



## Allgemeine Informationen zum Bewegungs- und Improvisationstheater

Bewegungstheater ist eine Form des Theaters in der sich Darstellung, Musik und Tanz miteinander verbinden. So wie die Sprache im Schauspiel Informationen vermittelt, übernimmt im Bewegungstheater die Bewegung die Funktion der Sprache. Im Bewegungstheater liegt der Schwerpunkt auf der Arbeit mit dem eigenen Körper, der eigenen Körpererfahrung und dessen Ausdrucksmöglichkeiten. Die Bewegung ist das 'Spielzeug' mit dessen Hilfe in Form von Mimik, Gestik und Körpersprache Bilder und Geschehnisse dargestellt und ausgedrückt werden können. Manchmal kann es sogar einfacher sein etwas körperlich auszudrücken als zu versuchen etwas mit Worten zu beschreiben.



### Wichtige Aspekte des Bewegungstheaters

- Besonders soziale oder emotionale Situationen/Ereignisse können hervorragend dargestellt werden.
- In der Regel wird sich zu Anfang spontan und improvisierend (also spontan) mit einem Thema auseinandergesetzt.
- Es wird sich vor allem nonverbal ausgedrückt (mit dem Körper und teils mit Geräten). Daher eignet es sich auch besonders für ein mehrsprachiges, internationales Publikum.
- Das Körpergefühl und der körperliche Ausdruck werden trainiert.
- Selbstbewusstes Auftreten sowie klare Körpersprache, Gestik und Mimik werden gefördert.
- Im Mittelpunkt steht die (spontane) Interpretation des Themas; Kostüme und Bühnenbild sind von nachrangiger Bedeutung.

Das Improvisationstheater ist vermutlich die älteste Theaterform überhaupt. Die ersten „Schauspieler“ waren Geschichtenerzähler, die ihren Zuhörern mündlich überlieferte Märchen kreativ wiedergaben. Beim heutigen Improvisationstheater geht es darum ein Thema spontan zu interpretieren und spielerisch umzusetzen ohne es vorher einstudiert zu haben. Es kann sich dabei um einzelne oder um mehrere aneinandergereihte Szenen handeln, die inhaltlich zusammenhängen können, aber nicht müssen. Die Teilnehmenden können alleine oder auch mit mehreren auf der Bühne gemeinsam interagieren oder gegeneinander spielen.

### Wichtige Aspekte des Improvisationstheaters

- Ein Thema/eine Szene wird spontan gespielt ohne sie vorher geübt zu haben.
- Das Selbstbewusstsein der Teilnehmenden soll gestärkt werden.
- Scheu und Ängste, wie z.B. sich vor anderen blamieren zu können, sollen abgelegt werden.
- Kreativität wird gefördert.
- Das spontane und flexible Reagieren auf Mitspieler oder verschiedene Themen wird trainiert.
- Das klare, laute und deutliche Sprechen vor Publikum oder Mitspielenden wird geübt.
- Im Mittelpunkt steht die spontane Interpretation des Themas; Kostüme und Bühnenbild sind von nachrangiger Bedeutung.

## Warum kann uns Bewegungs- und Improvisationstheater im alltäglichen Leben helfen?

- Im Alltag kann eine ausgeprägte Körpersprache, Gestik und Mimik oft lauter sein als unsere Worte.
  - Wir unterstützen unser Gesagtes.
  - Wir kommunizieren mit Menschen, die unsere Sprache nicht verstehen.
  - Wir drücken unsere Gefühle aus.
  - Etc.
- In einem Gespräch mit verschiedenen Personen müssen wir flexibel auf verschiedene Themen und Fragen reagieren
  - Mit dem Lehrer/Direktor/Chef müssen wir selbstbewusst reden und spontan Fragen beantworten.
  - Ältere Menschen erzählen uns Geschichten aus vergangenen Zeiten, bei dem wir höfliche Rückfragen stellen können.
  - Bei jüngeren Menschen oder Kleinkinder müssen wir schwierige Themen ganz einfach darstellen können.
  - Etc.
- In der Schule/bei der Arbeit müssen wir selbstsicher auftreten und in verschiedene Rollen schlüpfen, um unseren Standpunkt oder Wünsche deutlich zu machen
  - Wir schlüpfen in die Rolle des/der selbstbewussten Schülers/Schülerin
  - Wir schlüpfen in die Rolle des Klassensprechers, der die Interessen der anderen Schülerinnen und Schüler vertreten muss.
  - Wir schlüpfen in die Rolle des Referenten, der etwas präsentieren muss.
  - Etc.

## Wann und wo können wir Bewegungs- und Improvisationstheater einsetzen?

- In der Sporthalle während der Sportstunde können wir vor allem grundlegende Aspekte des Bewegungs- und Improvisationstheaters fördern und trainieren
  - Phantasie der Kinder durch Geschichten oder Bewegungslandschaften anregen
  - Die Teilnehmer/innen in verschiedene Rollen (z. B. Tiere oder Berufsformen) hineinversetzen lassen
  - Emotionen körperlich ausdrücken
  - Laut und deutlich sprechen können
  - Etc.
- In der Ferienfreizeit oder einem Projekttag bzw. einer Projektwoche
  - Innerhalb eines Workshops kleine Übungsformen des Bewegungstheaters durchführen
  - Innerhalb eines Projektes ein Bewegungstheater zu einem bestimmten Thema einstudieren
  - Als Abendprogramm ein Improvisationstheater für Klein und Groß vorbereiten
  - Etc.

## Pädagogische Leitsätze

Grundsätzlich gelten sowohl beim Bewegungs- als auch beim Improvisationstheater die pädagogischen Leitsätze: *vom Einfachen zum Schweren* und *vom Einzelnen zur Vielfalt*. Gerade für Kinder und Jugendliche stellen diese beiden Formen des Theaters anfänglich eine große Herausforderung dar.