

Der Kreativität einen Raum geben - Theaterimprovisation

Bildungsurlaub 03.08. – 07.08.2020

Montag, 03.08.		
	10:00 – 11:00	Begrüßung, Vorstellungsrunde, Wünsche und Erwartungen der Teilnehmenden, Überblick zum Seminarablauf, Warm-up
	11:00 – 11:30	Kaffeepause
	11:30 – 12:30	Körperarbeit, Wahrnehmungsübungen, Übungen zum Zusammenspiel und zur Präsenz
	12:30 – 14:00	Mittagspause
	14:00 – 16:00	Aufmerksamkeitsspiele, Gehen und Bewegen im Raum, Übungen zum körperlichen Ausdruck
	16:00 – 16:30	Kaffeepause
	16:30 – 19:00	Bewegungsimprovisationen, Standbilder bauen, Hutimprovisation, Tagesabschluss und Ausklang
	19:00	Abendessen
Dienstag, 04.08.		
	8:00	Frühstück
	9:00 – 10:30	Entspannungsübungen, Warm-up, Wahrnehmungstraining
	10:30 – 11:00	Kaffeepause
	11:00 – 12:30	Körperarbeit, Übungen zum Annehmen von Impulsen, Partnerübungen nach Lee Strasberg
	12:30 – 14:00	Mittagspause
	14:00 – 16:00	Vorstellen von Bühnenregeln, Erläuterungen zum Geben von Feedback Bühnenimprovisation: Zug um Zug
	16:00 – 16:30	Kaffeepause
	16:30 – 19:00	Reaktionsspiele, Übungen zur Spontaneität und zum körperlichen Ausdruck, Bühnenimprovisation: Zug um Zug, Tagesabschluss und Ausklang
	19:00	Abendessen
Mittwoch, 05.08.		
	8:00	Frühstück
	9:00 – 10:30	Entspannungsübungen, Warm-up, Wahrnehmungs- und Körpertraining, individuelle Bewegungsmuster wahrnehmen und erweitern
	10:30 – 11:00	Kaffeepause
	11:00 – 12:30	Übungen zur Körpersprache, Wahrnehmung von Körperhaltungen mithilfe von Neutralmasken
	12:30 – 14:00	Mittagspause
	14:00 – 16:00	Improvisationen zum Thema Körpersprache und Haltungen

	16:00 – 16:30	Kaffeepause
	16:30 – 19:00	Improvisation zum Thema: Die Figur und ihre innere Haltung, Tagesabschluss und Ausklang
	19:00	Abendessen
Donnerstag, 06.08.		
	8:00	Frühstück
	9:00 – 10:30	Entspannungsübungen, Warm-up, Wahrnehmungs- und Körpertraining
	10:30 – 11:00	Kaffeepause
	11:00 – 12:30	Rhythmusübungen, Übungen zum Ausdrücken von Emotionen, Erläuterungen zum Aufbau einer Szene
	12:30 – 14:00	Mittagspause
	14:00 – 16:00	Szenische Improvisation zum Thema Figur und Emotion, szenische Arbeit in Kleingruppen
	15:30 – 16:00	Kaffeepause
	16:30 – 19:00	Vorstellen der Gruppenergebnisse und szenische Arbeit, Tagesabschluss und Ausklang
	19:00	Abendessen
Freitag, 07.08.		
	8:00	Frühstück
	9:00 – 10:30	Entspannungsübungen, Warm-up, Wahrnehmungs- und Körpertraining
	10:30 – 11:00	Kaffeepause
	11:00 – 12:30	Statusspiele, Improvisationen zum Thema Status
	12:30 – 14:00	Mittagspause
	14:00 – 15:00	Szenische Improvisation zum Thema Status
	15:00 – 15:30	Kaffeepause
	15:30 - 16:00	Erfahrungsaustausch und Reflexion, Feedbackrunde, Verabschiedung

Lernziele:

- Erlernen von Grundlagen des Schauspielens insbesondere der Improvisation
- Beleben der eigenen Kreativität
- Erweiterung der persönlichen, emotionalen und körperlichen Kompetenz
- Erweiterung der eigenen Ausdrucksfähigkeit und der Spielfreude
- Steigerung der Teamfähigkeit
- Erweiterung der zwischenmenschlichen Kommunikationskompetenzen
- Kennenlernen neuer Wege für mehr Leichtigkeit im beruflichen Alltag