

kreativ

&

bewegt

Mit dem

**Forschertagebuch durch
eine andere Schulwoche**

Nr. 2

Entwickelt von:

Julia Herrmann & Kathrin Jäger

Kunstpädagogin/Künstlerin Psychotherapeutin/Yogalehrerin

www.julipri.de

www.yoga-in-omas-garten.de

Vorwort zu diesem Forschertagebuch:

Fast alle Schüler und Schülerinnen sitzen momentan wegen des Corona-Virus zu Hause. Es wird sich noch zeigen, wie wir damit umgehen werden und es wird interessant sein, irgendwann zurückblickend darauf zu schauen, wie wir damit umgegangen sind. Die Dokumentation des Alltages durch ein wertfreies Tagebuch, könnte uns vielleicht irgendwann Antworten auf diese andere Zeit geben.

Auch wenn wir uns in dieser anderen Zeit noch gar nicht so wirklich auskennen, können wir ja trotzdem die Welt entdecken, erkunden und erforschen. Mit allen Sinnen! Und zwar die Welt genau vor unserer Haustür, in unserer unmittelbaren Umgebung, in unserer Wohnung, in unserem Zimmer, genau jetzt dort, wo wir uns befinden im Moment.

Wir möchten Fragen stellen, die es lohnt, durchdacht zu werden, den Körper zu natürlichen Bewegungen locken und dabei besser kennenlernen, durch künstlerische Methoden Ideen freisetzen – neugierig, kreativ und bewegt!

Gebrauchsanweisung

für das

Forschertagebuch:

- Ihr alle seid nun Forscher Eures etwas anderen Alltags, den Ihr zu Hause verbringen dürft und verbringen müsst. Ein Forscher ist ausgerüstet mit Stift und Papier, um Entdeckungen festzuhalten. Manchmal helfen auch eine Schere und Kleber, Klebeband, ab und zu benötigt man eine Schnur oder andere Alltagsmaterialien
- Keine Angst vor „Schönheits-Fehlern“. Sie machen alles doch nur interessanter und spannender. (Verbannt den Radiergummi in die Schultasche)
- Ihr alle seid Kenner Eures eigenen Körpers. Macht die Bewegungsübungen so, wie diese sich für euch persönlich gut anfühlen.
- Zeitliche Empfehlungen für die Forschungsarbeit: Immer zur gleichen Uhrzeit, am besten am Vormittag. Die Dauer der Übungen liegt zwischen 10 und 20 Minuten.
- Bezüge zur Kunstgeschichte/Lehrplan und Hinweise zu den Körperübungen folgen in Kürze in einem Handbuch zu den einzelnen Tagen.

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

Tag 8

Schnapp Dir Deine Eltern, Geschwister, andere Menschen, die bei Dir zu Hause sind, oder Deinen Hund jetzt wird sich bewegt.

Jeder von Euch braucht ein bisschen Platz. Gemeinsam wird sich erst mal gestreckt in alle Richtungen – nach oben in den Himmel, auf die rechte Seite, auf die linke Seite, nach unten zur Deinen Zehenspitzen und wenn Du Platz hast, lass Deine Arme um Dich herum schwingen wie große Propeller.

Dann kommt in einem Kreis zum Stehen. Jeder denkt sich ein Tier oder Phantasiewesen aus, das er gleich den anderen ohne Worte vorstellt. (vielleicht magst Du auch an Dein Wesen von Tag 1 denken)

Als Tagebuchforscher darfst Du anfangen....

Wie bewegt sich Dein Tier/Wesen? Wie begrüßt Dein Tier/Wesen die anderen?

Was machen Eure Wesen besonders gerne?

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

Tag 9

Sei ein „Zuhause-Forscher“! Finde (auf einem Spaziergang/im Garten/ beim Müll/in Deinem Zimmer) 7 Dinge auf dem Boden, die höchstens so groß sind wie Deine Hand.

Sortiere die Dinge nach ihrer Größe. Binde diese an eine Schnur (ca. 1m lang). Dabei fängst Du von unten nach oben mit dem größten Gegenstand an und endest mit dem Kleinsten. Nun können sich Deine Gegenstände wie in einem Mobilee um sich selbst drehen.

Notiere hier wie ein echter Feldforscher vom kleinsten zum größten Gegenstand den

Namen und den Fundort.

(z.B. kaputtes Haargummi in meiner Jackentasche)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

Tag 10

Manchmal findet man die wundersamsten Dinge. Heute wollen wir mal an ein paar vergessenen Orten suchen. Dafür mach Dich bereit für eine Expedition durch Dein Zuhause.

Zur Vorbereitung: Komm zum Knien auf den Boden, strecke Deine Arme weit vor Dir aus und tippe mit den Fingern auf den Boden als würdest Du Klavier spielen. Unsere Finger sind jetzt bereit zu suchen.



Los geht die Expedition: Was findest Du unter deinem Bett? Was hat sich unter Deinem Kleiderschrank versteckt? Findest Du etwas unter dem Küchentisch oder Deinem Schreibtisch? Oder vielleicht unter dem Sofa? Gibt es noch andere geheime Plätze?

Sammele Deine Fundstücke, mache ein Foto davon oder male ein Bild (Rückseite).

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

Tag II

Lege Deine Hand irgendwie auf die Rückseite dieses Blattes und zeichne einmal um Deine Hand herum.

Kitzelt das ein bisschen? Schau mal wie groß Deine Hand schon ist! Wie oft passt sie noch auf dieses Blatt?

Nehme nun immer einen anderen Stift und wiederhole den Vorgang mindestens 4x indem Du die Hand immer etwas anders auf das gleiche Papier legst und wieder drum herum fährst.

So entsteht eine bunte Bewegungsabfolge Deiner eigenen Hand und Du wirst sehen, dass sich die Linien teilweise überschneiden und dadurch interessante neue Formen entstanden sind, die Du gerne mit Deinen Lieblingsfarben und unterschiedlichen Mustern ausfüllen kannst.

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

Tag 12

Kleine Schulpause: Lege deinen Stift auf die Seite und schüttele deine Hände aus.

Mach Deine Hände zu einer Faust und öffne sie dann wieder. Erst mal ganz langsam in Zeitlupe und dann 10 Mal ganz schnell.

Dann bring deine Handflächen zueinander. Können die Finger deiner rechten Hand, die Finger deiner linken Hand spüren? Und spüren die Finger deiner linken Hand, die Finger deiner rechten Hand?

Reibe Deine Handflächen ganz kräftig aneinander, bis sie warm werden. Dann lege Deine warmen Hände auf deinen Bauch und schließe die Augen.

Zähle leise und langsam bis 10, spürst Du wie sich Dein Bauch bewegt?

Mache wieder deine Augen auf. Was siehst Du?

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

Tag 13

(Freiwillig-oder wenn Dir mal langweilig sein sollte)

**Platz für Deine eigenen kreativen und bewegenden
Ideen/Spiele/Bilder/Formen/Farben und Fragen!**

Nicht lange überlegen, einfach loslegen!

Datum:

Uhrzeit:

Wetter:

Stimmung:

Tag 14

(Freiwillig – oder wenn Dir mal langweilig sein sollte)

**Platz für Deine eigenen kreativen und bewegenden
Ideen/Spiele/Bilder/Formen/Farben und Fragen!**

Nicht lange überlegen, einfach loslegen!