

Choreografieren – Erster Schritt: Von einem Objekt aus kreativ werden (taktiler Impuls)

Der Teilnehmende wird von einem Objekt aus kreativ, hier von einem leeren Bilderrahmen. Er erforscht die Möglichkeiten, die er eröffnet.

Die Lehrperson lässt ihm entweder freien Lauf oder führt ihn mit mündlichen Anweisungen. Beispiele: Kannst du dieses Objekt drehen? Durch es hindurchgehen? Im Gleichgewicht halten? Es umrunden? In die Luft werfen und wieder fangen? Darüber hinweg oder unten durch gehen? Auf jede Frage hin suchen die Teilnehmenden Lösungen und entwickeln so ein neues Bewegungsrepertoire, das später in eine Folge von Bewegungen integriert werden kann.

Annika und Sophie suchen zu zweit nach Lösungen und stellen sich spontan einander gegenüber auf, um eine Interaktion zu generieren. Nach einigen Bewegungen bittet sie der Choreograf, die folgenden Bewegungen gegen das Publikum hin auszuführen, damit sie besser sichtbar sind (siehe [«Orientierung der Interpreten»](#)).

Anmerkungen: Experimente können allein, zu zweit, mit einem oder mit zwei Rahmen erfolgen. Alles ist denkbar, auch, am Ende des Prozesses ohne Objekt zu arbeiten.

Material: Die Lehrperson beschafft leere Rahmen. Sie kann auch die Teilnehmenden bitten, welche mitzubringen.

Quelle: Séverine Hessloehl, Fachleiterin J+S Gymnastik und Tanz



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO