

Inhaltsverzeichnis

1	Warum dieses Buch geschrieben wurde	9
2	Eine kindorientierte Didaktik der Bewegungserziehung	13
2.1	Bewegung und kindlichen Entwicklung	15
2.2	Abenteuer, Risiko, Wagnis als pädagogische Dimension	17
2.3	Erfahrungs- und Lernbereiche	20
2.4	Bewegungsbeeinträchtigte Kinder	20
2.5	Fächerverbindendes Unterrichten: Gerätearrangements in Bewegungslandschaften und Raumaktionen	21
2.6	Gerätearrangements und Bewegungslandschaften in der Bewegungserziehung: sich bewegen – spielen – gestalten – lernen	24
2.7	Der Aufbau von Großgeräten in der Sporthalle: Hemmnis oder Risiko?	27
2.8	Hinweise zum Geräteauf- und Geräteabbau sowie zur Sicherheit	29
3.	Zur Handhabung des Buches	31
	Gesamtübersicht 1–100	35
4.	„100“ Situationen „Abenteuer Sport“	39
4.1	Hindernisse überwinden	41
4.2	Schaukeln und Schwingen	61
4.3	Hangeln und Klettern	85
4.4.	Springen	99
4.5	Gleichgewicht halten	125
4.6	Wahrnehmen – Erfahren	155
4.7	Bauen	173
4.8	Fahren	195
4.9	Verstecken und Suchen	223
4.10	Miteinander – Füreinander	235
4.11	Spielen	259
4.12	Darstellen	281
4.13	Kräfte messen	301
4.14	Natur erleben	315
5.	Orientierungshilfen für den „eiligen“ Leser	353
6.	Literaturliste	361
7.	Wir über uns	367



(4) Sprossenwand über einen „Steg“ erreichen

Zwischen einem Barren/einem Kasten und der Sprossenwand wird eine Langbank eingehängt. Es ist darauf zu achten, daß die Bank zwischen Sprossenwand und Barren eingeklemmt ist. Eine weitere Langbank bildet eine Schiefe Ebene.

Zur Frage der Absicherung mit Matten: Der Einsatz von Weichbodenmatte, Turnmatte oder gar keiner Matte ist von der Einschätzung möglicher Gefahrenmomente in bezug auf die Zusammensetzung der Schülergruppe abhängig. ZIMMER (1993, 217) vertritt zu Recht die Auffassung, daß ein wichtiges pädagogisches Ziel auch darin zu sehen ist, daß Kinder lernen, ihre eigenen Fähigkeiten richtig einzuschätzen, sich auf Gefahren einzustellen, und ihr Handeln danach ausrichten. Gemeint ist damit, als Unterrichtender nicht ängstlich zu sein und nicht alles z. B. mit Matten absichern zu wollen.

Die Praxis lehrt, daß Kinder – auch Kinder mit Handicaps – diese Situation problemlos meistern.

Matten verführen Kinder in zweierlei Hinsicht: Die Erfahrung und Erkenntnis „Matte ist weich“ bewirkt

- a) bei vielen, daß sie schnell ihre Leistungsgrenze überschreiten und ihre Motorik überfordern;
- b) daß sie dazu neigen auf den weichen Untergrund zu springen.
 - Über die schräge Bank aufsteigen und über den „Steg“ (Langbank) zur Sprossenwand gelangen. Über den Weg kann man liegend, sitzend, krabbelnd, im sogenannten „Bärengang“, gehen. An der Sprossenwand herunterklettern.
 - Über den „Steg“ kriechen.
 - Über den „Steg“ gehen, in der Mitte eine Drehung durchführen.
 - Über den „Steg“ seitwärts, rückwärts gehen.
 - Über einen auf der Mitte des „Steges“ liegenden Medizinball steigen.
 - In der Mitte des „Steges“ in die Hocke gehen.





Variation:

- Die Schiefe Ebene seitwärts verschieben. Um den „Steg“ zu erreichen wird somit ein Balancieren über beide Barrenholme notwendig.

Kleingeräte mitnehmen:

- Tennisring oder Sandsäckchen auf dem Kopf transportieren, eine Keule transportieren.
- Sich über die Schiefe Ebene hochziehen.
- Mit einem Partner über den Steg gehen.
- Einen Partner über den Steg führen.
- „Blind“ über den Steg kriechen.
- Zwei Kinder begegnen sich auf dem Steg und versuchen aneinander vorbeizukommen.





