

Begleitmaterial zur Vorstellung

PIP.

Wie bewege ich mich durchs Leben?



© Fekry Helal

Dschungel Wien & Emmy Steiner

Bewegungstheater | 45 Min. | 5-10 Jahre

Begleitinformationen erstellt von: Emmy Steiner & Marianne Dam

Kartenreservierungen für pädagogische Institutionen:

+43 1 522 07 20 18 | paedagogik@dschungelwien.at



Vorbereitender Workshop

Auf Anfrage kommen wir gerne vor Ihrem Theaterbesuch an Ihre Schule, stimmen die Klasse auf das Thema ein und bereiten Sie und Ihre SchülerInnen auf das Medium „zeitgenössisches Theater“ vor - mit Gesprächen und kreativen Übungen aus dem Tanz-, Performance- und Schauspielbereich.

Dauer: 1-2 Schulstunden

Kosten: € 80,00 pro Gruppe für eine Schulstunde

Ort: Fest- oder Turnsaal an Ihrer Schule, ev. auch in einem größeren Klassenzimmer möglich.

Publikumsgespräch

Gerne nehmen wir uns auf Wunsch nach der Vorstellung für ein Publikumsgespräch Zeit. Die SchülerInnen haben die Möglichkeit, Fragen zu stellen; relevante Themen des Stückes werden noch einmal angesprochen und so verarbeitet. Bitte geben Sie bei der Reservierung im DSCHUNGEL WIEN bekannt, ob Sie ein Publikumsgespräch wünschen.

Nachbereitender Workshop

Vor allem bei theatererfahrenen Klassen kann es sinnvoll sein, statt des vorbereitenden Workshops eine Nachbereitung zu buchen. Hier verarbeiten die SchülerInnen das Gesehene Stück in Gesprächen und durch eigenes kreatives Schaffen.

Dauer: 1-2 Schulstunden

Kosten: € 80,00 pro Gruppe für eine Schulstunde

Ort: Fest- oder Turnsaal an ihrer Schule, ev. auch in einem größeren Klassenzimmer möglich.

Ansprechpersonen für weitere Informationen und Beratung:

Mag.^a Katrin Svoboda, BA | +43 1 522 07 20-21

k.svoboda@dschungelwien.at

Inhaltsverzeichnis

1. Zur Produktion	1
2. Inhaltsangabe.....	2
3. Idee/Konzept	3
4. Das Team	5
5. Stückentwicklung/Arbeitsweise.....	6
6. Hintergrundinformationen zum Thema.....	7
7. Ideen für die Vor- und Nachbereitung.....	8
8. Kontakt	12



1. Zur Produktion

Pip.

Dschungel Wien & Emmy Steiner

Uraufführung

Bewegungstheater 45 Min.

Ab 5 Jahren

Vorstellungstermine im Dschungel Wien:

FR	1.2.	18:00	Premiere	MO	3.6.	10:00
SA	2.2.	16:00		DI	4.6.	10:00
SO	3.2.	14:30		MI	5.6.	14:30
FR	8.2.	16:00		DO	6.6.	10:00
SA	9.2.	16:00		FR	7.6.	10:00
SO	10.2.	14:30				

SA	2.3.	16:00				
SO	3.3.	16:00				
MO	4.3.	10:00				
DI	5.3.	10:00				
MI	6.3.	10:00 + 14:30				

TEAM

Konzept, Choreografie, Spiel: Emmy Steiner

Choreografische Beratung: Martina Rösler

Dramaturgische Beratung: Ralph Mothwurf

Künstlerische Beratung: Sabina Holzer

Gewinnerin des TRY OUT!/artists-in-residence-Wettbewerbs 2018!

»Pip.« war voller überraschender Momente, die mit unglaublicher Präzision und der Ernsthaftigkeit eines traurigen Clowns ausgearbeitet wurde. Man ist gespannt, wohin sich »Pip.« entwickelt.« (Auszug aus der Jury-Begründung)

2. Inhaltsangabe

Pip will vom Fleck. Pip spürt die innere Kraft schlummern. Pip wächst, schrumpft, verfärbt und verformt sich. Pip wird eckig. Pip fasst Mut. Pip entdeckt die Welt.

