Kunz, Spielraum, Zug, Schweiz, 1989.

Hrsg. Jurke´, Linck, Reiss, Zukunft Schultheater, edition Körper-Stiftung Hamburg 2008.

Gerd Koch u.a., Theatralisierung von Lehr-Lernprozessen, Milow, 1995.

Martin Kramer: Physik als Abenteuer Bd. 1 & 2, Aulis Verlag, 2011, Schule ist Theater, Schneider Verlag Hohengehren, 2008 www.unterricht-als-abenteuer.de.



Workshop 2:

WortSport – Die bewegten Worte der Slam Poetry



Leitung und Dokumentation: Lars Ruppel

Einleitung

Das Modul „WortSport“ vereint Elemente des kreativen Schreibens und des Darstellenden Spiels miteinander. Die Übungen sind auf die Aufführung selbstgeschriebener Gedichte zugeschnitten. Im Fokus steht die praktische Arbeit mit Stimme und Wort. Die Teilnehmer machen alle Übungen mit und tragen ihre Ergebnisse vor. Ziel ist es, die Freude an der Poesie zu wecken und neue Zugänge zu dieser zu schaffen.

Montag, 14.05.2012

Nach einem Kennenlernen und einer Kostprobe von Slam Poetry durch den Referenten wurde die Erwartungshaltung der Teilnehmer geklärt. Der Referent skizzierte den Ablauf des Workshops und gab einen Überblick über die Inhalte.

Der Workshop gliedert sich in drei Teile, die in ihrer Reihenfolge so auch für den Unterricht geeignet sind.

Übungen aus „Schreiben ohne Stift“

Diese Übungen sind ein guter Einstieg in den Unterricht. Sie sind meist spielerischer Natur und werden von allen Teilnehmern gelöst.

1. Das stille Gedicht

Die Teilnehmer sitzen in einem Sitzkreis. Einer flüstert den ersten Satz einer Geschichte in das Ohr seines Nachbarn. Dieser denkt sich den zweiten Satz der Geschichte aus und flüstert ihn in das Ohr seines Nachbarn. So wird reihum eine gemeinsame Geschichte erzählt, von der man selbst immer nur den letzten Satz kannte und den nächsten Satz selbst verfasste.

Die Prinzessin stieg auf ihr Pony und ritt davon.

Sie sah hinauf zum Himmel und sagte: „Was für ein schöner Tag!“

Die Sonne schien, sie dachte an ihren Liebsten und wann sie ihn wiedersehen würde.

Sie verzehrte sich vor Sehnsucht und kaufte einen Kuchen.

Es war ihr Lieblingskuchen: ein großes Stück Schwarzwälder Sahne.

Das aß sie auf mit wehender Fahne.

Zuletzt verschluckte sie die Sahne.

Kurz darauf bekam sie tierische Bauchschmerzen.

Und dann flutschte es aus ihr heraus.

Das Baby kam eine Woche zu früh.

Und es kündigte sich nachts an.

Da stand sie im Nachthemd und war ganz doll erschreckt.

Und dann sagte sie: „OJE!“

und entfloh in die unendlichen Weiten des Weltraums...

2. Ein-Wort-Geschichte

Die Gruppe einigt sich auf das Genre der Einwortgeschichte. Danach wird eine Geschichte erzählt, in dem jeder Teilnehmer der Reihe nach ein Wort sagt. Grammatikalische Fehler sind nicht zu beachten.

3. Ich packe meinen Reim

Ich packe meinen Reim ist angelehnt an das Spiel ich packe meinen Koffer. Der Reihe nach werden Wörter einer Wortkette hinzugefügt, die von jedem Teilnehmer komplett wiederholt werden muss. Dabei muss es sich um Wörter handeln, die sich aufeinander reimen. Es empfiehlt sich, einfach Reimwörter zu benutzen, wie „Bein“ oder „Haus“.

4. Poetischer Spaziergang

Bei einem poetischen Spaziergang finden die Teilnehmer Geschichten, die sich in ihrer Umwelt verbergen. Bekannte Sachverhalte werden verdreht und in neue Zusammenhänge gesetzt. Der poetische Spaziergang ist eine Wahrnehmungsübung, die das Augen für die kommenden Schreibübungen schärfen soll. Ergänzt wird der Spaziergang durch den Vortrag des inhaltlich passenden Gedichtes „Unter der Oberfläche“ von Sebastian 23.



5. Assoziationskettenterror

Zunächst wird geklärt was eine Assoziation ist. Jeder Teilnehmer soll der Reihe seine Assoziation auf die Assoziation seines Nachbarn nennen. Wenn sich die Assoziationskette konstant durch den Raum bewegt, können weitere Assoziationsketten gestartet werden. So entsteht ein spannender Wettlauf mit dem Ziel, dass sich die Assoziationsketten nicht treffen.

Übungen aus „Kleines Schreiben“

Das kleine Schreiben ist nach dem „Schreiben ohne Stift“ ein weiterer Schritt hin zum Schreiben von Langtexten. Sie machen Spaß und helfen bei der Konzentration auf die folgenden Übungen. In erster Linie soll die Freude am Wort geweckt werden.

1. Synonyme-Battle

Zunächst wird geklärt was ein Synonym ist. Danach gibt der Spielleiter ein Wort vor, für das die Teilnehmer 5 Synonyme finden sollen. Wer zuerst 5 Synonyme hat kriegt einen Punkt. Die Synonyme werden vorgelesen und kontrolliert.

2. Indianerweisheit

Es werden auf zwei kleine Zettel ein Gemüse und ein Tier geschrieben. Dann werden die Zettel untereinander getauscht, so dass jeder Teilnehmer am Ende zwei Zettel mit einem neuen Gemüse und einem neuen Tier vor sich liegen hat. Aus diesen zwei Wörtern soll ein Satz im Stile einer Indianerweisheit verfasst werden. Die Aussage des Satzes ist egal, wichtig ist der angemessene Vortrag des Satzes.

3. Wie geht es dir?

Bei dieser Übung ist es wichtig ein Beispiel für eine poetische Antwort auf die alltägliche Frage „Wie geht's dir“ zu geben. Etwa: „Mir geht es unwohl. Unwohl wie ein einzelner Regentropfen der sich versehentlich aus einer Wolke gelöst hat und auf seinem Weg in den wartenden Sommer von allen beobachtet wird“. Die Übung wird nach einer Schreibzeit von 10 Minuten als Dialog vorgetragen: „Wie geht's dir?“. „Unwohl“. „Wie unwohl?“. „So unwohl wie ein einzelner..“.

