

klasse. musik ✓

Dieser Beitrag ist erschienen im Heft 4/2002 der Zeitschrift *klasse musik*.
Bestellen Sie das Heft beim Leserservice:
Postfach 3640, D-55026 Mainz,
Telefon 06131/246857, Fax 06131/24 64 83
E-Mail: zeitschriften.leserservice@schott-musik.de
(Einzelheft: 8,50 €, Einzel-CD: 17,95 € zuzüglich Versandkosten)

Zusatzmaterialien
sind auf der Heft-CD oder im Internet unter
www.musikpaedagogik-online.de
zu finden (beim Beitrag in der Rubrik Journal)



Schlag auf Schlag

Stock-Kampf-Kunst als Rhythmusform
Steffen Naumann

Stock-Kampf-Kunst bezeichnet eine dynamische Verbindung aus Rhythmus, Tanz, Kampf und Spiel. Präsenz, Achtung vor dem anderen, Konzentration, Distanzgefühl, Kennen lernen der eigenen Energien und ein angemessener Kraft-einsatz bilden die Grundlagen für den rhythmischen Unterricht. Diese werden mit einfachen Jonglagen, die die Beweglichkeit und die Koordination fördern, eingeführt.

Rhythmische Schläge, bei denen die Stöcke auf den Boden schlagen, die Füße stampfen und sich der Körper in einer Art Tanz bewegt, machen ein Erleben von Energie und Kraft in der Gruppe möglich. Der Rhythmus „trägt“, vermittelt zwischen den PartnerInnen und kann das Lernen und Behalten von Bewegungen erleichtern. Es entsteht eine Mischung aus Kampf und Tanz, aus Präsenz und Spiel. Da sich die Stöcke und nicht die Körper berühren und feste Schlagfolgen gelernt werden, ist die Angst vor Verletzungen gering. Es geht nicht um das Gewinnen, sondern um einen gemeinsam entwickelten Rhythmus und eine dem Partner entsprechend eingesetzte Kraft.

Vorbereitungen

Praktische Voraussetzung ist zunächst einmal ein Klassensatz an Stöcken. Wir brauchen zwei Stöcke pro Person. Sie sollten ungefähr armlang (60 bis 70 Zentimeter) sein und einen Durchmesser von ca. 20 Millimetern haben. Abgesägte Besenstiele genügen für den Anfang völlig. Bei längerem, intensivem Gebrauch empfehlen sich aber die klassischen Stöcke aus Rattan.

Rattan sieht aus wie Bambus, ist aber nicht hohl, sondern „gefüllt“ und dadurch haltbarer. Es splittet nicht, sondern wird mit der Zeit weich wie ein Besen. Korbstühle sind oft aus Rattan und in Korbstuhlfabriken kann man die Stöcke bekommen (Bezugsadressen auf musikpaedagogik-online.de). Werden die Stockenden rund geschliffen, halten die Stöcke erheblich länger und auch die Böden werden beim Draufschlagen geschont. Eine zweite Voraussetzung betrifft die Räumlichkeiten: Für die nachfolgend beschriebenen Übungen könnte es in ei-

dem Klassenraum leicht zu eng werden, selbst wenn die Tische und Stühle an den Rand geräumt werden. Eine Ausweichmöglichkeit in eine Turnhalle oder Schulaula sollte deshalb möglich sein.

Gewöhnung an die Stöcke

Die Gruppe steht im weiten Kreis. Die SchülerInnen haben die Hände auf Bauchhöhe, die Handflächen öffnen sich nach oben. Zunächst wird lediglich ein einzelner Stock möglichst waagrecht im Kreis geworfen. Der Stock landet in den geöffneten Händen und wird zum nächsten Partner weitergeworfen. Nach einer Runde ist das Prinzip klar und man kann langsam mehr Stöcke dazunehmen (möglichst ohne das Werfen zu unterbrechen). Ein fließender, gemüthlicher Rhythmus ergibt sich, wenn jeder Zweite einen Stock hat (ca. zehn Stöcke bei zwanzig SchülerInnen).

Der sich nun einstellende ruhige Bewegungsrhythmus kann schon jetzt als Basis für ein gemeinsames Singen genutzt werden. In Afrika sieht man häufig, dass einfache, scheinbar monotone Arbeitsbewegungen durch den dazukommenden Gesang zu rhythmischen Grunderlebnissen werden.

