

Clownerie- Entdecke den eigenen Clown in Dir

Leiter: Canip Gündogdu

27.06.2014- 29.06.2014

Verfasst von: Ute Gehle und Sina Schneider

Freitag, 27.06.2014:

- Begrüßung (an der Burg); Dorentina stellt sich als neues Mitglied vor. Jonathan wird eventuell die Gruppe verlassen, wenn er einen Studienplatz in Freiburg bekommt.

1. Übung: Vorstellungsrunde

Ein Teilnehmer tritt hinter seinen Stuhl und stellt sich in der dritten Person vor. Dabei werden drei Geschichten erzählt, wovon eine gelogen sein muss. Die Gruppe darf nachfragen und muss dann abstimmen welche Geschichte wahr ist und welche falsch.

2. Übung: Namensspiel

Alle stehen im Kreis. Der Spielleiter beginnt das Spiel in dem er einer Person im Kreis anblickt und dieser mit einem Klatschen in die Hände deren Namen zuruft. Ist der Name richtig, fährt die angesprochene Person sofort- ist der Name falsch-nach der Korrektur, fort. Das Spiel wird solange gespielt, bis alle Namen mehrfach genannt worden sind. Dabei sollte sich im Spielverlauf die Geschwindigkeit erhöhen.

3. Übung: Namensspiel

„Wenn ich ein Tier wäre“: Alle stehen weiterhin im Kreis. Ein Spieler stellt sich mit seinem Namen vor und sagt danach: „Wenn ich ein Tier wäre, dann wäre ich ein/ eine...“ (ohne das Tier zu benennen). Das Tier wird vorgemacht und vom Rest der Gruppe nachgemacht.

4. Übung: Lockerungsübung/ Aufmerksamkeit

„Finger fangen“: Kreisauflistung; jede Person hält dem Nachbarn die rechte flache Hand hin und der Nachbar tippt mit seinem linken Zeigefinger darauf. Gleichzeitig tippt die Person mit ihrem linken Zeigefinger auf die rechte Handfläche des linken Nachbarn. Auf das Kommando „Hepp“ versucht man einerseits den Zeigefinger weg zu ziehen und gleichzeitig mit der anderen Hand den Zeigefinger des Nachbarn zu fangen.

Variante 2: linke Hand flach und rechter Zeigefinger

Variante 3: Die Hände werden vor dem Körper gekreuzt.

5. Übung: Konzentration/ Aufwärmübung

Wusch/ Zapp/ Hey: Alle stehen im Kreis. Dabei wird mit „Wusch“ ein Impuls im Kreis herum gegeben. Auf das Kommando „Hey“ kann man den Impuls stoppen und zurück geben. Dann ändert sich die Richtung der „Wusch- Bewegung“. Durch „Zapp“ kann man den Impuls zu jeder anderen Person im Kreis weitergeben, die Person darf jedoch nicht neben einem stehen.

6. Übung: Vertrauensübung

Blinde Kuh mit Abklatschen: Alle stehen im Kreis.

Variante 1: Ein Teilnehmer geht auf einen anderen zu und bleibt vor ihm stehen.

Beide Springen möglichst gleichzeitig hoch und klatschen sich mit beiden Händen ab.

Variante 2: Der Teilnehmer der auf den anderen zugeht hat seine Augen beim Gehen, Springen und Abklatsche geschlossen.

Variante 3: Beide Personen haben die Augen während des ganzen Durchlaufs geschlossen.

7. Übung: Vertrauensübung

Blinde Kuh mit Platzwechsel: Alle stehen etwas enger im Kreis. Ein Spieler steht mit in der Mitte und wählt zwei Personen aus, die ihre Plätze wechseln sollen.

Der Spieler in der Mitte schließt seine Augen und versucht die beiden Anderen während des Platzwechsels blind zu fangen.

8. Übung: Hinführung zum Clown

Nasen aufsetzen: Jeder sucht sich eine passende Clownsnase aus.

Kreisauflistung: Jede Person setzt sich ihre Nase auf, dabei haben alle ihre Augen geschlossen. Canip zählt bis 10 und dann heben alle gleichzeitig den Kopf und sehen sich an und nehmen sich und die Anderen mit Clownsnase wahr.