4. Wort erfinden

Jeder Teilnehmer setzt ein aus drei oder vier beliebigen Silben ein Wort zusammen. Danach soll er aufschreiben, was dieses Wort bedeutet.

Übungen aus „Mittleres Schreiben“

Das „Mittlere Schreiben“ beinhaltet Übungen für längere Texte, die aber meist nicht für den öffentlichen Vortrag geeignet sind.

1. Poetisieren

Zunächst werden Beschreibungen für die Sprache der Poeten der Klassik gesucht. Es fallen Begriffe wie „übertrieben“, „geschwollen“, „verschnörkelt“. An einfachen Beispielen überlegen die Teilnehmer, wie einfache Wörter in diese Sprache übersetzt werden könnten. Aus „Kaffee“ wird „schwarzes Tränengebräu der Götter des Morgens“. Aus „Zähneputzen“ wird „Entschmutzen der elfenbeinigen Kauwerkzeuge“. Nun sollen die Teilnehmer in 15 Minuten einen Text schreiben, in dem sie einen alltäglichen Gegenstand oder Vorgang so weit verpoetisieren, dass er kaum mehr als solcher zu erkennen ist. Die Teilnehmer raten nach dem Textvortrag gemeinsam, um was es sich dabei handeln könnte.

2. Der Geheimbund

Der Referent denkt sich eine Geschichte über einen geheimen Geheimbund aus, dem die Teilnehmer angehören. Die Geschichte, die sie schreiben sollen, beginnt mit dem Erhalt einer Geheimbotschaft. Diese Geheimbotschaft muss in ein Geheimplager gebracht werden. Doch auf dem Weg dorthin werden sie von Jah-Jahs verfolgt und angegriffen. Jah-Jahs sind Fantasiefiguren, die jede Form annehmen können. Die Geschichte endet immer mit der Weitergabe der Geheimbotschaft an den nächsten Agenten, den er mit der Frage nach der Uhrzeit und dessen Gegenfrage nach der Farbe des Himmels identifiziert.

So können die Geschichten am Ende miteinander verknüpft werden. Die Teilnehmer sollen abwechslungsreich und spannend schreiben. Die Gestalt und die Eigenheiten der Jah-Jahs können von jedem selbst verfasst werden.

Jah Jahs verfolgen einen Agenten

Nachdem mein Geheimbundbruder, von Messereinstichen übersät, von frischem Schorf ansetzenden blutenden Wunden gezeichnet, mich mit ersterbendem Blick flehentlich, oder interpretiere ich das nur in der Kürze der Zeit, angeschaut hatte, entnahm ich seiner zunehmend kraftlos werdenden rechten Hand die so überaus wichtige, ja überlebenswichtige Geheimbotschaft, die allein den Fortbestand unserer Bruderschaft zu sichern in der Lage war. Vor seinem Ableben hatte er die richtige Frage nach der Uhrzeit gestellt, ich wiederum hatte ihn farbmäßig mit der präzisen Questionierung in ein problemloses Verstehen gedanklich transportiert und ihm so den Übergang in die andere Welt, an die zu denken und zu glauben wir niemals müde werden, entscheidend erleichtert. Richtige Sätze zur richtigen Zeit, auch wenn es sich aus religiösen Motiven mitunter verbietet, das Sterben als wahrhaftes Lebensende anzusehen, tragen Beruhigungen friedvoller Natur und eine Art Todesbeschwichtigung mit und in sich. Die angesprochenen bestialischen und überaus gnadenlos agierenden Querkämpfer, auch Jah-Jahs genannt, spielten für eine seltsame Zerdrehung der Zeit keinerlei Rolle mehr. Einmal für den Geheimbund rekrutiert, ist es unwichtig, ob man Arme oder Beine auf Dauer unversehrt sein eigen nennen darf. Und mit diesen Überlegungen blickte ich bereits auf eine Gestalt, die mich ihrerseits ebenso erwartungsvoll wie auch eine Frage erwartend ansah.

Siggi Liersch

Übungen aus „Performance“

Beim Poetry Slam spielt die Performance eine große Rolle. Durch die Übungen lernen die Teilnehmer für den Einsatz von Stimme, Mimik, Gestik und Bewegung kennen. Die Übungen können zu jeder Zeit einer Unterrichtseinheit eingesetzt werden, denn sie dienen auch der Entspannung und Auflockerung.

1. Wortorchester

Bei einem Wortorchester geht es um den klang und den Rhythmus von Worten. Alle Teilnehmer stehen im Kreis. Der Referent agiert als Dirigent in der Mitte. Jeder Teilnehmer soll sich ein Lieblingswort suchen. Auf Kommando des Dirigenten soll der angesprochene Teilnehmer sein Lieblingswort in einem frei wählbaren Rhythmus immer wieder wiederholen, bis der Dirigent ein entsprechendes Kommando gibt. Der Dirigent kann nun mit den einzelnen Worten der Teilnehmer ein Musikstück komponieren.

2. Hast du ein Problem

Die Teilnehmer stehen im Kreis. Im Chor sagen die Teilnehmer den Satz „Hast du ein Problem?“. Reihum sagt jeder Teilnehmer nun, wie es ihm geht und was ihn belastet oder auf was er sich freut,

3. 7 – Wort - Theater

Die Gruppe sucht gemeinsam 7 beliebige Wörter. Diese Wörter bilden den Text für ein Theaterstück, das jeweils in Gruppen von vier bis 5 Teilnehmern inszeniert wird. Dabei dürfen weder die Reihenfolge noch die Anzahl der Wörter verändert werden.

4. Sprechdurchfall

Bei Sprechdurchfall sollen die Teilnehmer auf ein Kommando anfangen möglichst laut und fließend ohne Unterbrechungen zu reden. Inhalt und Stil sind dabei egal. Die Übung sollte nach maximal einer Minute beendet werden.

Am Ende des ersten Tages besuchten wir die Gruppe, die naturwissenschaftliche Themen szenisch aufarbeitet. Dabei ließen wir uns von einer Darbietung eines Schaltkreises inspirieren. Im Dialog mit den Schauspielern sammelten wir Eindrücke und beschlossen zu deren meist wortlosen Darbietung einen Text zu schreiben. Wir diskutierten über Umsetzungsmöglichkeiten und Kooperationsformen auf der Bühne. Wir skizzierten ein Konzept, das schließlich auch für die Abschlusspräsentation taugen sollte.