Wir verfolgen Pips Metamorphose von einem fast bewegungslosen Einzeller, der nur mit den Augen kommuniziert, zur frisch geschlüpften Raupe, einem strengen Hirsch, einem erschrockenen Vogel oder einem orientierungslosen Käfer. Pip entdeckt die Welt mit allen Sinnen. Der Horizont erweitert sich immer wieder von neuem – in der Entdeckung der eigenen Möglichkeiten und der Welt um uns herum. Emmy Steiner hat die Fähigkeit, mit ihrem Körper ein ganzes Universum von Tieren und Wesen darzustellen, die die Phantasie der Kinder anregt, und nimmt das junge Publikum mit auf eine Reise mit unerwarteten Wendungen.

„Pip.“ ist ein Bewegungstheaterstück, das über den feinen Umgang mit Rhythmus und Bewegung auf humorvolle Weise erzählt und Spannung erzeugt. Dabei beschäftigt sich Emmy Steiner mit Reduktion auf mehreren Ebenen. In „Pip.“ wird auf Bühnenbild und Text verzichtet, es wird ausschließlich über den Körper, die Bewegung und Mimik kommuniziert. Diese Reduktion ermöglicht es den Fokus des Publikums ganz gezielt auf Feinheiten und ganz grundlegende Elemente der Performance zu lenken, wie zum Beispiel den Bühnenraum, den Einsatz von Licht und den hörbaren Rhythmus der Bewegungen der Darstellerin. Die Sinne des jungen Publikums werden geschärft.



3. Idee/Konzept

Die Choreografin und Performerin Emmy Steiner über ihre Arbeit:

Die ursprüngliche Inspiration und der Ausgangspunkt für das Stück „Pip.“ ist die Auseinandersetzung mit abstrakten und absurden Arten und Weisen sich fortzubewegen. Die Frage die ich mir gestellt habe war: Warum immer nur einen Schritt nach dem anderen machen, wenn es doch so unendlich viele Möglichkeiten gibt! Warum nicht einfach so? Oder so?

Mit „Pip.“ wollte ich meinen allgemeinen Bewegungs- und Fortbewegungshorizont erweitern und vor allem auch die Absurdität, die sich daraus ergibt zelebrieren. Wenn der Fokus bei etwas so Alltäglichem und Praktischem wie Fortbewegung nicht auf Effizienz liegt, sondern auf der kreativen Umsetzung davon, ergibt das eine gewisse Komik.

Hier ein paar „Ereignisse“ bzw. Beschreibungen von solchen Fortbewegungsarten, die noch vor Beginn des Probeprozesses entstanden:

Ereignis 1:

Pip sitzt am Boden. Die beiden Hände sind rechts und links neben ihr platziert. Das Einzige, das sich bewegt sind ihre Pupillen. Sie wandern umher als würden sie den Raum des Augapfels absuchen. Ab und zu zwinkert sie dabei. Wenn sie zwinkert, dann zwinkert sie schnell. Das Tempo der Pupillen steigert sich, immer schneller hin und her, hinauf und hinunter, als müsste sie ausbrechen und dann, als ließe es sich nicht mehr aufhalten- Zack! Der Kopf schnellt zur Seite - und der Nacken war entdeckt.

Ereignis 2:

Pip steht. Ihre Schulterblätter sind zusammengezogen, ihr Kinn weit nach vorne gestreckt, ihr Becken strebt nach vorne. Ihre Arme ziehen weit nach hinten und ganz wichtig, die Handflächen sind wie Fühler rückwärts ausgestreckt. Sie macht den ersten Schritt. Die große Zehe fühlt vor, als würde sie in eine Wasserlacke eintauchen und rollt sanft ab, sodass die ganze Fußsohle den Boden berührt. Das Gewicht wird auf den Fuß verlagert, sie steigt weiter.

