

# Smombies – eine cross-over Bewegungsgestaltung zum Thema Handysucht

Dr. Anja Lange, Gießen

<b>Zeit</b>	3 Doppelstunden
<b>Niveau</b>	Fortgeschrittene, Klassen 7–13
<b>Ort</b>	Sporthalle
<b>Ziele</b>	sich mit turnerischen, akrobatischen und tänzerischen Elementen in einem neuen Kontext auseinandersetzen; sich über Bewegung ausdrücken; motorisches Können erweitern
<b>Kompetenzen</b>	an die eigene Leistungsvoraussetzung angepasste Bewegungselemente ausführen und verbinden; Bewegungsaufgaben verantwortlich und selbstständig bzw. in Partner- oder Gruppenarbeit lösen; eine Bewegungsgestaltung entwickeln und mit Formen der Bewegung kreativ und produktiv umgehen; Aspekte der Sicherheit und Hilfeleistung berücksichtigen
<b>Vorkenntnisse</b>	turnerische, akrobatische und tänzerische Vorkenntnisse; Grundlagen der Hilfeleistung und Sicherheit

## Fachliche Hinweise

Im Jahr 2015 wurde das Wort „Smombie“ als Jugendwort des Jahres gewählt und bezeichnet eine Person, die von ihrer Umwelt nicht viel mehr wahrnimmt als nur auf ihr Smartphone starrt. Die vorliegende cross-over Bewegungsgestaltung „Smombies“ versucht, dieses aktuelle Thema aufzugreifen und gleichzeitig der Sportart Gerätturnen neue Impulse zu geben und sie in das Bewusstsein der Jugendlichen zurückzurufen. Dem Wort „Turnen“ haftet trotz vielfältiger Gegenbemühungen immer noch stark der Geruch des verhassten Bockspiegels oder Reckturnens an und Turnen zählt zu den eher unbeliebten Schulsparten. Durch das Nachspielen von (Alltags-)Szenen sollen Anregungen gegeben werden, sich mit turnerischen, akrobatischen und tänzerischen Bewegungen in einem neuen Kontext auseinanderzusetzen und ihnen damit eine Aussage zu verleihen. Attraktive Beispiele dazu gibt es zum Beispiel zum Thema „Harry Potter“ oder „Lara Croft“ (vgl. Nierhoff, 2001 und 2002). Offensichtlich werden der Kontexte in dem akrobatische und turnerische Elemente ausprobiert werden, von entscheidender Bedeutung. Aktuelle Beispiele für diese Form der Bewegungsgestaltung finden sich zum Beispiel in den Performances von „Urbanatix“ ([www.urbanatix.de](http://www.urbanatix.de)).

## Allgemeine Hinweise

Der Spielraum für Differenzierungen innerhalb der Schülergruppe ist bei dieser Art von Bewegungsgestaltung sehr groß, da sich alle ihren Fähigkeiten und Vorlieben entsprechend gleichberechtigt in die Gestaltung einbringen können. Individuelle Kenntnisse aus dem Bereich Tanz, Hip Hop, Breakdance, Electric Boogie, Beat Boxing usw. können hervorragend in die Gestaltung integriert werden. Es gibt die Möglichkeit, Gestik, Mimik und Alltagsverhalten einzubringen, zu verfremden und zu verändern. Aus der Kombination dieser Bewegungen, z. B. Handzeichen mit turnerischen Elementen, entsteht eine Gestaltung, die die Grenzen zwischen alltäglichem und turnerischem Bewegungsverhalten verwischt und dadurch einen speziellen Aufforderungscharakter besitzt.

Die Ausführung turnerischer Elemente ist nicht zwingend dem Ideal des „strammen Körpers“ verpflichtet und ist durchaus möglich. Bei der Erarbeitung von Basiselementen, Kunststücken und Kombinationen wird auf die funktionale Bedeutung von Körperspannung zum Gelingen von Elementen hingewiesen.

Die Auswahl der Geräte orientiert sich am Thema und reicht von Kästen oder Bänken bis hin zu turnuntypischen Geräten wie Stuhl oder Sitzball. Alle Geräte sollten mindestens das Gewicht der

## Doppelstunde 1: meet and greet – come together – hanging around

Ziele: Erarbeitung eines Bewegungspools von turnerischen, tänzerischen und akrobatischen Elementen zu den Themen Abklatschen, Sitzen, Stehen und Lageveränderungen; Gestaltung von Bewegungsfolgen.