Der Gesang der Elektronen

Wir sind schimmernde Sardinen in der blauen Strömung des Ozeans.
Wir sind Kraniche auf der Reise in den Süden.
Wir sind rasende Eissterne im Schneegestöber.
Wir sind Antilopenherden im wogenden Grün der Savanne Afrikas.
Wir sind leuchtende Tropfen im Wasserfall, der die Felsen herabstürzt.
Wir sind munter tobende Lämmer in der Frühlingssonne.

Wir sind die Sklaven der Potenzialdifferenz.
Wir sind ein Gefangenenchor, und unser Gesang ist euer Licht.
Wir sind die Knechte des Schalters,
die Häftlinge des Akkus,
die Vasallen der Anode,
Getriebene der Motoren,
in Volt gepresst,
von Ohm kontrolliert,
willenlos
eingesperrt
im ewigen Kreis des Stroms im ewigen Kreis des Stroms im ewigen Kreis des Stroms...

Susanne Falk

Dienstag, 15.05.2012

Nach einer kurzen Reflektion des letzten Tages bereiteten wir uns mit einigen der am Vortag gelernten Übungen auf den Tag vor. In Kleingruppen erarbeiteten wir Texte, die immer wieder in der Gruppe vorgetragen und reflektiert wurden. Die Gruppe erarbeitete sich selbst Techniken für Performances im Team und sammelte so wichtige Erkenntnisse für die Arbeit mit performativer Poesie. Der Ablauf der Performance während der Abschlussveranstaltung wurde konzipiert und die Texte gemeinsam mit der kooperierenden Gruppe geprobt.

Mittwoch, 16.05.2012

Nach einem kurzen Aufwärmen konzentrierten wir uns auf den Bereich der großen Schreibübungen, die durch das intensive Proben am Vortag zu kurz gekommen waren.

Übungen aus „Großes Schreiben“

Das große Schreiben ist schlussendlich die größte Herausforderung. Diese Übungen sind entweder inhaltlich oder formal komplett frei zu gestalten. Mit den Ergebnissen können die Schreibenden öffentlich auftreten.

1. Liebe / Hass

Die Teilnehmer werden in die Gruppen 1 und 2 aufgeteilt. Danach werden halb so viele Wörter gesammelt, wie Teilnehmer in der Gruppe sind. Die Auswahl der Wörter ist beliebig. Danach werden die Wörter einzeln je einem Teilnehmer der Gruppe 1 und einem Teilnehmer der Gruppe 2 zugeordnet. Die Teilnehmer der Gruppe 1 sollen über das ihnen zugewiesene Wort ein Liebesgedicht schreiben. Die Teilnehmer der Gruppe 2 sollen dazu ein Hassgedicht schreiben. Nach 20 Minuten Schreibzeit werden die Texte gruppenweise vorgetragen.

2. Repetetiver Moment

Es werden einige Beispieltexte bekannter Slam Poeten vorgeführt, die einen so genannten Listentext geschrieben haben. Das sind Texte, die in ihrer Struktur wiederkehrende Elemente haben, wie Satzanfänge oder ein Refrain. Danach sammelt die Gruppe gemeinsam mögliche repetetive Momente. Mit einem dieser Vorschläge schreiben die Teilnehmer dann in 20 Minuten einen Text.

3. Wahr / Gelogen

Jeder Teilnehmer zieht aus einem Hut ein Los. Auf diesem Los steht entweder „Wahr“ oder „Gelogen“. Zieht der Teilnehmer „Wahr“ soll er eine Geschichte schreiben, die er selbst so erlebt hat. Bei „Gelogen“ hingegen eine Geschichte, die er sich ausgedacht hat. Es geht dabei um die Täuschung des Publikums. Die Teilnehmer sollen wahre Geschichten so schildern, dass der Zuhörer sie für eine Lüge hält und anders herum.

Nach dem wir uns die Texte aus dem großen Schreiben angehört hatten, blieb noch Zeit für ein persönliches Feedback und ein Fazit.

Fazit

Wortsport als „bewegte Poesie“ funktioniert nicht über die Quantität der Bewegung. Statische Gedichtvorträge sollen nicht durch mutwillige Bewegungen aufgepeppt werden.

Es geht vielmehr um die Qualität der Bewegung, mit der ein Text, der im Fokus steht, unterstützt, aber nicht verzerrt wird. Authentische Darbietungen von Gedichten mit szenischen Elementen entstehen durch eine inhaltliche und emotionale Auseinandersetzung mit dem eigenen Text. Die Anleitung zur Performance eines Textes steht im Text selbst.

Durch den Abbau von Hemmungen und dem Bewusstsein für die eigenen Fähigkeiten kann dieses Potential genutzt werden. Dazu ist es wichtig, durch die oben genannten Übungen Erfolgserlebnisse zu ermöglichen, damit die Teilnehmer Vertrauen in sich und ihren Text entwickeln können.

Workshop 3:

Tanztheater – Improvisation und Choreographie

Leitung und Dokumentation: Kirstin Porsche



Montag, 14.05.12

Arbeitsphase 1

Der eigene Vorname als Bewegung

Im Kreis; seinen Vornamen laut sagen und (pro Silbe) eine Körperbewegung machen. Jede/r stellt sich vor und die anderen machen es reihum nach (Schema: Ich packe meinen Koffer).

Variante: Bewegungen im Fluss aneinander hängen ohne Namen

Warm-up: Körperarbeit, Beweglichkeit, Koordination etc.

TN im Raum verteilt

- Im Stehen Körper ausschütteln: leichtes Hüpfen, Becken fallen lassen, Beine ausschütteln/luftig, Knie zueinander fallen lassen, Arme und Beine ausschütteln (vorne-seit-hinten- diagonal vorne-diagonal hinten)
- Wirbelsäule abrollen und aufrollen
- Wirbelsäule in der Vorwärtsbeuge aushängen (alles fällt Arme, Kopf), von dort aus in die Hocke/Fersen vom Boden weg/wie ein kleines Päckchen, dann in den Vierfüßler/in die Bank, Wirbelsäule bewegen/ausschütteln/sich strecken/räkeln/dehnen, sich über ein angewinkeltes Bein ablegen, über den Boden rollen zur anderen Seite hin ablegen
- zum Sitzen kommen, Beine lang, Impulse über die Hände zur Innen- Außenrotation der Beine, mit den Füßen winken, Beine aus der Hüfte heraus fallen lassen,
- Rücken am Boden ablegen, Beine anziehen und Becken am Boden kreisen, Beine in die Höhe und ausschütteln, Arme dazu nehmen, kleiner Ablauf (Arme und Beine ausschütteln: rechtes Bein, linkes Bein, beide Beine, rechter Arm, linker Arm, beide Arme, rechte Seite Arm und Bein, linke Seite, diagonal Arm und Bein, alle Arme und Beine)
- Seitsitz: Beine über vorne schwingen lassen und wieder im Seitsitz zur anderen Seite landen
- Wirbelsäule aufrollen, im Stand ankommen
- etc.