Ereignis 3:

Pip steht in der Hocke. Ihre Ellenbogen sind auf ihren Knien abgestützt. Sie bewegt sich fort, indem sie ihre Fußsohlen ohne den Kontakt zum Boden zu unterbrechen, Stück für Stück nach hinten schiebt. Sie dreht sich rückwärts im Kreis. Das Becken führt die Bewegung an. Die Hände suchen, sie wollen alles angreifen, was sie erwischen können.

Ereignis 4:

Pip steht. Ihre Fersen berühren sich, die Zehen streben weit voneinander weg. Die Arme befinden sich links und rechts entlang ihres Körpers. Daumen und Mittelfinger beider Hände berühren sich, als würden sie ein weiches Tuch tragen. Der Blick geht nach oben, als würde sich über ihr ein weiter Sternenhimmel eröffnen. Mit leichtem Hüpfschritt folgt sie dem, was sie da oben sieht.

Ereignis 5:

Pip schiebt ihr Kiefer nach vorne. Ihre Augenbrauen ziehen schräg nach oben und ergeben eine dachartige Form. Sie saugt Luft durch die Nase ein. Die Nasenfügel beben. Beim Ausatmen strömt die Luft durch eine leichte Öffnung der Unterlippe hinaus. Es erhebt sich ein Gebirge aus Falten zwischen ihren Augenbrauen.

Ereignis 6:

Pip auf allen Vieren. Ihre Hände bilden Fäuste und stützen sich am Boden ab. Ihre Fäuste bewegen sich unkontrolliert schnell, hämmern auf den Boden unter ihr. Doch sie ziehen nach vorne, wieder unkontrolliert schnell. Die Hinterbeine müssen nach. Völlig unvermittelt machen die Fäuste Stopps und ziehen dann wieder in einem Höllentempo weiter. Der Blick ist starr nach vorne gerichtet, Pip muss sich konzentrieren.

4. Das Team

Emmy Steiner,

ist als freischaffende Tänzerin und Choreografin in Wien tätig. Sie studierte Zeitgenössischen Tanz in Linz an der Anton Bruckner Privatuniversität und in Brisbane an der Queensland University of Technology. Seit 2013 arbeitet sie mit LOTTALEBEN, einer Performancegruppe für junges Publikum, mit der sie für das Stück „Die Wetterküche“ in der Kategorie „Herausragende Produktion für Kinder“ für den österreichischen Kinder- und Jugendtheaterpreis STELLA*15 nominiert wurde. In diversen Projekten kollaboriert sie u.a. mit der Jeunesse und dem Konzerthaus Wien für die Konzertreihe Cinello.

2015 erhielt sie mit der Gruppe „Die Herde“ und dem Stück „Eine Kuh macht Mühe“ den „Jungwild Förderpreis für junges Theater“ und wurde mit Sabina Holzer als Mentorin für das Mentoring Programm des BKA für Kunst und Kultur auserwählt. Mit ihrem Solo „Pip.“ gewann sie den TRY OUT! artists-in-residence-Wettbewerb 2018 im Dschungel Wien.

Martina Rösler | Choreografische Beratung,

arbeitet als freischaffende Choreografin, Performerin und Tanzvermittlerin in Wien. Sie studierte Zeitgenössischen Tanzpädagogik an der MUK mit Auslandssemester an der Mimar Sinan Universität in Istanbul sowie Theater-, Film- und Medienwissenschaft an der Universität Wien. 2011 erhielt sie das DanceWEB Stipendium von ImpulsTanz, sowie 2012 das STARTStipendium für darstellende Kunst des BKA. Sie ist Teil des Wiener Theaterkollektivs makemake produktionen mit dem sie u.a. 2015 für „Das ist ja ein Ding“ mit dem STELLA Preis in der Kategorie „beste Produktion für Kinder“ ausgezeichnet wurde. Als Choreografin ist sie außerdem für das Volkstheater Wien tätig und ist Dozentin im Master of Arts Education an der MUK (Musik und Kunst Privatuniversität der Stadt Wien). Sie realisierte zahlreiche Tanz- und Kunstvermittlungsprojekte für: SCHÄXPIR Festival, Tanzwerkstatt Wien, ASSITEJ Austria, Dschungel Wien, KinderuniKunst, Kulturkontakt Austria.