Im Folgenden werden Übungen auch mit Clownsnasen durchgeführt. Dabei erfolgt das Aufsetzen der Nasen immer nach demselben Ritual.

9. Übung: Hinführung zum Clown

Raumlauf mit Clownsnase. Wenn der Spielleiter klatscht bleiben alle stehen und gucken ihn an, danach werden in der Gruppe drei Blicke ausgetauscht und danach wieder zum Spielleiter bzw. zum Publikum geschaut. Dabei sollte man versuchen, möglichst nicht zu spielen, sondern sich von seinen eigenen Impulsen leiten lassen.

Variante 1: Raumlauf mit verschiedenen Körperhaltungen (Schultern hoch, Mund weit auf, Kopf nach vorne, Hüfte nach vorne, Beine eng und kleine Schritte, Hüftbreite Schritte und breite Schritte)

10. Übung: Der eigene Clown „Clownstauf“

Alle stehen im Kreis. Ein Mitspieler geht mit seiner Clownsnase in die Mitte und die Anderen werfen ihm spontan ihre Namensvorschläge zu. Findet der Clown in der Mitte einen Namen für sich passend, ruft sie diesen Namen laut und schreit „Yiepie“.

Die Clownsnamen:

Birte: Amanda
Ute: Ursula
Demokrat: Brill
Dorentina: Lola
Meike: Ratze
Stefan: Anton
Eva: Rubbel
Adelina: Helena
Rebecca: Fred
Julia: Finchen
Kathrin: Mandarinchen
Justus: Cronk
Jonatan: Platon
Sina: Rosi

Samstag 28.06.2014: 1. Block

Nach der Begrüßung wird nachgefragt ob jeder Teilnehmer noch mit seinem Namen zufrieden ist. Es besteht dann und zu jedem anderen Zeitpunkt die Möglichkeit den Namen zu wechseln, dabei erfolgt die Namensfindung wieder nach dem bekannten Schema der „Clownstaufe“.

Neue Clownsnamen:

Birte: Knorps
Ute: Sursula

Beachte: Der Clownsnamen sollte nicht zu stark den Charakter des Clowns vorgeben, da dieses das Spiel zu sehr einschränken kann.

1. Übung: Achtsamkeitsübung- Den Blick für den Anderen schulen.

Es werden Paare gebildet. Die Partner stehen sich gegenüber und versuchen jedes Detail ihres Gegenübers wahrzunehmen. Dann schließt eine Person die Augen und die Andere verändert 3 Dinge an sich. Nach dem Öffnen der Augen sollen, nach Möglichkeit, alle Veränderung gefunden und benannt werden.

Danach wechselt man die Rollen.

Die 2er Gruppen werden nochmal neu gemischt und das Spiel beginnt von vorne. Anschließend erfolgt ein Durchlauf mit Clownsnase.

2. Übung: Aufmerksamkeit/Vertrauen/ Gruppendynamik

Bewegungen werden nach gemacht. Dazu stehen alle im Kreis und ein Spieler gibt verschiedenen Bewegungen vor, die die ganze Gruppe möglichst genau nachmachen soll, ohne zu sehr auf den Vorführenden zu schauen. Mehrere Durchläufer mit wechselnden „Vorführern“.

Variante 1: Ein Teilnehmer verlässt den Raum. Währenddessen bestimmt die Gruppe eine Person, welche die Bewegungen vormachen soll. Der Teilnehmer kommt wieder in den Raum und muss durch Beobachtung herausfinden welche Person aus der Gruppe die Bewegungen vorgibt.

Der 2. Durchlauf erfolgt mit Clowns-nase.

3. Übung: Hinführung zum eigene Clown Clownserwachen

Alle Clowns liegen auf dem Boden und schließen ihre Augen. Der Spielleiter verteilt im Raum unterschiedliche Gegenstände. Nach einer gewissen Zeit versuchen alle ihre Umgebung mit geschlossenen Augen wahrzunehmen. Sie dürfen sich blind durch den Raum bewegen und dabei die Gegenstände ertasten und erforschen. Zum Schluss muss sich jeder Clown für einen Gegenstand entscheiden und darf nun die Augen öffnen.