Bewegungsfolge am Boden und im Stand/Choreografie

Improvisation mit einzelnen Elementen aus der Bewegungsfolge

Zu zweit: Ein TN ist außen am Rand, sozusagen „im Hafen“ und der andere TN improvisiert mit Bewegungselementen aus der Choreografie und eigenen Bewegungsimpulsen; er kann jederzeit zum „Hafen“ (seinem Partner) zurückkehren, dann wechseln die Rollen; mehrmals tauschen

Raumlauf

In hohem Tempo durch den Raum gehen, kreuz und quer, den ganzen Raum nutzen,

Wahrnehmung des Raumes/der anderen, Konzentration/Fokus auf unterschiedliche Aspekte legen z.B. auf das eigene Gehen, Abrollen der Füße am Boden, tief gehen, Gewicht zum Boden, Becken sinkt, Beine fallen aus dem Becken heraus, mit Innen- und Außenrotation spielen, mit Balance spielen, sich an den Beginn des Workshops zurückerinnern und einzelne Körperteile führen lassen, andere Raumebenen hinzunehmen etc.

Improvisation: Freeze – Raumweg - Freeze

Ein TN wählt eine Ausgangsposition (Freeze) an der Bühnenrückwand, weitere TN (je nach Raumgröße) folgen in dieselbe Ausgangsposition (sich schnell entscheiden, ob man dabei sein will); wenn das Trio bzw. Quintett komplett ist, mit einem Raumweg nach vorne beginnen, am Ende wieder im Freeze ankommen (entweder jede/r eine andere Position oder wieder zur Position vom Anfang zurückkehren), Freeze halten bis alle angekommen sind.

„Warm-down“: Wirbelsäule abrollen

Arbeitsphase 2

„Ha“-Kreis

Ein „Ha“ im Kreis weitergeben, mit Richtungsänderung.

Variante: eine Bewegung (mit Geräusch) im Kreis weitergeben und dabei vergrößern/übertreiben/verstärken; ein TN macht ein Bewegungsmuster und wiederholt dieses, der rechte Partner kopiert/übernimmt es zunächst bis er es gut kann, dann wechselt er zu neuer Bewegungsfolge usw.

Von der Improvisation zur Bewegungssequenz: Raumweg mit 4 Freeze-Positionen

Zu Viert; gemeinsam 4 unterschiedliche Freeze-Positionen finden und Reihenfolge festlegen; an der Bühnenrückwand in einer Ausgangsposition beginnen, Weg nach vorne gehen/tanzen (jede/r für sich) und in der nächsten abgesprochenen Freeze-Position ankommen, dann tänzerisch weiter in die nächste Freeze-Position etc.

Raumlauf (s.o.)

Bahnen tanzen

- vorwärts gehen
- vorwärts rennen
- rückwärts, gehen
- rückwärts rennen
- vorwärts und rückwärts im Wechsel
- seitwärts
- mit vielen Perspektivwechseln, unterschiedlichen Blickrichtungen
- Richtungen geben über Blick, Fuß, Arm (einzelne Körperteile führen lassen)
- mit viel Gewichtsverlagerung bis hin zum Torkeln
- mit Raumebenen spielen (Boden, mittlere Ebene, oben)
- Solo mit „Unterstützung“ (Kopieren, Richtungen verdeutlichen, Ebenen nutzen, Bewegungsqualität aufgreifen/kontrastieren etc.)

Improvisation: Freeze – Raumweg – Freeze (s.o.)

Von der Improvisation zur Bewegungssequenz:

Raumweg mit 4 Freeze-Positionen

Zu viert: Gemeinsam 4 unterschiedliche Freeze-Positionen finden und Reihenfolge festlegen; an der Bühnenrückwand in einer Ausgangsposition beginnen, Weg nach vorne gehen/tanzen (jede/r für sich) und in der nächsten abgesprochenen Freeze-Position ankommen, dann tänzerisch weiter in die nächste Freeze-Position etc.

Improvisation: Gehen – Stehen – Sitzen – Liegen

Spiel mit diesen 4 Möglichkeiten, dabei sehr klar sein, präzises Ankommen und Starten, den ganzen Raum im Blick haben, Bewegungsmaterial der anderen TN nutzen etc.

Massage mit Decke

Zu zweit: ein TN steht entspannt mit geschlossenen Augen, Partner bearbeitet Körper mit der Decke (polieren, reiben, ausstreichen etc.); dann mit der Decke spielen (fallen lassen, bewegen, schlagen, auflegen, über den Körper streichen etc.) Partner bewegt sich dazu/reagiert auf die Impulse, am Ende auf die Decke legen und sich durch den Raum ziehen lassen; Wechsel.

Führen und Folgen: als „Haufen“ folgen

Ein TN führt eine Gruppe (z.B. 3-6 TN), indem er ein Objekt/Requisit hält (z.B. Brotdose, Schuh), die anderen folgen dem Objekt als dichte Gruppe durch den Raum, dabei geht es nicht mehr um das Kopieren oder Spiegeln von Bewegungen, sondern um das schnelle Folgen

Bewegungssequenz/Choreografie

„Warm-down“: Abklopfen und Ausstreichen des Körpers

Arbeitsphase III

Körperarbeit und Entspannung

Abschlussgespräch: Anwendung der Workshopinhalte in der eigenen Unterrichtspraxis etc.

Dienstag, 15.05.12

Arbeitsphase I

Warm-up: Körperarbeit, Beweglichkeit, Koordination etc.

Im Stand und am Boden: Ausstreichen und Massieren der Körperteile und Gelenke, Auf- und Abrollen der Wirbelsäule, Wechsel der Ebenen, Gelenke und Muskulatur lockern/ausschütteln/dehnen, „Falten/Entfalten“, Rollen am Boden, Wechsel der Ebenen etc.

Isolation: Einzelne Körperteile führen Bewegung an

TN im Raum verteilt; durch einzelne Körperteile gehen:

- Arme: Schultern/Ellbogen/Hände
- Becken
- Beine: Hüfte/Knie/Füße (Zehen, Ferse, Innenkanten/Außenkanten)
- Becken: Verbindung Wirbelsäule/Kopf
- Kopf

Improvisation: Körperteile führen

TN bewegen sich zur Musik, immer führt ein anderes Körperteil; dabei sehr klar sein, welches Körperteil die Bewegung initiiert und wann ein anderes Körperteil die Bewegung übernimmt bzw. folgt; damit in den Raum kommen, die Ebenen wechseln und kleinen „Solo-Tanz“ entstehen lassen.