Ralph Mothwurf | Dramaturgische Beratung,

lebt in Wien und ist Komponist und Musiker. Seit Herbst 2015 studiert er Jazzkomposition bei Christoph Cech und Zeitgenössische Komposition bei Carola Bauckholt. Davor absolvierte er ein Kompositionsstudium am Vienna Music Institute, wo er bei Richard Graf, Gerd Hermann Ortler und Samu Gryllus studierte. Gemeinsam mit Yasmine Hafedh gründete er das Musikprojekt „Yasmo und die Klangkantine“ mit dem er das Wiener Konzerthaus, Radiokulturhaus Wien, Jazzfest Saalfelden, Donauinselfest, Wiener Festwochen, Impulstanz, WUK Wien und viele andere Häuser im deutschsprachigen Raum bespielt. Außerdem arbeitet er in transmedialen Kunstprojekten unter anderem mit Simon Mayer, Eva-Maria Schaller und Emmy Steiner, wo seine Musik auf Lyrik, Tanz und Performance trifft.

5. Stückentwicklung/Arbeitsweise

Seit Beginn des Prozesses wird sie von Ralph Mothwurf und Martina Rösler begleitet. Ralph arbeitet als Komponist und Musiker und Martina als Tänzerin und Choreografin. Im Prozess bemerken sie immer wieder wie sich die beiden Formen – Choreografie und Komposition – gegenseitig inspirieren und doch ähnlich funktionieren. Während Ralph das Auge auf den Gesamt- und Spannungsbogen des Stückes richtet, unterstützt Martina bei der Bewegungsrecherche und der konkreten Setzung des Materials.

Für die grundlegende Arbeit ist Emmy jedoch sehr viel alleine mit der Kamera im Studio und erforscht die Möglichkeiten der Fortbewegung u.a. im Liegen, Hocken, Stehen, Kriechen.



6. Hintergrundinformationen zum Thema

Inspiration Tier

In dem Stück wird nie eindeutig ein bestimmtes Tier dargestellt, jedoch ist das Bewegungsmaterial sehr wohl von Tieren inspiriert. Von deren Bewegungen, wie auch von Geräuschen und Verhaltensweisen.

Hier schwingt die Erfahrung mit der australischen Tierwelt mit. In der Nacht ist es dort nicht ruhig. Man hört alle möglichen krächzenden, zirpenden, schrillen, teilweise beängstigenden Geräusche (kämpfende Opossums). Alle diese Geräusche haben eine eigene Intensität, Klangfarbe und Rhythmus. Diese vielfältigen und stark mit Bewegung verwobenen Klänge und Rhythmen sind essentiell für das Bewegungsmaterial von Pip.

„Pip“ der Name

Einerseits bedeutet „Pip“ Kern (von Obst, zb.: Zitronenkern) auf Englisch, andererseits war „Pip“ auch der Spitzname von Emmy Steiner, der ihr während ihrer Studienzeit in Brisbane, von ihren australischen Mitmenschen zugeteilt wurde.

Der grüne Pullover

Den grünen Pullover, der Pip´s Gesicht umrahmt, hat sie in der Nachbarschaft in Brisbane auf der Straße gefunden. Dort findet man jede Menge. Kleidung, Möbel, Musik, Bücher, Freunde,...



7. Ideen für die Vor- und Nachbereitung

„Ich bin – ich mache“:

Kennenlernen. Aufwärmen. Verbindung – Wort & Bewegung.

15-20 Min.

Die Gruppe bildet einen Kreis und der/die ÜbungsleiterIn beginnt damit seinen/ihren Namen + eine Bewegung zu sagen/machen.

Beispiel: Ich heiße Peter und ich mache... (dann hüpfte er 1x am Stand).

Danach wiederholt die Gruppe seinen/ihren Namen (Hallo Peter!) und hüpfte ebenfalls 1x am Stand. Dann kommt der/die Nächste, solange bis alle dran waren.