4. Übung: Vorstellung der Clowns

Es wird ein Zuschauerraum aufgebaut. Ein Clown tritt er hinter eine Stellwand und sucht sich dort eine passende Kopfbedeckung aus. Anschließend betritt er die „Bühne“ und stellt sich vor indem er seinen Namen sagt und seinen Gegenstand ohne zu Sprechen präsentiert.

Kurze Feedbackrunde: Was ist das wesentliche bei einem Clownsauftritt?

-Verkleidung

-Blicke:

-Zum Publikum/Kontakt zum Publikum aufbauen

-Blick auf sich selbst, um eigene Bewegungen wahrzunehmen und andere darauf aufmerksam zu machen

-Blicke zu den Mitspielern

-Mut zum Scheitern

-Wiederholungen

-Innehalten

5. Übung: Wachmacher „Bunny Bunny“

Alle stehen im Kreis.

6. Bewegung: Ein Rhythmus wird vorgegeben, in dem man sich zunächst mit beiden Händen auf die Oberschenkel und anschließend in die Hände geklatscht wird. Dabei wird beim Klatschen auf die Oberschenkel „Boom“ gerufen und beim in die Händeklatschen „Tscha(k)“ gerufen. Dieser Rhythmus wird erst einmal geübt.

7. Bewegung: Dann wird eine weitere Bewegung eingeübt, bei der man „Bunny Bunny“ ruft. Dabei zeigen beide Hände zum eigenen Gesicht und werden 2 mal im Rhythmus von „Bunny Bunny“ geöffnet und geschlossen. Anschließend wird der Impuls an einen anderen Teilnehmer weitergegeben, indem man den Blick und die Hände auf diesen richtet und die „Bunny Bunny“ Bewegung durchführt. Dann ist diese Person dran diesen Impuls weiter zu geben.

8. Bewegung: Bei der dritten Bewegung wenden sich die Spieler um 90 Grad nach rechts oder links und sagen „Ticki Taki, Ticki Tacki“ und bewegen sich wie ein Hampelmann dazu. Auch diese Bewegung wird zunächst eingeübt.

Im Spielverlauf werden der Rhythmus und die Geschwindigkeit durch das „Boom Tscha(k)vorgegeben, dass alle im Kreis machen. Ein Spieler beginnt mit der „Bunny Bunny“ Bewegung, was da zu führt, das seine beiden Nachbarn die „Ticki Taki“ Bewegung zu ihm gerichtet ausführen müssen. Wer einen Fehler bei diesem Rhythmuspiel macht scheidet aus. Zum Schluss bleiben 3 Gewinner übrig. Der 2. Durchlauf erfolgt mit Clownsnase.

9. Übung: Bewegungsspiel

Raumlauf in verschiedenen Geschwindigkeiten und mit unterschiedlichen Aktionen.

Tempo 1: sehr langsam

Tempo 2: Normale Alltags Geschwindigkeit

Tempo 3: Etwas schnelle als im Alltag

Tempo 4: sehr schnell

1x Klatschen: mit beiden Händen auf den Boden klatschen und anschließend hoch springen und „Hey“ dabei rufen

2x in die Hände klatschen: Auf den Boden liegen und bewusst atmen

3x klatschen: Ein Ton erzeugen

Stopp: Stehen bleiben und Blick zum Publikum und atmen.

Die Teilnehmer haben die Gelegenheit während des Raumlaufes ihre Eindrücke und die wahrgenommenen Gefühle an einer Posterwand zu notieren.

Der 2. Durchlauf erfolgt wiederum mit den Clownsnase.

10. Übung: Bewegung – Tanz

Die Gruppenmitglieder tanzen zu unterschiedlichen Musikstücken und sollen sich dabei selbst und das Publikum mit besonderen Bewegungen überraschen. Wenn die Musik stoppt, weiter tanzen und evtl. Bewegungen der Anderen imitieren/ nicht steigern. Beim Bewegen durch den Raum soll der Kontakt zu anderen Tänzern aufgenommen und kurz gemeinsam getanzt werden.

Variante 1: Duo Tanz: Es werden Duos gebildet, die jeweils einzeln auf der Bühne zu einem bestimmten Lied tanzen. Dabei soll der Kontakt zum Publikum aufgebaut werden. Interessant wird der Beitrag vor allem durch Gegensätze. Mit dem Blick auf sich selbst, zum Publikum und durch das Einfrieren, können komische Akzente entstehen. (Mit Clowns-nase.)