Arbeitsphase II

Austausch Ideensammlung zum Ablauf der Präsentation, Zusammenarbeit mit den „Künstlern“

Riesenrad

In einem großen Kreis durch stille Absprache alle zeitgleich in eine Richtung gehen oder auch rennen (mit unterschiedlichem Tempo arbeiten, dabei immer gleichmäßigen Abstand zu vorderem Partner halten und die ganze Gruppe im Blick haben (peripheres Sehen);

dann 3 Optionen möglich:

- die Gruppe ändert im gleichen Augenblick die Richtung über Innen;
- alle springen gemeinsam, Sprung sollte hoch sein, so dass alle Zeit haben zu folgen, gleichzeitiges Landen und in entgegengesetzte Richtung weiter rennen;
- plötzlicher Stopp, dann alle gleichzeitig in die gleiche Richtung wie zuvor rennen

Impulsen folgen

a) Zu zweit; Person A gibt Impulse mit der Hand oder anderen Körperteilen Person B steht in neutraler Ausgangsposition, folgt den erhaltenen Impulsen und geht zunächst immer wieder zurück in den neutralen Stand; dann Impulse schneller aufeinander folgen lassen und den Partner durch den Raum bewegen (Wechsel der Ebenen, unterschiedliche Qualitäten der Impulse etc.); Wechsel

b) Entwickeln einer kurzen choreografischen Abfolge: Partner A und B geben sich wechselseitig Impulse und merken sich ihren Ablauf; dabei immer wieder von vorne beginnen, um sich die kleine Sequenz besser einprägen zu können

c) Präsentation der Bewegungsfolgen mit Musik

Reihe

3-5 TN in einer Reihe stehend mit dem Rücken zum Publikum, sich ohne Absprachen umdrehen bzw. zurückdrehen; dabei mit dem Timing spielen, die anderen wahrnehmen etc.

Vorbereitung der Präsentation:

Kooperation mit Künstlern, Konzeption der Präsentation, Durchlauf

„Ha“-Kreis (s.o.) und Abschlussrunde

Mittwoch, 16.05.12

Arbeitsphase I

Warm-up: Körperarbeit, Beweglichkeit, Koordination etc.

Im Stand und am Boden: Ausstreichen und Massieren der Körperteile und Gelenke, Auf- und Abrollen der Wirbelsäule, Wechsel der Ebenen, Gelenke und Muskulatur lockern/ausschütteln/dehnen, „Falten/Entfalten“, Rollen am Boden, Wechsel der Ebenen etc.

Raumlauf (s.o.)

Variante: Gehen – Stehen – Rennen – Folgen, mit diesen 4 Möglichkeiten spielen, z.B. mit jemand mitgehen, Freezepositionen und Bewegungen kopieren etc.

Probedurchlauf für die Präsentation

Literatur

Praxis

Blell, Bea: Tanztheater/Kulturelle Praxis, Hessisches Landesinstitut für Pädagogik, 1997
Ellermann, Ulla/Meyerholz, Ulrike: TuB – Tanz- und Bewegungstheater, Zytglogge Werkbuch 2009
Haselbach, Barbara und Zemann, Hilde: Improvisation, Tanz und Bewegung, Klett Verlag 1993
Mahler, Madleine: Tanz als Ausdruck und Erfahrung, Zytglogge Verlag 1987
Rosenberg, Christiana: Praxis für das Bewegungstheater, Meyer und Meyer Verlag 1990
Royston Maldoom: Community Dance – Jeder kann tanzen, Henschel Verlag 2010

Theorie

Krautscheid, Jutta: Schnellkurs Tanz, Dumont 2004
Lampert, Friederike: Tanzimprovisation: Geschichte, Theorie, Verfahren, Vermittlung, transcript Verlag, 2007
Schlicher, Susanne: TanzTheater, Rowohlt Verlag 1992

Musik:

René Aubry: Après la pluie, Mémoires du futur, Steppe etc.
Gotan Project: Lunatico etc.
Quadro Nuevo: Tango bitter sweet etc.
Pina/Pina Bausch: Soundtrack
Café del Mar: Volumen Seis
Begleit-CD aus: Ellermann, Ulla/Meyerholz, Ulrike: TuB – Tanz- und Bewegungstheater, Zytglogge Werkbuch 2009
Amestoy Trio: Sport&Couture
Nils Petter Molvaer
Arvo Pärt
Curt Cress
Massive Attack
u.v.m.



Workshop 4:

Körper und Bewegung in der Kunst

Leitung und Dokumentation: Wolfgang Sterker



1. Thematische Bezüge

- Der eingefrorene Moment: Bewegungsdarstellung in Zeichnung und Malerei
- Bewegungsabläufe und Bewegungsspuren im Bild (Impressionisten, Kubisten, Futuristen, Duchamps)
- Formen, Bilder und Objekte werden mittels Körper in Bewegung versetzt (Objekttheater, Triadisches Ballett, mechanisches Ballett)
- Malerei als betont körperliche Aktion, Malperformance (Pollock, Mathieu, Yves Klein, Barbara Heinisch, Maria Lassnig)
- Der eigene Körper als künstlerisches Medium und Experimentierfeld und im Zusammenhang mit Bewegung (Tim Ulrichs, Valie Export, Günter Brus, Chris Burden, Bruce Nauman, M. Abramovic)
- Fotografie zeichnet Körperbewegungen auf, hält Lichtspuren fest (Bewegungsfotografie, Einfrieren, Luminogramm, Picasso)
- Fotografie und Körper-Ausdruck, ungewohnte Körperansichten, Grimassen, Foto-Ekstasen (Bernhard und Anna Blume, A.Rainer, Jonathan Meese, R.Longo)
- Fotografie und Zeichnung/ Malerei im Dialog (Arnulf Rainer)
- Körper-Objekte, Körperprothesen, Körperskulpturen (Rebecca Horn, H.Benohoud, Erwin Wurm, Cattelan)
- Kinetische Objekte (Tinguely, Calder)

Der eingefrorene Moment – Bewegung im statischen Leinwandbild festhalten

Die Darstellung der Bewegung gehört seit jeher zu den großen Herausforderungen in der Bildenden Kunst. Das Flüchtige einer Bewegung ließ sich durch reine Beobachtung im statischen Leinwandbild nur schwer darstellen. Dies gelang am ehesten im Augenblick des Wendepunktes einer Bewegung (vgl. David)

Bewegungsspuren

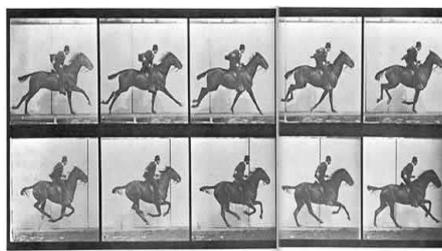
Angeregt durch die Entwicklungen in der Fotografie, setzen v.a. die Futuristen Bewegung ins Bild.



