

- **Übungen zur Bewegungsgröße**

- zu zweit „Ping Pong“: A gibt ein Bewegungsmotiv vor, B imitiert es, aber etwas größer - dann wieder A, noch größer - etc., bis zur größtmöglichen Steigerung (Terrassendynamik)
- ebenso in der (Klein-)Gruppe, ein Bewegungsmotiv wird „weitergereicht“, dabei immer gesteigert
 - (ebenso decrescendo)

- **Einführung in Prokofiev: Montagues & Capulets (Ausschnitt) aus „Romeo und Julia“**

- sich einen bequemen Ort suchen, Musik anhören, dabei immer wenn ein großer Abschnitt beendet scheint die Sitz-/ Liegeposition ändern
- Assoziationen sammeln zur Musik
- die Musik (und Assoziationen?) in Bewegung umsetzen
- WH, nun besonders auf die Differenzierung der Bewegungsgröße/ der eigenen Raumnutzung achten
- (evtl. bei weiterem Durchgang speziell auf Differenzierung der Körperspannung achten)

- **Motivische Analyse des A-Teils**

- in 2 Gruppen aufteilen, die sich rivalisierend gegenüberstehen („Marktplatz“) - Gruppe 1 beginnt, sich zur Musik am Platz mit spannungsreichen/ raumeinnehmenden Gesten zu bewegen, Vorgabe: wenn sich etwas in der Musik wiederholt, ist Gruppe 2 dran, wenn etwas Neues beginnt, wieder Gruppe 1
 - von der groben Zweiteilung zur feineren Abwechslung der rhythmischen Motive kommen, Gruppen öfter tauschen
- wenn geklärt: das Gleiche in Bewegung, Vorgabe: jede Gruppe versucht die andere durch intensivste Raumnutzung, Bewegungsgröße und Spannung zu beeindrucken

- **Improvisation des ganzen Stücks in mehreren Kleingruppen (jeweils 2 miteinander)**

- dynamische Steigerung des A'-Teils beachten
- gruppeninterne Lösungsmöglichkeiten für den B-Teil finden, evtl. in eine Handlung einbetten, ausgestalten, vorführen

- **falls Zeit:**

- WH Spannungsnuancen in Liegeposition
- A liegt auf dem Rücken, B bewegt seine Arme und Beine nacheinander, ohne dass A „mithilft“ (vollkommene Entspannung der Körperteile) - Wechsel -

Einführung in die Arbeit an musikalischen Parametern über Bewegung am Beispiel des Parameters „Dynamik“

• Warm up

(M: Glenn Miller/ Chattanooga Choo Choo,
evtl. Matthias Frey/ The Sky remains the same)
frei im Raum bewegen,
bei Stopp der Musik: Freeze

- 1/2 der Gruppe bewegt sich, die andere 1/2 kommt nach Freeze dazu und prüft (zunächst vorsichtig), ob die Partner durchgehende Körperspannung haben
 - o Variante „*Stein, Knetgummi, Feder*“: ...stellt fest, welchen dieser Begriffe sich Partner ausgewählt hat (jew. unterschiedliche Körperreaktion auf Berührungsimpuls, da unterschiedlicher Spannungsgrad)

• freie Bewegung zur Musik

M: Telemann, Gigue aus „Hamburger Ebb' und Flut“
(deutliche dynamische Unterschiede)

Welche Mittel habt ihr benutzt, um Bewegung „laut“ oder „leise“ zu machen?
Welche gäbe es noch?

- laute Bew.
- kraftvolle Bew. (isometrisch)
- große, raumgreifende Bew.
- (Unterschiede im Ausdruck)

...

• Übungen zur Bewegungs-Lautstärke

- zu zweit: A zeigt ein Bewegungsmotiv (geräuschvoll),
B imitiert es danach ganz ohne ein Geräusch - Wechsel -
 - o gerade schwierige Bewegungen öfter probieren, sich nicht zufrieden geben...
- sich so leise bewegen, dass die anderen nicht orten können, wo man sich am Ende der Bew. befindet (Hälfte der Gruppe hat Augen geschlossen, lauscht und versucht mit Armen die Bewegung zu verfolgen)

• Übungen zur Körperspannung

- seine eigene Maximalkraft einsetzen:
mit Partner Handflächen aneinander, versuchen, sich gegenseitig wegzudrücken
 - o ebenso mit unterschiedlichen Körperteilen und wechselnden Partnern...
- Kraftdosierung: isometrische Spannung,
wenn der eine Partner die Spannung erhöht, erhöht der andere gleichermaßen,
so dass sich die Körperform nicht verändert
- ein cresc. - decresc. probieren
- ebenso in Kleingruppen, Handflächen aneinander