

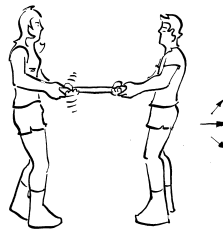
### 3.3 Kommunikation mit dem Stab

Sich mit der Körpersprache ausdrücken, sich durchsetzen, sich anpassen und nachgeben sind Handlungen des täglichen Lebens. Mit Hilfe des Stabes können Jugendliche lernen, mittels Bewegung und Gestik aufeinander einzugehen und miteinander zu kommunizieren.

**Versucht, euch ohne Worte zu verständigen.**

**Blindenstab:** A und B stehen sich gegenüber und halten sich mit beiden Händen an einem Stab. A schliesst die Augen und B beginnt sich langsam zu bewegen, zu führen. Die Führung geschieht nur über den Stab: kleine Bewegungen an Ort, allmählich im Raum und mit mehr Bewegung; Rollentausch.

- Was verändert sich, wenn der Stab nur mit einer Hand gefasst wird?
- Die S mit geschlossenen Augen stehen lassen und neue S zum Führen suchen.



➔ Musik unterstützt die Atmosphäre z.B. VOLLENWEIDER, DEUTER, KITARO

⚠ Sorgfältig miteinander umgehen. Evtl. mit Augenbinden arbeiten (Foulard).

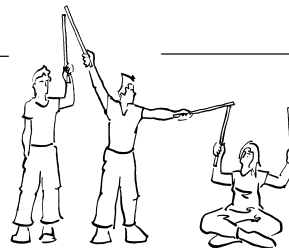
**Stabkämpfe:** A und B halten sich je an 2 Stäben und kämpfen spielend um diese Stäbe: ziehen, schieben, drehen. Auf ein Zeichen der Lehrperson erstarren die Kämpfenden in ihren Positionen oder führen gemeinsam harmonische Bewegungen aus. Im Wechsel kämpfen – gemeinsam bewegen.

- A und B halten ihren Stab an beiden Enden und lassen beide Stäbe immer rechtwinklig aufeinander prallen. Positionen und Dynamik variieren; mit Schritten verbinden.
- Die S suchen weitere Kampfformen passend zur Musik und stellen einen «Kampftanz» zusammen.



➔ Musik unterstützt eine rhythmisierte Bewegung; z.B. MICHAEL JACKSON: Jam

**Stab-Menschenlinien:** Mit dem Körper und den Stäben als Ergänzung können verschiedene Linien und Figuren entstehen. A nimmt eine Position mit Stab als Verlängerung ein, B ergänzt mit Körper und Stab. A löst sich und ergänzt B wiederum usw. Der Wechsel erfolgt rhythmisch oder in Zeitlupe.



⚠ Genaues Ausrichten des Körpers und des Stabes. Musik: z.B. von KITARO

**Stabtango:** Zwei S klemmen zwischen ihren Handflächen einen Stab ein und versuchen, die Hand zu bewegen, ohne den Stab zu verlieren.

- Klappt dies auch im Gehen vor- und rückwärts?
- Die S versuchen es im Tangorhythmus.
- Wer kann sich dazu noch im Tangocharakter bewegen: stolz, verführerisch, angreifend...?
- Die S versuchen einen kleinen Bewegungsablauf, z.B. im Tangoschritt, zusammenzustellen.



➔ Tangoschritt: lang, lang, kurz, kurz, lang. A geht rw. und B vw., beide führen eine 1/4-Drehung aus und...; Tangomusik, z.B. von ASTOR PIAZZOLLA

**Stabgestaltung:** Die S kreieren in Gruppen eine Stabvorführung, in der Linien ergänzt werden (Stab-Menschenlinien), Kampfformen enthalten sind und Tango oder eine zur Musik passende Form getanzt wird.

- Den S wird es freigestellt, welche Gestaltungsform sie wählen, z.B. nur Kampfformen oder eigene neue Bewegungsformen mit dem Stab.
- Kombinationen mit Bällen einbeziehen.



➔ Tangomusik wie oben oder Musikwünsche der Jugendlichen.

⚠ Eine Stabgestaltung von mindestens einer Minute Dauer in Gruppen vorzeigen. Resultate gemeinsam beurteilen.