collectif
PERSONA
GRATA

DRAGONS'trust

Pädagogisches Dossier mit fünf Übungen zur Vorbereitung auf die partizipative Tanzvermittlung rund um die Aufführung DRAGONS'trust.



VERTRAUEN UND SEINE AUSDRUCKSFORMEN

TANZWERKZEUGE DER VERMITTLER·INNEN

Während der Vorbereitung des Stücks tauchten die Tänzer·innen in die Welt der Drachen ein – durch Tanz, Zeichnen, Erzählen und Schreiben sowie durch das Erfinden von Rhythmen und Klängen.

Lehrpersonen können diesen kreativen Prozess bereichern, indem sie ihre eigenen Kenntnisse und Methoden einbringen.

Eine Übung pro Tag in der Woche vor der Aufführung.

Die vorgeschlagenen Übungen laden die Schüler·innen ein, verschiedene Formen von Vertrauen zu erkunden.
Diese Übungen übertragen Werkzeuge des Tanzes auf grafische und schriftliche Ausdrucksformen:

- kontinuierliche Bewegung
- Rhythmusvariationen
- Innen- und Aussenwahrnehmung
- Beziehung zu anderen
- präziser persönlicher Ausdruck

Jede Übung dauert etwa zehn Minuten.
Da die Aktion im Zentrum steht, ist es wichtig, dass die Schüler·innen direkt beginnen, ohne das Ergebnis zu planen.

"DRAGON" Li Zhou CALLIGRAPHIES

BENÖTIGTES MATERIAL

- pro Schüler·in: 1 dickes A3-Zeichenblatt
- Material zum Schreiben, Zeichnen, Malen und Gestalten



TAG 1

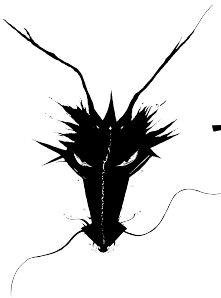
Die Einfachheit

Die Familie der Wasserdrachen

KONTINUIERLICHE BEWEGUNG

Wie Wasser, das sich unaufhörlich bewegt.

1. Wähle den Stift oder das Zeichenwerkzeug, mit dem du heute arbeiten möchtest.
2. Lege dein Blatt so hin, wie es dir am besten passt.
3. Nimm dir einen Moment Zeit, um wahrzunehmen, wie du sitzt und wie dein Körper Kontakt zum Boden, zum Stuhl oder zum Tisch hat.
4. Vergiss nicht: Du bist ein Drache.
   a. **der immer recht hat**
   b. **der seine Meinung jederzeit ändern kann, ohne es erklären zu müssen**
5. Atme dreimal tief ein und aus.
6. Stell dir vor, welche erste Bewegung deine Hand machen wird.
7. Zeichne – **ohne die Bewegung jemals zu unterbrechen** – die Reise, die dein Drache heute machen möchte.



TAG 2

Das Sicherheitsgefühl

Die Drachen der Vegetation

DYNAMISCHE VARIATIONEN

Wie Blätter, die sich im Wind bewegen und das Licht spiegeln.

1. Spiele mit den Bewegungen deiner zeichnenden Hand:
   a. mit plötzlichen Stopps und neuen Anfängen
   b. mit Beschleunigungen und Verlangsamungen
   c. mit gleichmässigen Bewegungen
2. Probiere Hin- und Herbewegungen oder kleine Sprünge, indem du den Stift vom Blatt abhebst.
3. Nimm dir einen Moment, um wahrzunehmen, wie du sitzt und wo dein Körper Kontakt hat.
4. Vergiss nicht: Du bist ein Drache.
   a. der immer recht hat
   b. der seine Meinung jederzeit ändern kann
5. Atme dreimal tief ein und aus.
6. Stell dir deine erste Bewegung vor.
7. Zeichne den weiteren Verlauf der Reise deines Drachen, indem **du die Dynamik variierst**.

TAG 3

Die Intimität

Die Zimmerdrachen

DIE KUNST DES GEHEIMNISSES

Wie Drachen, die ihre Schätze verbergen...

1. Wähle eine Stelle auf deinem Blatt, an der dein Schatz versteckt sein wird.
2. Zeichne mit einem leichten Bleistiftstrich einen Kreis von etwa 10 cm Durchmesser.
3. Vergiss nicht: Diese Woche bist du ein Drache.
   a. **der immer recht hat**
   b. **der seine Meinung ändern kann, ohne es erklären zu müssen**
4. Finde eine bequeme Position.
5. Denke an dein heutiges Geheimnis: **ein Gefühl**, das du in dir gespürt hast und das du nicht vergessen möchtest.
6. Schreibe es mit leichtem Bleistiftstrich in den Kreis.
7. Dann zeichne darüber – mit vielen Farben – ein Nest, eine Höhle, Wurzeln, einen Turm oder ein Buch, in dem dieses Geheimnis versteckt wird.

Du kannst **an der Oberfläche kleine Spuren lassen**, die nur du erkennen kannst.

Sich dem Unbekannten öffnen

TAG 4

Die ewigen Drachen der Berge

EINEN NEUEN WEG FINDEN

In Momenten, in denen nichts wie geplant verläuft, schlängelt sich der Drache weiter wie eine Welle und findet eine neue Richtung.

Arbeitet zu zweit oder zu dritt.

1. Gib dein Blatt einem anderen Drachen und erhalte im Gegenzug ein anderes Blatt.
2. Beginne, einen neuen Weg auf dem fremden Blatt zu zeichnen.
3. Tausche die Blätter erneut.
4. Setze den begonnenen Weg fort.
5. Wiederhole den Austausch fünfmal.
6. Am Ende kehrt das Blatt zu dir zurück und du schliesst den Weg ab.

Die Offenheit gegenüber dem Unbekannten – ohne Angst – ist eine grosse Stärke alter Drachen.
Fühlt sich dein Drache nach der heutigen Übung bereit, sich jeder unbekannten Situation zu stellen?
Es kann manchmal etwas oder sogar viel Zeit in Anspruch nehmen, dieses Selbstvertrauen zu entwickeln, das tief genug ist, um sich anzupassen und in den unerwartetsten Situationen seinen Weg zu finden.

Also vergiss nicht, dass du



-> immer recht hast
-> deine Meinung ändern kannst, ohne dafür eine Erklärung abgeben zu müssen



Die Freimütigkeit

TAG 5

Die Drachen der Luft & des Feuers

die Sanftheit der Wolke & die Präzision des Blitzes

Ob er sich wie eine Wolke ausbreitet oder in einem Blitz Gestalt annimmt – der Drache wählt immer genau die Form, die er sich wünscht.

1. Heute ist der letzte Tag, um das Blatt deines Drachen zu vollenden.
2. Du wirst es frei ergänzen.
3. Finde eine bequeme Position.
4. Nimm dir einen Moment, um wahrzunehmen, wie du sitzt und wie dein Körper Kontakt zum Boden hat.
5. Vergiss nicht: Du bist ein Drache.
   a. **der immer noch recht hat**
   b. **der frei ist, seine Meinung jederzeit zu ändern**
6. Atme dreimal tief ein und aus.
7. Wähle die **Linien, Formen und Volumen**, die du zeichnen möchtest.
8. Stell sie dir möglichst genau vor, bevor du beginnst.
9. Zeichne – **ohne zu zweifeln** – und folge deiner Bewegung bis zum Ende.