### 1. Auf einen Blick

Material	Phasen	Organisation, Geräte und Materialbedarf
<b>Aufwärmen (15 Minuten)</b>		
	<b>Vorstellen des Themas</b> Bewegungsgestaltung zum Thema „Smombies“	ggf. Flipchart, Stift
	<b>Aufwärmen</b> allgemeines, selbstständiges oder angeleitetes, turnerisches Aufwärmen	
<b>Hauptteil (55 Minuten)</b>		
M 1	<b>Meet and greet</b> Verschiedene Formen des Abklatschens ausprobieren; im Rhythmus der Musik Verbindung einfacher, turnerischer Elemente mit dem Abklatschen im Rhythmus der Musik	Schüler in Paaren, 1–2 Matten pro Paar, Musik
M 2	<b>Come together</b> 2 Paare verbinden ihre Bewegungsabfolge, so dass jeder Partner begrüßt, im Rhythmus der Musik	Schüler in Kleingruppen
M 3	<b>Hanging around</b> „Bespielen“ von verschiedenen Sitzgelegenheiten	arbeitsteilige Partnerarbeit, Sitzgelegenheiten, z. B. kleine/große Kästen, Bänke, Sitzbälle, Stühle, Mattenwagen, Bock, Tisch, Bodenmatte
	<b>Entwickeln einer Choreografie ...</b> ... aus den „Bespielen“ der Sitzgelegenheiten in ca. 4 x 8 Zählzeiten	Sitzgelegenheiten s.o.
<b>Abklang (10 Minuten)</b>		
	<b>Reflexion</b> Reflektieren der Erfahrungen beim „Bespielen“ der Sitzgelegenheiten und Besprechen möglicher Schwierigkeiten und weiterer Ideen	Sitzkreis
	<b>Abbau der Geräte</b>	

## M 1 Meet and greet – Begrüßung durch Abklatschen

Beispiele:



## M 2 Meet and greet, coming together – Verbindung von Begrüßungsgesten mit turnerischen Elementen

**Material** 2 Matten pro Paar

**Organisation** freier Raum

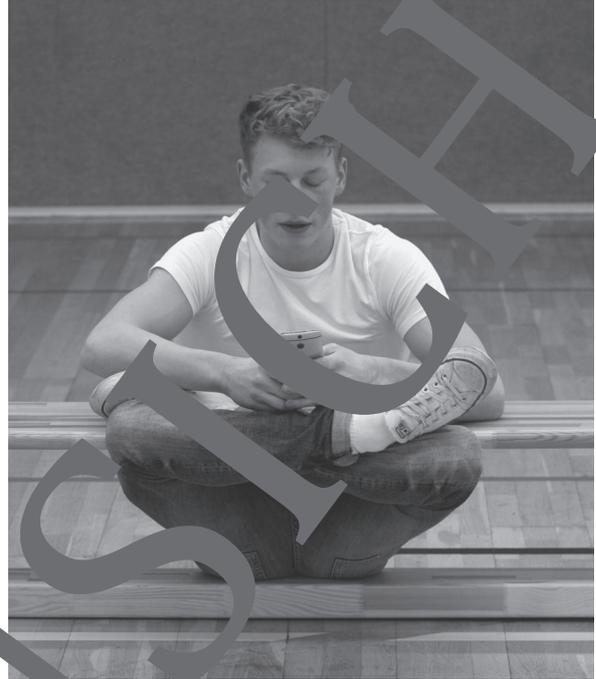
**Aufgabe** Erarbeitet zusammen mit einem anderen Paar eine Kombination eurer Bewegungsabfolgen. Rhythmisiert eure Abfolge zur Musik.