11. Übung: Bewusste Konversation - Hallo/Du/Ich...

Alle laufen durch den Raum wenn man einem Mitspieler begegnet begrüßt man diesen in dem man „Du“ sagt. Dabei kann man verschiedene Arten der Betonung/Emotion ausprobieren. Dann werden nach und nach weitere Worte eingeführt „Hallo – Ich – Nochmal – Glückwunsch - Jawohl und Thoroughly“. Nur mit diesen Worten sollen die Konversationen zwischen den Clowns stattfinden. Es ist wichtig dabei auf den Ausdruck und auch auf die Gefühle zu achten, die man transportieren will. (Mit Clowns-nase.)

12. Übung: Kleine Improvisation – Chorübung

Die Gruppe soll einen Chor darstellen, der das Lied „Theo spannen den Wagen an“ vortragen will. Die Clowns betreten zeitversetzt die Bühne und nehmen ihre Position im Chor ein. Vor dem Singen kommt es zu verschiedenen Verzögerungen. Für die Konversation untereinander dürfen nur die Wörter aus Übung 8 verwendet werden.

2. Block:

13. Übung: Aufwärmen - King John Durchführung: siehe vorheriges Protokoll

14. Übung: Aufwärmen - Fliege fangen im Kreis
Aufstellung im Kreis. Über einer Person kreist eine imaginäre Fliege, die von den beiden Nachbarn durch zusammen klatschen der Hände über der Person getötet werden soll. Dabei bückt sich die Person in der Mitte. Danach fliegt die Fliege zum linken Nachbarn weiter und die Bewegungen werden dort wiederholt. Hier erfolgt der 2. Durchlauf mit Clowns-nase.

15. Übung: Einstieg in clowneske Bewegungen/ Beobachtungen

Fliege fangen im eigenen Kosmos. In dieser Übung sollen kleine Bewegungen geübt werden. Daher stellt sich jeder Teilnehmer einen imaginären Ball vor in dem er steht. In diesem Ball befindet sich außerdem noch eine Fliege, die sehr störend ist und gefangen bzw. verscheucht werden soll. Dabei müssen nicht unbedingt die Hände benutzt werden. Wichtig ist aber auch bei dieser Übung durch Blickkontakt den Bezug zum Publikum herzustellen. (Mit Clowns-nase.)

16. Übung: Beobachtungsgabe schulen - Dinge größer/ kleiner machen

Es werden 2er Gruppen gebildet. Dabei macht eine Person eine Bewegung vor die sehr groß ist. Der Partner macht diese Bewegung nach, allerdings sehr minimalistisch. Die erste Person versucht nun die Bewegung noch größer zu machen woraufhin der Partner wieder reagiert. Es werden zwei Durchläufe mit Rollentausch und Clowns-nasen durchgeführt.

17. Übung: Standbilder mit Geschichte in Partnerübung

Zunächst wird ein Spieler von seinem Partner in eine bestimmte Haltung gebracht. (Bildhauerübung siehe vorheriges Protokoll). Dann erfindet er eine kurze Geschichte zur seinem Werk. Durch antippen der Statur erwacht diese zum Leben und sagt einen passenden Satz zur Situation in der sie sich befindet.

Variante 1: Es werden zwei Gruppen gebildet, wobei eine Gruppe den Raum verlässt. Beide Gruppen finden Standbilder zu den Begriffen von der Posterwand. Später kommen beide Gruppen wieder zusammen und präsentieren sich nacheinander ihre Bilder. Die betrachtende Gruppe improvisiert eine Geschichte zu dem Standbild.

18. Übung: Aufwärmen - Fliegendes Schwein

Die Gruppe wirft sich im Kreis einen Gegenstand (diesmal ein Schwein) zu. Zunächst wird Blickkontakt zu einem Mitspieler hergestellt dann das Schwein geworfen und dabei ein Geräusch gemacht. Anschließend wechseln beide Personen schnell ihren Platz.

