

Protokoll Rhythmus Wochenende

Freitag

1) **Raum Lauf** mit besonderer Aufmerksamkeit auf die Akustik

2) **Klatschkreis** mit möglichst gleichlangen Pausen zwischen den Klatschern

Variationen: -so schnell wie möglich

-mit Augen zu

-Hüpfen rumgeben (und Hüpfen und Klatschen gleichzeitig rumgeben)

3) **Stampfkreis**

- das rechte Bein geht vor und zurück, das linke Bein bleibt in der Mitte. 4/4 Takt

→aufeinander einpendeln und gemeinsam die Bewegung gleichzeitig machen

Variationen: -Klatschen auf 1

-Klatschen ohne stampfen

- Augen zu

4) **Stöcke**

-Haltung üben (Daumen und Zeigefinger halten, der Rest nur Stabilisation, locker halten)

-ausprobieren

- offbeat schläge auf dem Bein, on beat auf dem Boden

- Rhythmus: Schläge auf 1-2-3und4 → Im Kreis rumgeben, jeder einen schlag

-4/4 Takt und 8/8 Takt geübt

-2/4 + 4/8 Takt

- „da,da“ auf 1+3 (on beat) und 2+4 (off beat)

5)**Stampfkreis**

Klatscher wandert von 1 bis 4 →dann noch mal offbeat auf den „unds“ also 1 **und 2 und 3 und 4 und**

6) **Neuer Stockrhythmus**

Ein Rhythmus, der in vielen alten Kulturen entstanden ist (rumba

R-LL-R-LL-R-L (R= schlag auf den Boden L=Schlag auf das Bein)

Variation:

R und L beide auf dem Boden, L wird nur sanfter geschlagen.

Samstag

1) 15 Minuten Teilnehmenden Warmup

2) **Stampfkreis**

Variation: Jeder gibt mal Klatsch-Rhythmen vor

-Wir singen **Laude Novella** im Takt + Klatschen auf Zählzeiten

20 Min Pause

3) **Stöcker Wiederholung**

Instrumenten Kunde, einige Stöcker werden durch Shaker ersetzt, die rumgehen.

Verschiedene Trommeln werden ebenfalls erklärt und rumgegeben.

Mittag

4) 15 Minuten Teilnehmenden Warmup

5) **Raumlauf** mit besonderem Fokus auf das eigene Gewicht. Wie verändert sich das Gewicht, wenn man die Arme bewegt?

6) **Partnerübung**: Handgelenk über Handgelenk (möglichst leichte Berührung)

Eine Person führt → Ziel: nicht verrutschen

Zusatz: In die Augen gucken

7) **Stöckerkreis**

-4/4 Takt mit Stöckern. Wir sagen „da“ erst auf 1, dann auf 2, dann 3, dann 4. Dann teilen wir die Gruppe, eine Gruppe sagt auf 1 „da“, eine auf 2 „da“, usw.

- dann macht jeder ein Geräusch seiner*ihre Wahl im Kreis (z.B. „Ah“)

- zuletzt improvisieren wir alle gemeinsam mit unserer Stimme zum Rhythmus

8) **Mini- Orchester mit „Kpanlogo“**

1. Trommelrythmus 2. High hats 3. Bass-Trommelrythmus

9) **Stampfkreis + vokaler Beat**

Da di | da da | da di (eh) | da da

1 2 3 4

Es wird mit der ersten Silbe begonnen und nach und nach werden die anderen silben hinzugefügt, bis ein durchgängiger vokaler Rhythmus entsteht.

Acapella Samba

→Laude nouvelle + Dadida vokaler Beat + Bass stimmen

10) **Instrumentenlehre Teil 2**

Trommel: 1 Tiefer ton mittig auf dem fell, ein hoher Ton ganz am Rand des Fells.

Ziel: energie-effizient Klang erzeugen → Nicht auf dem Fell abstoppen, sondern abprallen

11) **Ausprobierphase**

Aufführung: jede Person spielt auf dem Instrument, dass sie gerade in der Hand hat, die Übergänge von Person zu Person sind fließend.

Weißheiten: Beim Theater denken wir, es gibt keine Regeln und wir können einfach drauf losmachen. Bei Musik denken wir leider nicht so.

Fellinstrumente sprechen miteinander, Holz mit Holz, Metall mit Metall.

Musik kann im Theater sichtbar und unsichtbar sein.

Musik sind Geräusche in rhythmischer und/oder in harmonischer Form. Muss nicht „perfekt“ sein, gerade im Theater → das was wir machen ist wertvoll

Beat und off-beat sind die Kernbausteine von Rhythmus.

Sonntag

12) **Stöcker**

Zwei Reihen sitzen sich gegenüber, die einen schlagen on- die anderen off-beat auf den Boden.

Papier auf den Teppich als „Snare“

13) **Stampfkreis**

Jeder darf einen vokalen groove vorgeben.

14) **Stampfkreis 5/5 Takt**

Kreusritt bei 1 und 4

Alle stehen in einer Reihe

15) **Gemeinsames Musik-Stück mit musischer Dramaturgie**

1. Stöcker fallen lassen

2. Crescendo Rhythmus

3. Stöcker fallen lassen

4. Decrescendo

„Aufführung“

16) **Wie man an Instrumente kommt**

Bauen: Teppichrolle + Packband/ Elefantpapier

Angelschnur+ Yoghurtbecher

Spieluhr mit Gitarrenloch mikrofonieren

Hugh Tracey → Kalimba kaufen

Kashishi im Alle Welt Laden

17) **„Une jeune Filette“ gemeinsam gesungen**

Aber hat nicht in die anderen Rhythmen gepasst, die wir schon geprobt hatten