Die nächste Herausforderung kann darin bestehen, dass nun alle SchülerInnen einen Stock bekommen, wofür das Werfen allerdings unterbrochen werden muss. Dann werfen auf ein gemeinsames Signal „Und hopp!“ alle den Stock in einer Kreisrichtung zum nächsten Partner.

In dem kurzen Moment, in dem die Stöcke sich in der Luft befinden, ist Zeit, sich vom Werfen umzuwenden und den nächsten Stock zu fangen (die Füße

sollten hierfür auf der Kreisbahn stehen bleiben und lediglich der Oberkörper sich wenden). Dann gibt es


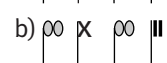

ein paar Sekunden Pause, damit alle heruntergefallenen Stöcke wieder aufgehoben werden können. Dann weiter: „Und hopp!“ ...

Man kann dieses Spiel so lange fortsetzen, bis zumindest einmal kein Stock gefallen ist. Sollte dies wider Erwarten bereits nach ein paar Durchgängen geschehen, wechselt man einfach die Richtung auf der Kreisbahn: neuer Partner, neues Glück – und es sieht in dieser Richtung ganz anders aus.

Rhythmuskreis im Sitzen

Die SchülerInnen sitzen auf den Knien (bei Knieproblemen geht auch der Schneidersitz) in einem relativ engen Kreis. Sie haben in jeder Hand einen Stock, in der Mitte gefasst, senkrecht neben den Knien stehend.

Das gesamte Stück setzt sich aus drei ähnlichen Rhythmusfiguren zusammen (Legende siehe M 2, S. 23):

- a) 
 b) 
 c) 

Die Rhythmen a und b sind recht einfach und können zum Üben zunächst einzeln fortlaufend und als nächste Übungsstufe dann im Wechsel (a b a b ...) geschlagen werden.

Rhythmus c, mit dem Weiterwerfen der Stöcke, ist schon um einiges anspruchsvoller. Hier empfiehlt es sich a und c im Wechsel zu üben, damit die SchülerInnen, während a geschlagen wird, Zeit haben, die Stöcke wieder aufzuheben.

Der ganze Rhythmus hat dann folgendes Schema: a a b b a a c

Gesang

Der zum Rhythmus gehörige Gesang wird im Stehen eingeübt (auch damit sich die Knie etwas erholen können und die Beine wieder durchblutet werden). *Hey Yungua* ist ein traditionell indianisches Lied. Darin werden die Väter und Großväter, die von den

Lebenden gegangen sind, um ihre Führung gebeten (HB 5 und M 2 mit geringfügigen Vereinfachungen zum Original).

Rhythmuskreis und Gesang werden verbunden

Als Vorstufe zur Vereinigung von Rhythmus und Gesang besteht die Möglichkeit, die Gruppe zu teilen. Die eine Hälfte bildet den Rhythmuskreis mit Stöcken und die andere singt dazu. Aus M 2 kann entnommen werden, wie Stockrhythmus und Gesang verbunden sind.

Wem dies noch zu kompliziert ist, der kann eine einfachere Variante wählen: Die Gruppe schlägt Rhythmus a, ein Schüler singt eine einfache Tonfolge vor, die maximal die Länge dieser vier Schläge haben sollte, und die ganze Gruppe antwortet. So ergeben sich je nach Mut und Können der VorsängerInnen schöne rhythmische GesangsImprovisationen.

Rhythmusimprovisation

Da die vorherige Übung von den SchülerInnen viel Disziplin erforderte, gibt es nun ein freieres Angebot, das ihnen ermöglicht, eigene Rhythmusformen zu finden. Die Klasse steht im Kreis, alle haben jeweils zwei Stöcke am unteren Ende gefasst. Die Lehrkraft spielt eine einfache Rhythmusfigur vor. Die Klasse soll diese nun direkt, ohne zu sprechen oder zu erklären, wiederholen. Darauf wiederholt die Lehrkraft dieselbe Figur und die SchülerInnen antworten erneut, diesmal schon mit etwas mehr Sicherheit. Je nach Schwierigkeitsgrad gibt die Lehrkraft nach einigen Wiederholungen eine neue

Figur in die Runde. Auch bei einfachen Figuren sind ein paar Wiederholungen erforderlich bis der Rhythmus „groovt“.