19. Übung: Improvisation - Clown Duo Stellwand

Zwei Clowns gehen vor die Tür und tragen umständlich eine Stellwand in den Raum. Dabei dürfen wieder nur die Worte aus Übung 8 benutzt werden. Des Weiteren werden hierbei wieder der Blick auf sich selbst, zum Publikum und das Einfrieren als Unterstützung der Komik geübt. Wichtig ist hierbei sich auf ein Thema zu beschränken und ein positives Ende zu finden.

20. Übung: Namestraining - Ähm Spiel

Im Sitzkreis. Eine Person steht in der Mitte. Derjenige dessen Platz rechts frei geworden ist muss möglichst schnell einen Namen aus der Gruppe rufen. Damit ist dieser Platz reserviert und die Person in der Mitte, darf sich nicht mehr auf diesen Platz setzen. Der rechte Nachbar des freigewordenen Platzes muss nun einen neuen Namen in die Gruppe rufen, bevor die Person aus der Mitte diesen Platz einnehmen kann. Regel: Es darf kein direkter Nachbar des freien Platzes genannt werden. Wer einen Fehler macht kommt in die Mitte.

21. Übung: Lockerungsübung - Abklopfen des Körpers:

Alle stehen im Kreis. Nacheinander werden zuerst der eigene linke Arm, dann beide Beine, die Brust, der Rücken, die Stirn und anschließend der Rücken des rechten Nachbarn abgeklopft. Das Abklopfen erfolgt zunächst 8x hintereinander, dann 4x, danach 2x und abschließend 1x.

22. Übung: Vorübung für die Präsentation als Clown

Jeder in der Gruppe hat 10 Minuten Zeit für sich selbst eine besondere Tätigkeit zu finden, die er dem Publikum präsentieren möchte. Diese Übung wird mit Musik unterstützt. (Mit Clowns-nase.)

23. Übung: Head, Arm, Leg

Es werden 3 Stühle auf der Bühne aufgestellt. Drei Clowns betreten nacheinander die Bühne und setzen sich auf die Stühle. Sie dürfen nur drei bestimmte Bewegungen ausführen.

1. Head: Der Kopf bewegt sich zum Nachbarn oder zum Publikum.

2. Arm: Beide Arme werden gleichzeitig nach oben gestreckt.

3. Leg: Ein Bein wird über das andere Bein geschlagen.

Variante 1: Die Übung wird mit Mimik durchgeführt.

Variante 2: Die Übung wird ohne Mimik durchgeführt.

Variante 3: Die 3 Personen sind frei in ihrer Gestik und Mimik. (Ein Clown kommt von außen in die Gruppe)

24. Übung: Die Clownsgeburt

4 Clowns schlafen auf ihren Stühlen in der Mitte der Bühne. Dabei ist ihr Oberkörper nach vorne gebeugt. Das Erwachen wird mit Musik untermalt. Jeder Clown erwacht in seinem eigenen Tempo. Sie öffnen ihre Augen und nehmen ihre Umgebung wahr. Wenn einer den Impuls verspürt, geht er in Verlängerung seiner Stuhllinie auf das Publikum zu und präsentiert seine Tätigkeit aus Übung 20. Hierbei sind wieder der Blick zum Publikum wichtig, sowie Wiederholungen, die die Komik steigern können. Die Clowns sollen in dieser Übung auch innerhalb der Gruppe in Kontakt treten und aufeinander achten.

Sonntag 29.06.2014

1.Block:

1. Übung: Aufwärmen - Benno sagt ...

Alle stehen zunächst im Kreis zusammen. Der Spielleiter gibt Befehle vor, wie z.B.: „Benno sagt, wir heben die Arme hoch.“ Nur die Befehle dürfen ausgeführt werden, die mit „Benno sagt“ anfangen alle anderen nicht. Die Kreisformation löst sich auf und die Gruppe läuft entweder durch den Raum und führt die jeweiligen Befehle aus bzw. nicht aus. Nach einer gewissen Übungsphase, fliegen dann diejenigen raus, die Fehler machen.

2. Übung: Clownsübung - Rot Clown und Weiß Clown

In einer Partnerübung treffen die beiden Clowns aufeinander. Sie sind gute Freunde und haben eine positive Beziehung zueinander. Der Weiß Clown ist gegenüber dem Rot Clown höher gestellt und gibt dem Rot Clown Anweisungen. Diese Anweisungen will der Rot Clown auch bereitwillig folgen, lässt sich allerdings stetig ablenken und es ergeben sich ständig neue Wege, die verhindern die Anweisung auszuführen. 2 Durchgänge mit Rollentausch.

