

### Angebotstitel **Hallo Körper**

**Untertitel** *Eine Entdeckungsreise von Kopf bis Fuß*

### Thema | Kurzbeschreibung

In diesem Workshop steht der Körper im Mittelpunkt. Zahlreiche Spiele und Übungen zur Körperwahrnehmung und Bewegung laden dazu ein, mit dem Körper und von ihm zu lernen.

### Konkrete Lernchancen | Zu erwerbende Fähigkeiten und Fertigkeiten

- Körperwahrnehmung und Bewegungsausdruck fördern und schulen
- Kooperation, Mut, Spaß, Vertrauen etc. in der Interaktion / im Miteinander / im Spiel erfahren und entwickeln
- praktisches Erproben von Bewegungsspielen und Körperübungen
- das Repertoire an Unterrichtsmethoden im Bereich Körper und Bewegung erweitern

### Besonders geeignet für | Zielgruppe

- |  |                                       |  |
|--|---------------------------------------|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> alle Schulformen<br>und Stufen | <input type="checkbox"/> Grundschule  | <input type="checkbox"/> Sekundarstufe 1 |
|  | <input type="checkbox"/> Förderschule | <input type="checkbox"/> Oberstufe       |

### Beteiligte Künste | Kunstsparten

Darstellende Künste

Sonstiges:

### Beteiligte Fächer | fachliche Schwerpunkte

alle Fächer

Sonstiges:

### Teilnehmendenzahl:

Minimal **8** Personen – maximal **15**

### Hinweis für Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Bitte mitbringen: bewegungsfreundliche Kleidung (Jogginghose, Strümpfe, Turnschuhe etc.), Decke oder Matte

**Format:** analog

### Räumliche Voraussetzungen:

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Klassenraum (herkömmlich) | <input type="checkbox"/> Kunstraum/Atelier            |
| <input checked="" type="checkbox"/> Sporthalle     | <input checked="" type="checkbox"/> Theaterraum/Bühne |

## Workshopangebot Kreative Unterrichtspraxis

[Hier geht es zur Workshopbuchung: klicken und los](#)

Forum

Garten/Außengelände

Musikraum

Sonstiges:

### Technische Voraussetzungen:

WLAN

Apple TV

Beamer

Sonstiges:

Whiteboard

### Dauer

2,5 Stunden oder 5 Stunden

### Beschreibung und didaktische Gestaltung des Angebots

Denken und Lernen gelingen am besten, wenn der Körper einbezogen ist und mehrere Sinne aktiviert werden. Im Workshop steht das spaßvolle Erfahren von Bewegung mit dem eigenen Körper und das spielerische Miteinander im Umgang mit anderen Körpern im Fokus.

Durch Übungen und Spiele werden die Wahrnehmung und Orientierung geschult, das Vertrauen in den eigenen Körper gestärkt sowie die Koordination, Konzentration und vieles mehr verbessert. Sich wohlfühlen im eigenen Körper, den eigenen Körper besser kennen und verstehen zu lernen, ist in den heutigen Lebenswirklichkeiten und deren Herausforderungen von zentraler Bedeutung. Die Digitalisierung und damit verbundene Bewegungsreduktion im Alltag u.a. im Kontext eines zunehmenden Medienkonsums oder auch die Vermittlung und das Streben nach einem "digital gefilterten, optimalen" Körperbildes sind nur zwei - dafür aber wesentliche - Beispiele, die eine Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und Körpervorstellungen zu einem wichtigen Thema machen.

Der Workshop bietet vielfältige Spielanregungen, Impulse für Bewegungs- und Entspannungsübungen und erkundet dabei Themen wie Nähe und Distanz, Selbstbewusstsein, Vertrauen, Empathie etc.

### Methodische Gestaltung

Input | Vortrag

Gruppenarbeit

Präsentation

Plenumsphasen

Einzelarbeit

Partnerarbeit

Erprobungsphasen

## Workshopangebot Kreative Unterrichtspraxis

[Hier geht es zur Workshopbuchung: klicken und los](#)

---

- |                                     |                        |                          |            |
|-------------------------------------|------------------------|--------------------------|------------|
| <input type="checkbox"/>            | Kooperative Lernformen | <input type="checkbox"/> | Diskussion |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Reflexionsphasen       | Sonstiges:               |            |
| <input type="checkbox"/>            | Transferphasen         |                          |            |

### Kurzportrait Workshopleitung

**Vor- und Nachname:** Kirstin Porsche

**Zur Person:** Lehrerin für Darstellendes Spiel, Kunst und Französisch am Wilhelmsgymnasium in Kassel. Fortbildnerin der Kreative Unterrichtspraxis im HMKB Büro Kulturelle Bildung in den Bereichen Kunst, Tanz und Theater. Mitarbeit im Weiterbildungskurs Musik im Bereich Tanz und in der Fortbildungsreihe PrimaArte des Hessischen Ministeriums für Kultus, Bildung und Chancen und der Crespo Foundation.