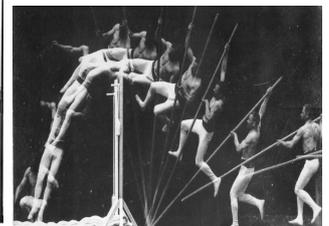
David, Napoleon , 1799



Carra, der rote Reiter, 19



Muybridge, Bewegungsphasen , um 1880



Marey, Chronofotografie, um 1880



Duchamp, Akt auf Treppe



G.Richter, Akt auf Treppe



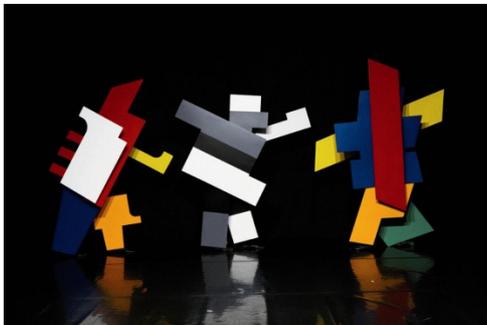
Balla, Dynamismus eines Hundes, 1912



Comic; Bewegungsspuren

Ding-Körper in Bewegung: Objekttheater, triadisches Ballett, mechanisches Ballett

Das Tänzerische sowie das schauspielerische Element treten zurück zugunsten stark künstlerisch geprägter, objekthafter, fast mechanischer Darstellungsformen. Im mechanischen Ballett werden entfernt an Menschen erinnernde, mannshohe, farbige Tanzfiguren von dahinter verborgenen Tänzern so bewegt, dass durch die Choreographie fortwährend ein der abstrakten Malerei gemäßes Bildgeschehen abläuft. Die Tanzabläufe wirken zwar maschinell, sind dabei aber auch fröhlich.



O.Schlemmer, mechanisches Ballett, 20er Jahre



triadisches Ballett



Stelzenläufer

Action-Painting, Mal-Performance

Der Akt des Malens als solcher ist von entscheidender Bedeutung. Die körperliche Anstrengung, die spontane Aktion, die große Geste sind lebendiger Teil einer Mal-Performance.



Mathieu



Y.Klein, Anthropometrie



Pollock, Dripping



B.Heinisch, Malaktion mit Tänzerin

Selbstaustellung, Ich-Kunstwerk, Körper-Konfigurationen

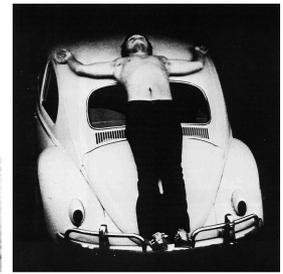
Tim Ulrichs stellt sich in den 60er-Jahren selbst aus, stellt damit sich, seinen Körper und körperliche Aktionen ins Zentrum seines Kunsthandelns. Beim egozentrischen Steinkreis wirft er unterschiedlich schwere Steine kreisförmig von sich und schafft so ein sinnfälliges Körper-Bewegungs-Bild. Valie Export setzt ihren Körper in Beziehung zur (Stadt-)Landschaft. Sie legt sich an Rundungen von Brunnen, versucht mit ihrem Körper Wege zu messen oder Steinmuster nachzuahmen. Sie untersucht, wie sich der Körper, eingefügt in die Natur beziehungsweise Architektur, anpasst und einordnet. Die so entwickelten Körperkonfigurationen machen aber auch innere Zustände sichtbar.



T. Ulrichs, Selbstaussstellung, 1961 und egozentrischer Steinkreis



Valie Export, Konfiguration, 1982



Ch. Burden, Trans-fixed, 1974

Körper-Ausdruck, Foto-Ekstasen, Fotografie und Zeichnung/ Malerei im Dialog



A.+B. Blume, Ekstasen



R. Longo, Zeichnung



A. Rainer



A. Rainer

Körper-Objekte, Körperskulptur

In der Nachfolge von Schwitters einerseits und Ulrichs (der sich seinerseits auf Duchamps bezieht) andererseits wird der Körper mittels Objekten erweitert, verfremdet, kunstvoll zelebriert. Oder der Körper wird eher zur skurrilen Skulptur mittels ausgefallener Haltungen und Handlungen, die größtenteils dem alltäglichen Handlungsrepertoire entnommen sind und unter Verwendung einfacher, gebräuchlicher Alltags-Gegenstände. In Erwin Wurms „one-minute-sculpters“ wird der (Kunst)-Konsument zum Produzent und macht sich mit Witz und Selbstironie selbst zur „Skulptur“.



Rebecca Horn



unbekannter Performer



Benohoud



E. Wurm



Cattalan

1. Warm Up „Evolution“

Ei, Huhn, Dino – den Körper bewegen, klein machen, groß machen, spielen.

Bei diesem Spiel beginnen alle Teilnehmer als Eier. Sie bewegen sich als Eier durch den Raum und treffen zwangsläufig auf andere Eier. Sie spielen „Schnick-Schnack-Schnuck“ (Papier, Schere, Stein). Der Gewinner steigt eine Entwicklungsstufe nach oben, wird Huhn und geht durch den Raum als Huhn, um auf andere Hühner zu treffen, spielt und gewinnt vielleicht. In diesem Fall wird er/sie zum Dinosaurier, richtet sich auf und sucht andere Artgenossen. Wird das Spiel abermals gewonnen, ist der Teilnehmer am Ziel, scheidet aus und kann sich das Geschehen von außen betrachten. Verlierer fallen natürlich eine Stufe zurück auf der Entwicklungsleiter; man kann also leicht vom Dino wieder zum Ei mutieren. Bei diesem Spiel sind Körper und Stimme im Einsatz.

2. Ich-Denkmal, ICH als....., einfach ICH.....

Ein Stuhl, Tisch, Eimer dient als Sockel, vielleicht ein Packpapier als Dekoration. Haltung annehmen, verrückte Haltungen einnehmen, Situationen, Personen erfinden, nachstellen...In der Öffentlichkeit (Park, Fußgängerzone) als „Ich-Performance“ .



