

## **Handout „#MachMal - Theaterpädagogische Übungen für den Schulunterricht“**



### **Warm up:**

#### **Übung 1 „Der Zauberball“ (1:06 min):**

In der rechten Hand hält jede:r einen unsichtbaren Ball, dieser bewegt sich unkontrolliert, sodass das Körperteil folgen muss. Danach wird der Ball hochgeworfen und landet im Körper, von dort wandert er in verschiedene Körperteile. Diese müssen dann jeweils dem Ball folgen, z.B. erste die linke Schulter, dann die rechte.

Alternative: Alle stehen in einem Kreis und es gibt nur einen Zauberball, dieser wird sich gegenseitig von Körperteil zu Körperteil zugeworfen, z.B. vom rechten Fuß in den linken Zeigefinger.

#### **Übung 2 „HA!“ (4:59 min):**

Alle stehen in einem Kreis und sind nacheinander „Leader“. Der „Leader“ wartet bis sich eine Spannung aufbaut, um dann in die Hocke zu gehen und die Arme nach vorne zu strecken. Dabei ruft er laut „HA!“. Die anderen müssen versuchen die Bewegung gleichzeitig mit dem „Leader“ zu machen. Es geht hierbei nicht um Schnelligkeit, sondern um die Gruppendynamik.

#### **Übung 3 „Wörter und Emotionen im Kreis“ (6:15 min):**

Alle stehen in einem Kreis und werfen sich ihre Namen mit unterschiedlichen Emotionen zu, z.B. Wut, Liebe, Trauer, etc. Im nächsten Schritt werden die Emotionen durch den ganzen Körper verstärkt, dabei wird immer noch die Stimme benutzt. Zum Abschluss werden die Emotionen nur noch durch den Körper und Bewegungen dargestellt, ohne die Stimme.

#### **Übung 4 „Konzentrationsübung“ (8:58 min):**

Die Gruppe teilt sich in Zweier-Teams auf. Eine Person läuft der anderen hinterher. Die vordere Person, die Verfolgte, dreht sich irgendwann überraschend um und versucht der hinteren Person, die Verfolgende, in die Augen zu sehen. Die hintere Person muss versuchen sich ebenfalls umzudrehen, um den Blickkontakt zu vermeiden. Wenn die verfolgende Person sich umgedreht hat, ist die jetzt die verfolgte Person.

Variante 1: Die vordere Person gibt die Art und Weise vor, wie sich bewegt wird, z.B. hüpfen, tanzen, schnell, langsam, etc. Die hintere Person muss die vordere nachmachen, bis getauscht wird.

Variante 2: Die anleitende Person klatscht in die Hände, dann müssen alle ihre Partner tauschen und nahtlos weitermachen.

## **Inhaltliche Arbeit**

### **Übung 1 „Fels“ (11:11 min):**

F – Fragen

E - Erinnerung

L – Lob

S – Schimpfen

Zu jeder der Kategorien liegt ein Plakat in einer Ecke des Raumes. Die Gruppe wird in vier Kleingruppen unterteilt und einem Plakat zugewiesen. Die Teilnehmenden können auf dem Plakat notieren was gut war (Lob), ob sie Fragen haben (Fragen), Kritik (Schimpfen) und besondere Erinnerungen (Erinnerung). Nach etwa 2 min tauschen die Gruppen und wechseln zum nächsten Plakat. Wenn die Gruppen wieder an ihrem Ausgangsplakat angekommen sind markieren sie drei Punkte und stellen sie anschließend den Anderen vor.

### **Übung 2 „Standbilder“ (13:05 min):**

Schritt 1

In Kleingruppen soll ein Standbild zu einer Szene entwickelt werden (Theater, Buch, Film, Leben), hierbei müssen nicht alle Personen Menschen verkörpern. Das Standbild wird dem Rest der Gruppe vorgestellt und Assoziationen gesammelt. Danach äußert die Kleingruppe Überlegungen zu ihrem Bild.

Schritt 2

Ein zweites Standbild soll entwickelt werden, dass die Situation vor dem ersten Standbild zeigt. Dabei spielt der vergangene Zeitraum keine Rolle.

Schritt 3

Ein weiteres Standbild wird entwickelt, welches die Situation nach dem ersten Standbild zeigt. Auch hier spielt der Zeitraum keine Rolle.

Schritt 4

Die Standbilder werden nacheinander in der richtigen zeitlichen Abfolge gespielt, sodass eine flüssige Szene entsteht.