

„Sportprofil Bewegungslehre - „Aktionsskizze“ - Klappe die Erste...UUUUUUUND ACTION!“



Beim Drehen von Kinofilmen ist die „Klappe“ und der Ausruf „... und Action“ schon Tradition und jeder Kino-Fan verbindet dieses mit Dreharbeiten. Am Drehort sind die Aufgaben klar verteilt: Der Regisseur hat klare Vorstellungen, wie die Szene ablaufen soll, das Drehbuch gibt die Rahmenhandlung vor, der Kameramann versucht alles das aufzunehmen, was der Regisseur sehen will und die Schauspieler versuchen sich an das Drehbuch und die Anweisungen des Regisseurs zu halten, aber auch eigene Ideen mit einzubringen.

Soll ein Sportler eine Bewegung ausführen, so lässt sich das sehr gut mit Dreharbeiten zu einem Kinofilm vergleichen. Der Trainer/Lehrer ist der Regisseur, die Bewegungsaufgabe ist das Drehbuch und der Sportler der Schauspieler. Der Kameramann taucht bei uns erst dann wieder auf, wenn wir versuchen unsere eigenen Bewegungen mit Hilfe von Videoaufnahmen zu analysieren.

Für die folgende Aufgabe steht euch Videomaterial zur Verfügung an Hand dessen ihr diese bearbeiten sollt.

Aufgabe 1:

Bei einer Bewegung ist es nicht leicht Anweisungen während dieser zu geben. Daher dürfen dies keine langen Sätze sein, sondern sie müssen befehlsartig formuliert sein. Versucht euch als Regisseure und notiert für die in den Videos gezeigten Bewegungen solche Anweisungen, die immer nur ein Wort (Verb) enthalten. (Beim Basketball würde diese für einen Positionswurf nach Dribbling so aussehen: „dribbeln – stoppen – werfen“). Das ganze nennt man **Aktionsskizze**.

Aufgabe 2:

Welche Probleme seht ihr bei dieser Art der Anweisungen auf euren Schauspieler (Sportler) zukommen?