„Evolutionsspiel“



„Ich –Odelia“



Ich-Denkmal



P. Manzoni, magischer Sockel, 1961

2. Material-Impulse:

Umzugskarton, Plastikfolien, Krepp-Band, Panzerband, Paketklebeband, Schnüre stehen für Körper-Aktionen zur Verfügung.

Andrea W. : **Performance** „Wedding“ mit Abdeckfolie und Kamera um den Bauch gebunden; Improvisation als Performance; Videoaufzeichnung;



3. Selbstbild - sich ein Bild machen

Die eigenen Umriss zeichnen – stehend, sitzend, liegend - in verschiedenen Haltungen und Körperpositionen;

Stifte und Kreiden verschiedener Stärke und Güte: Grafit, Kohle, Pastellkreide, Edding oder Pinsel und Farbe...

Eigenwillige Körperhaltungen, Dehnungen, Drehungen, beidhändiges Zeichnen ...

Weitere Ausgestaltung durch Hervorhebung einzelner Konturen, durch Schraffuren, Hell-Dunkel-Kontraste, Farbkontraste, Collageelemente u.Ä.

Kombination von Schrift und Bild: z.B. durch beidhändiges, symmetrisches Schreiben des eigenen Namens oder von Texten zur Person o.ä.



Variation: Mal-Performance:

auf einen Rahmen aus Holzlatten wird ein altes Bettlaken (oder diverse billige Stoffe, Tischdecken) oder kräftige Abdeckfolie befestigt. Im Gegenlicht eines Overhead-Projektors tanzt/ bewegt sich eine Person, deren Schattenbilder von der zeichnenden/malenden Person spontan festgehalten, variiert, übermalt werden (vgl. dazu B.Heinisch). Oder das Tuch/die Papierbahn wird an der Wand befestigt und dahinter posiert eine Person.

4. Körper-Konfigurationen (Partnerarbeit)

In Anlehnung an Valie Export soll der eigene Körper an die vorhandene Umgebung (im Außen-/ Innenbereich) und Dingwelt angepasst bzw. zu dieser in irgendeiner Weise in Beziehung gesetzt werden. Die entdeckten und inszenierten Konfigurationen werden fotografisch festgehalten. In der Regel arbeiten je zwei Personen zusammen zwecks Darstellung und Dokumentation.

Planking: Das sog. „Planking“ (Beplankung, Verschalung), eine Art „Lying down game“, bei dem sich der Praktizierende flach mit angelegten Armen positioniert, hat inzwischen viele Anhänger im Internet gefunden. Eine verwandte Form ist das sog. „Owling“, bei dem sich der Protagonist in hockender Stellung an ungewohnten Orten ablichten lässt.



5. Bewegung sichtbar machen – Bewegung einfrieren - Jump-Fotos

Den Hintergrund möglichst so wählen, dass Luftraum zwischen Boden und Füßen vorhanden ist, damit der Sprung gut sichtbar wird. Ist genügend Licht vorhanden, bedarf es keiner besonderen Kameraeinstellung. Schon einfachste Kameras ermöglichen überraschende Effekte, weil die Protagonisten vorübergehend außerhalb ihrer Selbstkontrolle sind. Fast genauso spannend wie die Flugphase ist der Moment des Absprungs oder der Landung, weil sich in diesem Moment die Mimiken entscheidend verändern. Die meisten Fotoapparate verfügen über eine Serienbild-Funktion, mit der sich auf einfache Weise überraschende Flugphasen festhalten lassen. Der Fotograf *Philippe Halsman*, hat auf ähnliche Weise eine ungewöhnliche Fotoserie von springenden Prominenten hergestellt. Auf diese Weise ließe sich auch ein Lehrerkollegium öffentlichkeitswirksam ablichten.



Im Sprung



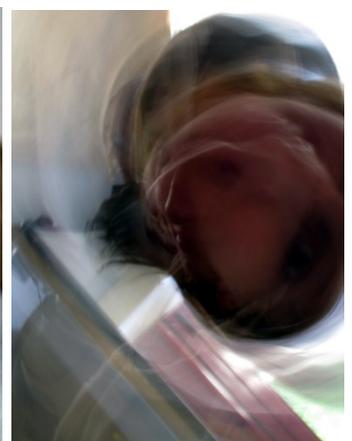
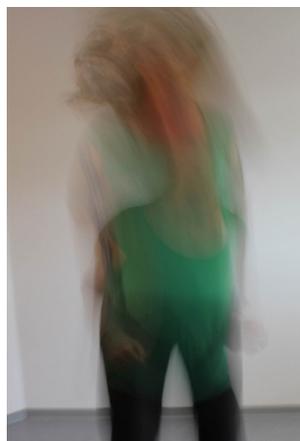
vor dem Absprung



Herzog von Windsor

6. Fotoekstasen - Bewegungsspuren

Im Gegensatz zur eingefrorenen Bewegung lassen sich mit Unschärfen und Verwischungen, die mit einfachen Kameras zwangsläufig entstehen, wenn nicht genügend Licht vorhanden ist, überraschende, teils surreal anmutende Fotos des sich bewegenden Körpers erzielen, weil auch in diesem Fall der sich bewegende, tanzende, verrenkte Körper quasi außer Kontrolle ist wie auch das Aufnahmegerät. Systemkameras verfügen über manuelle Einstellmöglichkeiten (*Blenden-/Zeit-Vorwahl*), so dass durch längere Belichtungszeiten (*Zeitvorwahl ab 0,30 Sekunden*) diese Effekte bewusster gesteuert werden können. Neben der Objekt-/ Subjektbewegung kann zusätzlich die Kamera im Moment des Auslösens gedreht oder irgendwie bewegt werden (*entfesselte Kamera*). Ein relativ ruhiger Hintergrund ist von Vorteil. Noch wichtiger ist die Lust am Experimentieren, da sich die Ergebnisse kaum antizipieren lassen, sondern immer für Überraschung sorgen und unbewusst kunstvolle Ergebnisse liefern. Diese lassen sich auf vielfache Weise künstlerisch weiterverarbeiten (*siehe Fotografie und Malerei im Dialog: A. Rainer, R. Longo*) oder zu Fotoserien zusammenfügen.



7. Luminogramme

Die Möglichkeit der Langzeitbelichtung lässt sich für interessante Lichteffekte und Lichtmalereien nutzen.