3. Übung: Clownsübung - Zeitverzögerte Reaktion

Der Rot Clown reagiert auf den Weiß Clown erst nach dem dieser seinen Wunsch ein zweites Mal wiederholt hat zeitverzögert. Der Weiß Clown hat dadurch die Möglichkeit seine Anweisungen umzuformulieren. Eine weitere Technik ist, dass der Rot Clown zunächst auf die vorletzte Frage/Anweisung antwortet. 2 Durchgänge mit Rollentausch.

4. Übung: Aufwärmübung „Whiskymixer-Wachsmaske-Messwechsel“

Anleitung siehe vorheriges Protokoll

5. Übung: Die 11 Zahlen

1: Blick vom Publikum abgewendet

2: Publikumsblick

3: Publikumsblick und tief ein- und ausatmen

4: unterstes Energieniveau, ein Gefühl wie kurz nach dem Aufstehen, nur nicht so verschlafen (nicht ständig Gähnen und Strecken; vielmehr können alle Alltagshandlungen, Gestik oder Mimik auf diesem Energieniveau stattfinden)

5: Alltagsenergie

6: Einen Zahn zu legen, Eine Schippe drauf

7: In Hektik geraten

8: Kontrollverlust/Panik: Explosion, Du steigst auf dem Bahnhof gerade die Stufen zum Bahnsteig hinauf und stellst fest, dass der Zug gerade abfährt, trotzdem hämmerst du wie wild auf den Knopf am Zug, in der Hoffnung, dass sich die Türen doch noch einmal öffnen

9: Irritation, das heißt von außen wird etwas in die Szene gebracht, das für einen kurzen Moment für Irritation beim Publikum sorgt, entweder reagieren die Personen in der Szene auf die Irritation, oder sie bleibt unbeachtet und die Szene läuft unbeeinflusst weiter.

10: Chaos

11: Kommentarlínie: An den vorderen Bühnenrand treten und Gefühle äußern.

In Verbindung mit Raumläufen wurden die unterschiedlichen Energieniveaus bzw. Techniken nacheinander eingeführt;

Variation: Auch in Stillstand verschiedene Aktivitätsniveaus ausprobieren;

auch Emotionen sind von vier nach acht steigerbar.

6. Übung: Partnerübung der Gang des Clowns

Ein Clown geht vor und ein anderer Spieler geht hinter ihm her und beobachtet seinen Gang. Wenn er eine Besonderheit festgestellt hat, geht der Beobachter vor den Clown und verstärkt diese Auffällig beim Gehen. Der Clown folgt nun dem Beobachter und hat so die Gelegenheit diese Eigenheit zu erkennen und ggf. aufzunehmen und/oder zu steigern.

2 Durchgänge mit Rollentausch.

2. Block:

7. Übung: Kleingruppenübung der Gang des Clowns

Fünf Spieler führen die folgende Übung gemeinsam durch

1. Runde: Ein Clown geht alleine eine große Runde im Kreis und wird dabei von vier weiteren Clowns beobachtet.
2. Runde: Clown 1 geht eine zweite Runde im Kreis. Die vier anderen Clowns folgen ihm und jeder imitiert ein der beobachteten Auffälligkeiten und steigert diese.
3. Runde: Clown 1 verlässt den Kreis und beobachtet die vier anderen Clowns, die nun eine weitere Runde im Kreis laufen.
4. Runde: Clown 1 sucht sich einen anderen Clown aus dem er folgt und imitiert wiederum die Besonderheit in der Bewegung. Die anderen Clowns verlassen den Kreis.
5. Runde: Clown 1 geht noch eine Runde alleine im Kreis.

8. Übung: Clownsszene in Kleingruppen

In zweier, dreier oder vierer Gruppen studieren die Teilnehmer kurze Clownsszenen ein. Dabei dürfen wieder die Wörter von der Posterwand als Aufhänger dienen.

Anschließende Präsentation und nach dem Aufräumen Feedbackrunde.