

AKROBATIK

MIT KINDERN & JUGENDLICHEN

MICHAEL BLUME



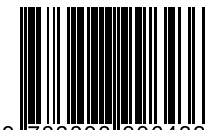
DAS BUCH

Kinder und Jugendliche finden Akrobatik spannend. Die Herausforderung, gemeinsam das Gleichgewicht aufs Spiel zu setzen und menschliche Figuren zu bauen, hat etwas sehr Faszinierendes. Teamgeist und Kooperationsbereitschaft sind gefragt. Eine große Anzahl spektakulär wirkender Menschenpyramiden und Partnerbalancen ist schnell erlernbar und in kurzer Zeit werden beachtliche Fortschritte erzielt.

In diesem Buch werden klar und informativ die Grundlagen der Partnerakrobatik mit Kindern und Jugendlichen dargestellt. Wie man anfängt und wie sich Übungsstunden sinnvoll aufbauen lassen, wird ebenso beschrieben wie die unterschiedlichen Möglichkeiten der Gestaltung von Auftritten. Neben vielen vorbereitenden Übungen werden im praktischen Teil einfache akrobatische Figuren vorgestellt, die sich in der Praxis bewährt haben. Die Vielfalt der Techniken, vom Pyramidenbau über Fantasiefiguren, von dynamischen Elementen bis hin zu eleganten Partnerfiguren, wird in einzelnen Kapiteln ausführlich in Wort und Bild beschrieben.

€ 18,95 [D]

978-3-89899-643-3



9 783898 996433

www.dersportverlag.de

[Printed in Germany]

MEYER
& MEYER
VERLAG



DER AUTOR

Michael Blume setzt sich seit seinem Studium mit Theorie und Praxis der Akrobatik auseinander. Er unterrichtete Sport, Geschichte und Darstellendes Spiel an einer Rudolf-Steiner-Schule und war Lehrbeauftragter im Fachbereich Sport an der Universität Bremen. Als Lehrer für Akrobatik und Theater an der Clown- und Artistenschule in Viby arbeitete er mit daran, eine professionelle Artistenausbildung in Dänemark zu etablieren. Zurzeit ist er als Fachhochschullehrer für Sport und Pädagogik am VIA University College in Dänemark tätig.

DIE ENTWICKLUNG DER AKROBATIK

Akrobatik gehört zu den Bewegungskünsten, die eine lange Tradition und Entstehungsgeschichte aufweisen können. Der Begriff AKROBATIK leitet sich von dem griechischen Wort „akrobates“ ab, welches eigentlich „der auf den Fußspitzen Gehende“ bedeutet und ursprünglich die Bezeichnung für einen Seiltänzer war.

Die ältesten Zeugnisse über Akrobatik (ca. 2000 v. Chr.) stammen aus Ägypten und bestehen vorwiegend aus Malereien auf Kalksteinfelsen.

Als erste schriftliche Quelle ist ein Bericht aus dem 4. Jh. v. Chr. von einem ägyptischen Festmahl überliefert, bei dem Artisten auftraten und hohe Pyramiden bauten.

Artisten standen zu allen Zeiten sozial am Rand der Gesellschaft, galten durchweg als ehrlos und blieben als „fahrendes Volk“ rechtlos.

Auch im Mittelalter änderte sich an ihrer Situation wenig. Erst Ende des 18., Anfang des 19. Jh. brachte die Entstehung des Zirkus einen entscheidenden Einschnitt für das Gaukler- und Artistenwesen mit sich. Durch garantierte Trainings- und Auftrittsmöglichkeiten im Rund der Manege konnten sich vielfältige, oft hoch spezialisierte Fachgebiete der Akrobatik entwickeln, wie z. B. die Schleuderbrett-, Luft- und Wurfakrobatik.

Mitte des 19. Jh. entstand auf der Bühne des Varietétheaters ein neuer Stil der Artistik, der Salonstil.

Neben dem Berufsakrobatentum gab es eine andere Richtung der akrobatischen Entwicklung, die wir heute als Freizeitsport bezeichnen würden.

Heute findet, neben dem bestehenden Berufsakrobatentum und der hoch spezialisierten Sportakrobatik, die Akrobatik als Freizeitsport in Vereinen und im Schulsport immer mehr Anhänger.

AKROBATIK MIT KINDERN & JUGENDLICHEN

MICHAEL BLUME

AKROBATIK

MIT KINDERN & JUGENDLICHEN



Meyer & Meyer Verlag

Akrobatik mit Kindern & Jugendlichen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie das
Recht der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form –
durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren – ohne schriftliche Genehmigung
des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet,
gespeichert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 1995 by Meyer & Meyer Verlag, Aachen
7 überarbeitete Auflage 2006
9. Auflage 2010

Auckland, Beirut, Budapest, Cairo, Cape Town, Dubai, Graz, Indianapolis,
Maidenhead, Melbourne, Olten, Singapore, Tehran, Toronto



Member of the World
Sport Publishers' Association (WSPA)

Druck: B.O.S.S Druck und Medien GmbH

ISBN 978-3-89899-643-3

E-Mail: verlag@m-m-sports.com

www.dersportverlag.de

Inhalt

Vorwort zur Neuauflage	7
Einleitung	9
1 Die akrobatische Erlebniswelt	14
1.1 Gemeinsames Handeln	14
1.2 Körpererfahrung	18
1.3 Sich zutrauen – vertrauen	24
2 Wichtige biomechanische Grundlagen	30
2.1 Die richtige Körperhaltung	30
2.2 Belastungen der Wirbelsäule	34
2.3 Belastungen der Handgelenke	35
3 Anfangen, aber wie?	38
3.1 Der äußere Rahmen	38
3.2 Wissenswertes zum Einstieg	39
3.3 Akrobatik mit Kindern	41
3.4 Akrobatik mit Jugendlichen	44
3.5 Zur Planung von Übungsstunden	44
4 Aufführungen gestalten	51
4.1 Zur Inszenierung einer Aufführung	52
4.2 Zum Aufbau einer Aufführung	54
5 Vorbereitende Übungen	60
5.1 Übungen zur Selbst- und Fremdwahrnehmung	60
5.2 Partnerübungen zur Körperspannung	67
5.3 Vertrauensübungen	69
5.4 Partnerübungen zur Balance	72
6 Grundlagen des Pyramidenbaus	76
6.1 Begriffserläuterungen	80





6.2	Griffe	.80
6.3	Grundelemente des Pyramidenbaus	.81
6.4	Pyramiden für vier Personen	.87
6.5	Pyramiden für fünf Personen	.94
6.6	Pyramiden für sechs Personen	.100
6.7	Pyramiden für sieben Personen	.107
6.8	Pyramiden für acht und mehr Personen	.112



7	Fantasiefiguren	.120
----------	------------------------	-------------



8	Dynamische Elemente	.129
----------	----------------------------	-------------

9	Grundlagen der Partnerakrobatik	.141
----------	--	-------------

9.1	„Der Stuhl“ und Variationen	.143
9.2	„Der Flieger“ mit Variationen	.152
9.3	Der Schulterstand und Variationen	.158
9.4	Das Übereinanderstehen mit Variationen	.164

	Literatur	.171
--	------------------	-------------

	Bildnachweis	.172
--	--------------	------