

**Valentina Freire Verardino, Brasilien**

Valentinafverardino@gmail.com

**Ausbildung am Eurythmeum Stuttgart**

## **Die Sieben Stabübungen für die Eurythmie mit Aspekten des pädagogischen Lehrplans**

Als ehemalige Waldorfschülerin, hatte ich schon seit langem Kontakt mit dem Kupferstab und den damit verbundenen Übungen der Eurythmie, da ich diese bereits seit der siebten Klasse in der Schule geübt habe. Seit der siebten Klasse gehörten diese regelmäßig zu meinem Schulalltag. Schon damals war mein Interesse an der Eurythmie und insbesondere an den Stabübungen groß, jedoch fehlte mir in jungen Jahren das notwendige Verständnis, um die tiefere Bedeutung und Wirkung dieser Übungen vollständig zu erfassen.

Im Verlauf meines Eurythmiestudiums bot sich mir die Möglichkeit, die Arbeit mit dem Kupferstab neu zu entdecken – nun jedoch mit einem reflektierten und bewussteren Zugang. Durch meine gewonnene Fähigkeit zur Selbstbeobachtung konnte ich die Wirkungen der Übungen differenzierter wahrnehmen und analysieren.

Durch meine Praktika an Waldorfschulen während meines Eurythmiestudiums kann ich nun mit anderen Augen beobachten, wie die Schüler in den Eurythmie-Stunden die Stabübungen ausführen. Bald merkte ich, dass mein Interesse und mein Fokus sich auf die Stabübungen und die Art und Weise konzentrierten, wie die Schüler sie durchführen.

In diesem Zusammenhang stellten sich mir zentrale Fragen, die den Ausgangspunkt dieser Arbeit bilden:

- Warum benutzen wir Kupferstäbe?
- Welche Vorteile haben diese Übungen für die Kinder?
- Gibt es ein "richtiges" Alter für die Durchführung der Stabübungen - und wenn ja, welches?

Diese Fragen versuche ich im Laufe meiner Arbeit zu beantworten, indem ich das Thema detailliert behandle, jede Stabübung durchgehe, ihre Ausführung und ihre Leistungen ausführlich erkläre und auch meine eigenen Erfahrungen mit den Übungen kommentiere. Der Aufbau der einzelnen Kapitel über die verschiedenen Stabübungen ist daher ähnlich.

In einem zweiten Teil der Arbeit erfolgt eine pädagogische Einordnung der Thematik auf Basis meiner schulpraktischen Erfahrungen während des Eurythmiestudiums. Ausgehend vom Lehrplan für den Eurythmieunterricht an Waldorfschulen wird untersucht, welche Rolle die Stabübungen im Gesamtkonzept des Unterrichts einnehmen und wie sie altersgerecht vermittelt werden können.

Zum Schluss der Arbeit, gebe ich Ihnen noch die Möglichkeit, mit verschiedenen Gesichtspunkten auf die Stabübungen zu schauen.