Die Vorgaben der Lehrkraft sollten auch dazu dienen, den SchülerInnen das Spektrum an Möglichkeiten vorzuführen (s. u.) und ihnen die Sicherheit vermitteln, dass es bei diesem Spiel keine falschen Schläge oder Rhythmen gibt.

Sobald die SchülerInnen mit den Regeln etwas vertraut sind, hat die nächste Person im Kreis die Rolle des Vorspielenden. Entweder gibt die Lehrkraft den Wechsel zur nächsten Person an oder jeder Rhythmus muss z. B. dreimal wiederholt werden, bevor die Führung übergeben wird. Eine wichtige Regel ist, dass der jeweilige Rhythmus immerhin so „einfach“ sein sollte, dass der Vorgebende ihn selbst identisch wiederholen kann.

Besonders „gute“ Rhythmen sollten sich gemerkt werden, um daraus eine komplexere Rhythmuschoreografie z. B. für eine Aufführung zu basteln.

Abschließend jetzt noch ein Beispiel für Klänge aus denen die oben genannten Figuren entstehen können:

- Stöcke schlagen gegeneinander,
- Stöcke schlagen einzeln, zusammen oder versetzt auf den Boden,
- Stockende stößt auf den Boden,
- das kurze Stockende, bei der Hand, stößt auf den anderen Stock,
- Stöcke werden aneinander gerieben,
- Stöcke werden in einer schnellen Bewegung aneinander vorbeigeschliffen,
- Stock schlägt unter die Fuß-/Schuhsohle,
- Füße stampfen (allein hier gibt es eine Reihe von Möglichkeiten),
- Stöcke werden hochgeworfen und wie-

der gefangen (während des Werfens klatschen/schnipsen).

Der Einsatz der Stimme (Worte, Töne oder Schreie) ist eine weitere Möglichkeit. Schließlich als wichtiges Gestaltungselement die Pausen: Um die Pausen zu „füllen“, können rhythmische Bewegungen eingefügt werden, z. B. Schritte, Springen/Hüpfen, Arm- oder Kopfbewegungen.

Abschluss – dynamischer Rhythmuskreis im Stehen

Zum Abschluss dann noch ein sehr einfacher Stockrhythmus, damit die SchülerInnen sich auspowern und eventuelle Spannungen loswerden können.

Die SchülerInnen stehen im Kreis, halten je zwei Stöcke, diesmal am unteren Ende gefasst. Der ganze Rhythmus besteht aus acht gleich langen Schlägen (M 1).

Nach einiger Übung kann in die Pause ein gemeinsamer Schrei gesetzt werden. Das Tempo wird langsam gesteigert. Auf dem Höhepunkt schreit die Lehrkraft: „Noch dreimal“ und die Gruppe endet gemeinsam.



Audio-Teil

HB 5: *Hey Yungua*



musikpaedagogik-online.de

- Bezugsadressen für Rattanstöcke
- weitere Informationen zur Stock-Kampf-Kunst als PDF-Arbeitsblatt

M 1

Abschlussübung

X X ∞ ∞ X X ∞ Z
(Schrei)



X = Stöcke schlagen vor dem Körper auf den Boden



∞ = Stöcke schlagen in Bauchhöhe gegeneinander

M 2 „Hey Yungua“ mit Choreografie

Gesang

Hey Hey Hey Hey Hey Yun - gu - a Hey Hey Hey Hey Hey

Stöcke

Yun - gu - a Hey Hey Hey Hey Hey Yun - gu - a Hey Hey Hey Hey Hey

Yun - gu - a Hey Hey Hey Hey Hey Yun - gu - a Hey Hey Hey Hey Hey

Yun - gu - a Yun - gu - a Yun - gu - a Hey



∞ = untere Stockenden stoßen neben den Knien auf den Boden



X = Stöcke schlagen in Kopfhöhe gegeneinander



∞ = obere Stockenden schlagen vor den Knien auf den Boden



∥> = Stöcke nach rechts werfen, d. h. den rechten Stock auf die linke Hand des Partners, den linken Stock in die eigene rechte Hand werfen



∥ = Werfen beider Stöcke nach rechts nur andeuten