Variation: Die „Bewegungen“ können zu einem bestimmten Thema erfolgen, wie „Morgens nach dem Aufstehen“, „Begrüßung/Verabschiedung“, „Ferien“, „Hobbies“, „Schulfächer“ etc.

„Raumlauft“:

Auspowern. Spaß an der Bewegung.

10-20 Min.

Im Mehrzweckraum oder freigeräumten Klassenzimmer bewegen sich die Kinder frei durch den Raum. Berührungen sind vorerst nicht erlaubt. Vorab werden durch die Spielleitung 5 Fortbewegungsarten ausgewählt, die auf Zuruf von den Kindern sofort ausgeführt werden.

Beispiel: Der/die PädagogIn ruft „Hampelmann“ und alle hüpfen auf diese Weise vorwärts, rückwärts, seitwärts oder im Kreis durch den Raum.

Die Bewegungen werden solange durchgeführt bis die nächste Bewegung ausgerufen wird.

Variation: Anstatt zu rufen, können die Fortbewegungsarten auch Klatschzeichen (1x, 2x, 3x, ... klatschen) oder jeweils einem speziellen Lied zugeordnet werden. Das fördert die Konzentration sowie den Spaßfaktor.

„Schwarm“/„Lokomotive“:

Fantasie anregen. Konzentration. Vertrauen stärken. Gruppengefüge stärken.

10-20 Min.

1. Ein/en **Schwarm/Pulk** bilden, die Gruppe bewegt sich gemeinsam (selbes Tempo, selbe Bewegung, selbe Richtung) – d.h. der/diejenige, der/die zuerst losgeht, dem/der folgt die restliche Gruppe, dabei entwickelt/improvisiert jede/r AnführerIn eine eigene Gang-Art, wie Stampfen, Hüpfen, Tippeln, auf einem Bein hüpfen, in Zeitlupe, wie ein Roboter, wie ein Sumo Ringer, am Bauch robbend, etc. – und die restliche Gruppe versucht diese Bewegungsvorgabe zu imitieren. Diese vorgegebene Gangart wird solange imitiert bis jemand einen neuen Vorschlag ausführt, worauf die Gruppe wieder reagiert.

Wenn 2 oder mehr „Bewegungsangebote gleichzeitig erfolgen, darf die restliche Gruppe selbst entscheiden wem sie wie „folgt“. Meist bündelt und fokussiert sich die Gruppe wieder von ganz allein.

2. Bei jüngerer Gruppe empfiehlt sich ein „**Bewegungs-Zug**“ bzw. die „**Lokomotive**“, bei dem jede/r der Reihe nach dran kommt und man so den Irrungen und Wirrungen eines Schwarms/Pulks leicht vorbeugen kann.

Die „Lokomotive“ darf ihre eigene Bewegung ausführen und die „Wagons“ imitieren diese (für eine Runde, oder speziellen Parcours durch, z.B. den Turnsaal), dann stellt sich die „Lokomotive“ hinten an – wird zum „Wagon“. Der/die Nächste, welche/r zur „Lokomotive“ wird, gibt die nächste Bewegung vor.

Tipp: Diese Übung eignet sich besonders gut um allen (!) Beteiligten vollste Aufmerksamkeit zu schenken. Der Fokus liegt hier wirklich auf dem/der Einzelnen und somit ist die Übung eine willkommene Abwechslung zu anderen Spielen, die nach dem Prinzip „Freiwillige vor!“ arbeiten, wo sich im Durchschnitt doch immer nur dieselben melden.

„Das Lese-Spiel-Abenteuer“: (Angelehnt an: „Jeux Dramatiques“)

Fantasie anregen. Die „Wertigkeit“ von wortloser Bewegung verändern, verbessern.

Bis zu 45 Min.

