



# Bildhauer



## Anleitung:

Trainer und Kind spielen abwechselnd Bildhauer und Modell.

Der Bildhauer gibt seinem Modell genaue Anweisungen, wie das Modell stehen bzw. sitzen soll.

Anbei nur ein paar Beispiele. Dieses Spiel ist beliebig erweiterbar....

## Pose 1 „Langeweile“:

Setze dich auf den Stuhl, den Rücken gerade.

Dann schlage dein rechtes Bein so über das linke Bein, dass der Knöchel des rechten Beines auf dem Knie des linken Beines liegt.

Lege deine rechte Hand auf den Oberschenkel des rechten Beines. Mit der linken Hand fasst du an deine linke Wange.

Nun mache ein gelangweiltes Gesicht.

## Pose 2 „Fackelträger“:



Strecke deinen rechten Arm wie ein Fackelträger angewinkelt nach oben (evtl. einen Gegenstand als Fackel verwenden, z.B. ein Federmäppchen oder Lineal...).

Winkel deinen linken Arm so an, dass die Hand auf Hüfthöhe am Körper ist (evtl. einen zweiten Gegenstand in die Armbeuge legen...).

Recke dein Kinn nach vorne. Ziehe deinen Bauch ein.

Stell dich nur auf das rechte Bein, dein linkes Bein strecke angewinkelt nach hinten. .

Und nun ein strahlendes Lächeln!

### Pose 3 „Zunge raus!“

Setze deinen rechten Fuß gekreuzt hinter deinen linken Fuß.

Dann nimm deinen rechten Arm hinter deinen Kopf und fasse mit der rechten Hand an dein linkes Ohr.

Mit der linken Hand hältst du dir nun die Nase zu und dann streckst du die Zunge heraus.

### Pose 4 „Denker“

Setze dich auf einen Stuhl.

Deine Zehen berühren den Boden, die Fersen sind angehoben.

Deine Knie sind etwa schulterbreit auseinander.

Jetzt legst du deinen linken Ellenbogen auf den rechten Oberschenkel kurz über deinem Knie.

Die linke Hand wird mit den Fingern zum Hals unter dein Kinn gelegt. Der rechte Arm liegt angewinkelt am Körper. Dabei ist deine rechte Hand auf Höhe deines rechten Knies.

Dein Rücken ist gebeugt, dein Kopf leicht nach unten geneigt. Nun machst du noch ein nachdenkliches Gesicht.



### Pose 4 „auf das Knie“

Dein rechtes Knie berührt den Boden, der linke Fuß steht schulterbreit neben dem rechten Knie. Mit der Mitte des linken Unterarms stützt du dich auf dem linken Oberschenkel ab.

Der linke Daumen zeigt nach oben.

Der rechte Arm wird nach schräg rechts oben gestreckt. Alle Finger der rechten Hand werden gespreizt.

Nun schaue nach links und lächele.