

Aanwezigheid

Inhoud

Als acteur is het belangrijk om aanwezig te kunnen zijn in het lichaam en de ruimte. Hiervoor is belangrijk: Het trainen van de zero; beweging in stilstand en stilstand in beweging. Bewustwording van hoe iedere verandering in het lichaam je innerlijke beleving beweegt/beïnvloedt. Het herkennen en doorbreken van de eigen fysieke gewoontes en patronen.

Leerdoel

Dit blok staat in het teken van het verdiepen van de **fysieke zeggingskracht** door het werken aan:

- ontwikkelen en vergroten van lichamelijk, zintuigelijk en ruimtelijk bewustzijn, met als doel aanwezigheid in het lichaam en de ruimte.
- trainen van de zero
- gebruik van innerlijke activiteit; Ki energie/motor.
- gebruik van dynamiek; kunnen werken met tijd en kracht.

Belangrijke uitgangspunten

- Risico's nemen: aanbod bieden dat misschien niet werkt/mislukt, met als doel te ontdekken wat wél werkt.
- Speelsheid opzoeken: unieke verbeelding toelaten, zoals in kinderspel.

Werkwijze

Iedere les start met een warming-up, gericht op het lichamelijk bewustzijn en het aanzetten van de innerlijke activiteit. In verdiepende technische en creatieve opdrachten wordt de lesstof uitgewerkt. De lessenreeks start vanuit concrete fysieke theatraliteit en ontwikkelt zich naar abstracte theatraliteit.

Beoordelingscriteria

1. Bereidheid tot onderzoek
2. Fysieke inzet
3. Toepassing van de lesstof: innerlijke activiteit, dynamiek, lichamelijk, zintuigelijk en ruimtelijk bewustzijn, aanwezigheid.
4. Actieve deelname aan reflectiemomenten