1. **Schritt:** Die Gruppe versammelt sich im Kreis sitzend, oder verteilt sich im Raum liegend, am besten mit Pölstern. Die Gruppenleitung liest eine Geschichte, bzw. ein kurzes Buch vor (Dauer nicht länger als 5-8 Min.).
2. **Schritt:** Die Kinder werden gefragt welche Geschichte sie gehört haben (Was ist passiert?), welche Figuren sind vorgekommen, etc. – am besten jedes Kind mind. 1x zu Wort kommen lassen. Sicherstellen, dass alle Kinder eine Geschichte im Kopf haben, das muss aber nicht zwingend bei allen dieselbe sein.
3. **Schritt:** Die Kinder dürfen sich ein Element oder eine Figur oder ein Wort aus der Geschichte aussuchen, sich damit identifizieren. Zum Beispiel: „Ich bin der Clown, die Äpfel, der Regen, ein bestimmtes Wort, ...“ – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.
4. **Schritt:** Die Geschichte wird nochmal gelesen und die Kinder werden aufgefordert sich auf ihr Element, Wort oder Figur zu konzentrieren: „Was machen diese? Was passiert während der Geschichte mit ihnen?“
5. **Schritt:** Gemeinsam mit der Spielleitung werden Bewegungen zu den speziellen Elementen, Worten, Figuren der Kinder gefunden. Ganz einfache, leicht zu wiederholende Bewegungen. Manche Kinder werden das frei von sich aus auch machen, andere werden dieser Aufgabe eher ratlos gegenüber stehen, diesen Kindern darf natürlich geholfen werden.
6. **Schritt:** Die Geschichte wird ein 3. Mal gelesen, dabei verteilt sich die Gruppe im Raum und führt die speziellen Bewegungen der jeweiligen Elemente, Wörter, Figuren – in dem Moment, wo sie vorkommen – immer zusammen aus – die Kinder lernen also die anderen Bewegungen.

(Oder die Bewegungen werden nur von einem Kind, das sich diese ausgesucht hat vorgezeigt. Das heißt jeder sollte zu unterschiedlichen „Einsätzen“ mehr oder weniger oft dran kommen – je nachdem wie oft das Element, Wort oder die Figur in der Geschichte erscheint.)

Wenn genug Zeit und Ausdauer der Kinder vorhanden ist, könnte man auch die Bewegungen, ihres Erscheinens nach, in der Geschichte, zu einer Choreografie zusammenfügen und eine neue Geschichte dadurch erzählen, eine non-verbale. Am besten werden die nacheinander zusammengefügt Bewegungen von der Gruppenleiterin gefilmt und der Gruppe später gezeigt.

Tipp-Reflexion: Ist das noch dieselbe Geschichte? Was hat sich verändert? Weiß noch jeder, wer wer ist? Welche Geschichte sehen wir nun?

„Wie bewegen wir uns?“:

Individuum stärken. Fantasie anregen. Bewegung und Spaß.

20 Min.

Die PädagogIn/GruppenleiterIn bespricht/eruiert im Kreis (stehend), gemeinsam mit der Gruppe, folgende Themen: (Oder findet eigene, die besser zur Gruppe passen. ☺)

- Sportarten (Welche kennen wir, haben wir schon gesehen (live/im Fernsehen) oder haben wir selbst ausprobiert, Lieblingssportarten)
- Wie bestreite ich meinen Weg zur Schule/Kindergarten (Bus, zu Fuß, Rad, getragen werden, Auto, auf den Schultern von Papa, ...)
- Bewegungen, die uns jeden Tag begleiten (aufstehen, Zähne putzen, essen, am Klo sitzen, duschen, in der Puppenecke spielen, am Tisch sitzen und schreiben/malen, Geschichte lesen, schlafen, schnarchen, Wasser trinken, müde sein, etc.)
- Urlaub/Freizeit und seine/ihre Bewegungen (Eis schlecken, Sandburg bauen, um die Wette laufen, Bockspringen, iPad-spielen, ...)

Diese Themen und die dazugehörigen Bewegungen gemeinsam genüsslich ausprobieren und von den Kindern jede Menge Umsetzungsvorschläge einholen; wer sich traut darf seinen Vorschlag auch in der Kreismitte vorzeigen, nach dem Prinzip: „Einer macht vor, alle machen nach“.