**Beispiele** siehe M

**M 3**

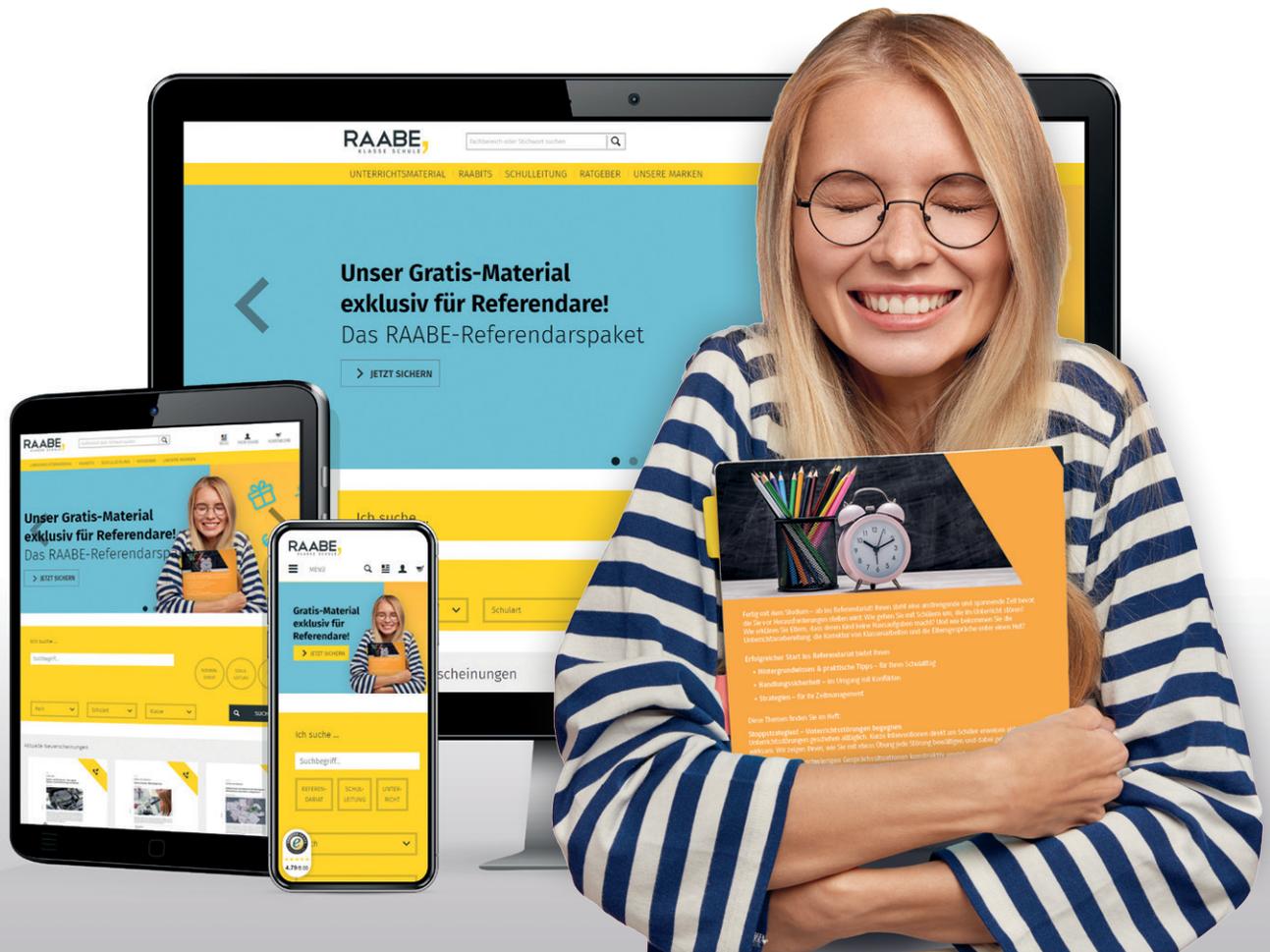
**Hanging around –  
„Bespielen“ von Sitzgelegenheiten**

Beispiele:



# Sie wollen mehr für Ihr Fach?

## Bekommen Sie: Ganz einfach zum Download im RAABE Webshop.



✓ **Über 5.000 Unterrichtseinheiten**  
sofort zum Download verfügbar

✓ **Webinare und Videos**  
für Ihre fachliche und  
persönliche Weiterbildung

✓ **Attraktive Vergünstigungen**  
für Referendar:innen  
mit bis zu 15% Rabatt

✓ **Käuferschutz**  
mit Trusted Shops



Jetzt entdecken:  
**www.raabe.de**