

Wogende Wellen

Ihr braucht

- 10 Minuten
- Mindestens 2 Personen
- Formen: → Sprecht vor – Sprecht nach

Dazu passt

- Wissen: → Vokale
- Material: → Blabla

Inspiziert von

Jurij A. Vasiljev

Wozu?

In dieser Übung geht es darum, eine lockere, weiche Körperbewegung mit einer eben-solchen Stimme zu verbinden. Die Stimme wird durch den entspannten Körper ebenfalls entspannter. Mithilfe des Konsonanten B gelingt es, die Lippen und die Wangen zu lockern und zu aktivieren, wodurch der Stimmklang ebenfalls lockerer werden kann.

Worum geht's noch?

Stimme lockern, Kontakt und Senden, Warm-up

Spritzt euch mit der Stimme nass! Seid ihr dabei?



Erschafft wogende Wellen

Bildet einen **Kreis**. Geht in einen weiten Stand mit lockeren Knien. Stellt euch vor, dass ihr bis zum Bauch im warmen, wogenden Wasser steht. Bewegt das Wasser mit euren Armen vor euch von rechts nach links und umgekehrt. Verdrängt es. Es entstehen wogende Wellen, die ihr nach rechts oder links schiebt.

Tipp – Vokale

Probiert auch die anderen Vokale U, A, E, I und die Umlaute Ö, Ü, Ä.

Blubbert dazu

1. Sprecht nun zu einer Armbewegung von einer Seite zur anderen: **BO-BO-BO-BOO**. Bläht die Wangen auf wie das Segel eines Segelboots. Lasst die Lippen leicht platzen. 2. Nutzt dazu die Form → Sprecht vor – Sprecht nach. Sprecht reihum alle einen eigenen Rhythmus aus **BO** und **BOO** vor. **Hört hin**: Wie kann das **O** am Ende ganz weich und weit klingen?

Achtet darauf

Eure Lippen sind die ganze Zeit weich. Stellt euch euren Stimmklang an den Lippen vor und mehr noch: Schickt ihn zu einer Person neben euch oder gegenüber von euch. Geht in Kontakt zueinander.

Tipp – Lautstärke

Variiert auch in der Lautstärke.

Spritzt euch nass

1. Sucht euch im Kreis eine Person gegenüber. Kreist euren Arm nach hinten. Spritzt die Person gegenüber von euch nass. 2. Sprecht dazu weiterhin die Silben von oben in eurem eigenen Rhythmus. Eine Person spricht vor, alle anderen sprechen nach. Bleibt dabei weich im Stimmklang. Macht das so lange, bis alle einmal dran waren. **Hört hin**: Kann das **O** am Ende immer noch weich und weit klingen?

Variante – Sätze

Ihr könnt auch mit Sätzen spielen. Sie sollten mit B beginnen. Sie sollten mit B beginnen. Zum Beispiel: »Boah, wie das blubbert! Bald bist du richtig nass!« Werdet selbst kreativ. Bewegt bei den unterstrichenen Wörtern den Arm und spritzt euch nass.