Umsetzungs-Bsp. 1: Die 5- 10 besten/beliebtsten Bewegungen herausfiltern, am besten aufschreiben und die Gruppe zu passender Musik im Raum laufen/bewegen lassen. Bei „Musik-Stopp“ eine der 5-10 Bewegungen laut in die Gruppe rufen und die Kinder diese zur Musik, ausführen lassen; bis zum nächsten Stopp.

Umsetzungs-Bsp. 2: Jedes Kind sucht sich eine Bewegung aus; der/die PädagogIn notiert sich die jeweilige Zuordnung. Dann wird fangen gespielt – der/diejenige ist Fänger, dessen Bewegung (von dem/der PädagogIn) laut ausgerufen wurde. Wer gefangen wird, führt seine/ihre Bewegung am Stand solange aus, bis er/sie wieder von anderen MitspielerInnen befreit wird (z.B. auf die Schulter klopfen).

Bei jüngeren Kindern genügt einer von den 4, oben genannten Themenkreisen!

Tipp: Diese Bewegungen können auch wieder zu einer Choreografie weiterverarbeitet werden oder z.B. bei den Jüngeren, mit einem Lied/Melodie – das/die die Gruppe bereits kennt – verbinden.

„Guten Morgen“

Konzentration. Gruppe stärken.

5-10 Min.

Die Gruppe bildet einen Kreis (beginnt im Sitzen, endet im Stehen). Die GruppenleiterIn erzählt eine Geschichte vom Aufwachen bis hin zum in die Schule, bzw. in den Kindergarten kommen und spielt jedes Ereignis, bzw. jede Tätigkeit nach. Die Kinder versuchen genau dasselbe zu machen wie sie.

Möglicher Ablauf: Das Schlafen und Aufwachen noch im Sitzen mit den entsprechenden Bewegungen, Aufstehen, aufs Klo gehen, Anziehen, Zähne putzen, Gesicht waschen, Haare frisieren, in die Küche gehen, frühstücken, Jause in den Rucksack packen, evtl. Kuscheltier einpacken, Jacke & Schuhe anziehen, Mama/Papa ein Bussi geben, das Haus verlassen, Wetter, Weg in den Kiga/Schule (Ampeln, Zebrastreifen, oder im Bus Freunden zuwinken), in der Schule/Kiga ankommen, alle begrüßen – es läutet oder der Morgenkreis beginnt.

Tipp: Der/Die GruppenleiterIn soll die Ereignisse am Morgen so spannend und blumig wie möglich erzählen, an Details muss nicht gespart werden – schnarcht die Gruppenleiterin vielleicht? Läutet der Wecker und es reißt sie aus dem Bett oder bekommt sie ein „Guten Morgen-Bussi“ von Mama oder Papa. Kommt sie leicht in ihre Kleidung oder ist die Hose eng und der Pullover kratzig? Vielleicht mag sie das Marmeladebrot, das am Tisch steht, nicht essen und hätte stattdessen lieber Cornflakes? Wie ist das Wetter, wenn sie das Haus verlässt, vielleicht geht der Wind so stark, dass sie nochmal umdreht um sich eine dicke Haube zu holen, ...

Variation: Die Geschichte kann an unterschiedlichste Themen angepasst und individuell verändert werden. Vielleicht gibt es ein Thema, das die Gruppe beschäftigt und wozu der/die GruppenleiterIn eine passende Geschichte erzählen kann.

„Spiegelübung“:

Achtsamkeit.

5-10 Min.

Es bilden sich jeweils Paare, die sich gegenüberstehen. Einer der beiden macht langsame Bewegungen, die der andere (wie ein Spiegel) nachmacht. Der erste Spieler ist also die Person vor dem Spiegel, der andere Spieler ist der Spiegel. Nach einer gewissen Zeit wird gewechselt. Später kann man versuchen diese klaren Rollen aufzuheben. Jeder ist Spiegel und jeder ist vor dem Spiegel. Nutzt dabei den ganzen Raum. Nutzt dabei auch alle Ebenen: Sitzen, Stehen, Liegen.

8. Kontakt

Emmy Steiner

Email: steiner.emmy@gmail.com

Tel.: 0650 3329303