

Theaterkartei 2 - Körperwahrnehmung

von Katja Jantzen

Die Übungen dieser Kartei dienen dazu, die Körperwahrnehmung der Kinder zu schulen. Oft haben die Kinder durch langes Sitzen, einseitige Körperhaltung und/ oder eingeschränkte Bewegung in ihrer Freizeit ein unterentwickeltes Gespür für ihren eigenen Körper. Das Theaterspielen bietet den Kindern die Möglichkeit, ihren Körper bewusster wahrzunehmen und ihn in seinen vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten kennenzulernen. Körperbeherrschung ist eine Fähigkeit, die nicht nur beim Theaterspielen sehr wichtig ist – sie hilft uns auch bei alltäglichen Verrichtungen und ist nicht zuletzt auch bei Spiel und Sport notwendig. Sich mit der Sprache seines Körpers verständlich zu machen, hilft den Kindern zudem bei der Selbstvergewisserung ihres Körpers. Beim Theaterspielen ist der Körper sozusagen der zentrale Ausgangspunkt der Gestaltung. Mit ihm können Gefühle, Stimmungen und Handlungen ausgedrückt werden – sogar ganz ohne Worte.

Die Übungen zur Körperarbeit sollten zum festen Bestandteil einer jeden Theaterstunde gemacht werden. Die Kinder lernen dadurch, ihren Körper bewusst zu bewegen und ihn somit für bestimmte Bewegungsabläufe zu schulen/ erfahrbar zu machen. Die Übungen dieser Kartei dienen dazu, das so notwendige Zusammenspiel von Sprache und körperlicher Darstellung zu verbessern. Der Körper wird durch vorbereitende Übungen gelockert, Anspannung und Hemmungen werden abgebaut, die Atmosphäre wird aufgelockert.

Auch außerhalb der Theaterarbeit erfüllen die Übungen dieser Kartei eine wichtige Funktion, da sie ganz allgemein helfen sollen, die Aufmerksamkeit der Kinder auf die Möglichkeiten ihres Körpers zu lenken.

Wählen Sie aus den vorgestellten Übungen diejenigen aus, an die sie sich problemlos heranwagen. Sie können nach und nach den Schwierigkeitsgrad steigern, orientieren Sie sich dabei an ihrer Gruppe.