Was man braucht: diverse Leuchtkörper wie Taschenlampen, Fahrrad-Rücklicht, Feuerzeug, Sternwerfer etc., einen möglichst dunklen Raum, Lust am Experiment. In den hier gezeigten Fällen ist weniger der Körper als vielmehr der Leuchtkörper in Bewegung. Dieser beschreibt die Konturen des menschlichen Körpers. Durch ein zugeschaltetes Blitzlicht lassen sich Effekte des Einfrierens in Kombination mit Verwischungen erzielen.



8. One-Minute-Sculptures

Das Posieren mit Alltagsgegenständen thematisiert das Verhältnis von Subjekt und Objekt und ermöglicht teils ungewöhnliche Körpererfahrungen. Erwin Wurm, der sich selbst nicht als Humorist versteht, erweitert mit den *one minute sculptures* den tradierten Begriff Plastik/Skulptur um eine ganz alltägliche, höchst individuelle Dimension. Populär wurden diese u.a. durch das Video „can't stop“ der Gruppe *Red Hot Chili Peppers* (siehe youtube). Wichtig dabei: die gefundenen Skulpturen müssen für einen gewissen Zeitraum (eine Minute – eher weniger) gehalten werden. Die fotografische Inszenierung kann dabei zusätzliche ästhetische Qualitäten gewinnen (Hintergründe, Farben, Perspektiven, Positionierung, Umgebung).



9. Im -Sack – Performance - plastische Körperverformungen

Sogenannte Tanzsäcke (Stückpreis ca. 50.- Euro) lassen sich für tänzerische Choreografien nutzen oder – wie in unserem Fall – für skulpturale Verformungen. Dabei entwickelt die Person von innen heraus immer neue Haltungs-Formen, die den Spielraum körperlicher Bewegungen möglichst ausschöpfen (*klein machen, kauern, liegen, stehen, strecken, verrenken...*). Durch den dehnbaren Stoff erinnern die Figuren an abstrakte Plastiken, die sich in absoluter Zeitlupe unentwegt verformen und neue Ansichten

hervorbringen können. Ebenso gut können schnelle Bewegungen in ein Freeze überführt und für kurze Zeit gehalten werden. Variationen ergeben sich ebenso durch mehr oder weniger gezeigte Körper-/Gesichtsformen. In Kombination mit Licht und/oder Musik/Geräusche (live oder als Konserve) lassen sich spannende Performances entwickeln.

Alternativ können auch zwei Personen in einem Sack Platz finden oder zwei Plastiken korrespondieren und kommunizieren miteinander. Statt der teuren Säcke erfüllen Bettbezüge eventuell auch ihren Zweck. Am Boden unter einem Bettlaken liegend lassen sich ebenfalls plastische Formen entwickeln und darstellen. Ein möglichst weites Kleidungsstück gibt Raum für Improvisationen. E. Wurm hat auf diese Weise 59 Stellungen entwickelt.



10. Gruppenfoto - Verwandlungsbild

Voraussetzung: geeigneter Ort (Küche, Klassenzimmer, Treppenhaus, Kellerraum...), Stativ, wenige Utensilien

Aufgabe: bildet innerhalb einer vorgegebenen Zeit (30-60 Sekunden) ein Gruppenbild. Für das erste Foto wird eine längere Zeit vereinbart, damit sich jede Person individuell positionieren kann. Danach wird die Zeit deutlich kürzer, in der der Positionswechsel von statten gehen muss. Dabei werden einzelne Utensilien (evtl. auch Kleidungsstücke) ausgetauscht, unterschiedlich verwendet. Der Raum innerhalb des Bildformats ist möglichst auszunutzen (Vordergrund, Hintergrund). Die enge Zeitvorgabe lässt kein langes Zögern zu; die Gruppe ist in ständiger Bewegung und erfindet sich im Sekundentakt jeweils neu.



11. Foto-Animationen

Alle unter 2-10 genannten Körper-Kunst-Formen lassen sich über die einfache Dokumentation hinaus zu Foto-Animationen verarbeiten, die die Verwandlung besonders sinnfällig werden lassen und eine Rhythmisierung (unterschiedlich lange Standzeiten) und Vertonung der Bilder ermöglichen.

12. Expressives Malen, Action-Painting - großformatiges Malen/Zeichnen nach Fotografien

Ausdrücke von Bewegungsfotos fordern den Körpereinsatz beim expressiven Malen im Stehen, Knien oder Liegen, wobei das figurative Malen im Vordergrund steht.



13. Zeichnung und Fotografie im Dialog, Action-Painting, Performance

Möglichst interessante (Perspektive, Haltung, Größenverhältnisse, Komposition) Körperposen, die zuvor (*siehe Fotoekstasen*) getanzt und fotografiert wurden, werden auf großformatige Papiere projiziert und erneut überzeichnet (Kohle, schwarze, grau, weiße Kreiden, Graphit) oder übermalt. Dabei spielt der körperbetonte Zeichen- oder Mal-Akt die entscheidend Rolle. In unserem Fall wurden je zwei Fotos zu einem am Pc kombiniert, damit bei einer Projektion je zwei Personen gleichzeitig zeichnen konnten. Durch das schnelle expressive Zeichnen entstehen für den Betrachter interessante Mischformen zwischen Lichtbild und Zeichnung. Eine zweite Überraschung erlebt man, wenn das Lichtbild ausgeschaltet wird. In einem zweiten und dritten Durchgang wurden jeweils weitere Tanzfotos projiziert und von je zwei Personen überzeichnet (dabei Wechsel der Zeichenmaterialien). Auf diese Weise entstehen vielschichtige, großformatige, stark bewegungsbetonte Wandzeichnungen, in die in mehrfacher Hinsicht körperliche Aktionen eingeflossen sind.



14. Weitere Anregungen

finden sich auf den zu Beginn ausgeteilten Arbeitsblättern.

Unter den im Text genannten Stichpunkten und Künstlernamen (z.B. „mechanisches Ballett“) könnt ihr euch leicht weiteres Bild- und Filmmaterial im Internet besorgen.

Wer die Mühe scheut, kann auf Wunsch eine CD mit Bildmaterial und Videoclips für **10.-EUR** von mir beziehen. Anfragen mit Adressangabe an: w.sterker@gmx.de

Literatur

Martina Schneede, mit Haut und Haaren. Der Körper in der zeitgenössischen Kunst.

Sally O`Reilly, The body in contemporary art.

Out of actions – Aktionismus, Body Art und Performance 1949-1979.

Gehen bleiben, Bewegung, Körper, Ort in der Kunst der Gegenwart (Ausstellungskatalog Kunstmuseum Bonn, 2008).

Roselee Goldberg, Performance – live art since the 60s.

Erwin Wurm, one minute sculptures.