- Durch den Holmen der Bank klettern.
- Sich durch die Holmen der Bank winden.
- Sich von der Matte auf den Steg hochziehen.
- Einem Partner beim Hochsteigen auf den Steg helfen.

Zusammenfassung möglicher Aufgabenstellungen:

- a) unter den Geräten hindurch,
- b) zwischen Geräten,
- c) über Geräte,
- d) auf Geräten.
- a)-d) Möglichst viele Wege und Lösungen suchen,
- a)-d) alleine, mit Partner,
- a)-d) ohne und mit Geräten.

Erweiterungen:

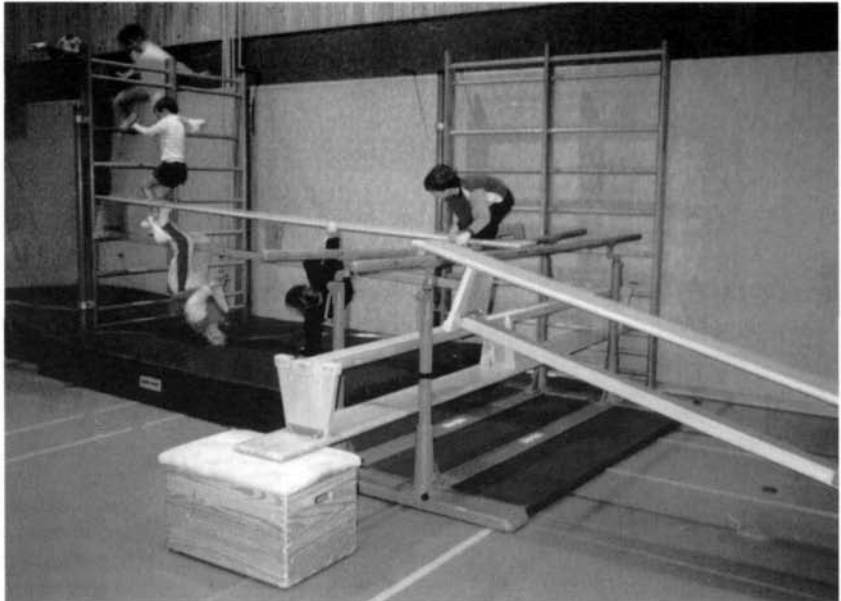
- Um Wartezeiten vor allem bei heterogenen Gruppen zu vermeiden, sollte zwischen Barren und Sprossenwand eine zweite Langbank mit Abstand eingehängt werden. Dies stellt zugleich eine binnendifferenzierende Maßnahme dar, denn die Leistungstärkeren versuchen, den Barren zu erklettern.

Eine zusätzliche Hilfe könnte ein vor dem Barren stehender Kleiner Kasten sein.

- Befinden sich in der Gruppe Kinder, die im Rollstuhl sitzen, z. B. mit cerebraler Bewegungsstörung und Spina Bifida, die relativ gute motorische Funktionen im Schulter-Arm-Handbereich haben oder ängstliche Kinder, so muß der Aufbau dahingehend geändert werden: zwei Bänke sind ohne Abstand nebeneinander zu stellen (als Schiefe Ebene und zwischen Barren und Sprossenwände). Die breitere Auflage gestattet, daß auch sie mit einbezogen werden können.

Sind schwerstbewegungsbehinderte Kinder in der Gruppe, deren motorische Funktionen zur Selbsttätigkeit nicht mehr ausreichen, so muß ein(e) Unterrichtende(r) mithelfen. Unter Umständen sind die Unterstütsungsflächen zu vergrößern: die zwei Langbänke stehen bzw. hängen mit Abstand und werden mit Matten beladen. Wie viele Matten aufeinanderliegen müssen, hängt von den Matten und dem Gewicht der Kinder ab.

Auf die schräg stehenden Bänke müssen Gummimatten gelegt werden, um das Abrutschen der Matten zu verhindern. Am schnellsten ist dieser Aufbau mit Niedersprungmatten herzustellen.





(62) Verstecken

Die heutige Lebenswelt verhindert immer mehr, daß Kinder sich ihre Umwelt spielerisch erobern. Wo kann man sich noch in Gärten und Höfen verstecken? Welche Straße kann als Spielstraße genützt werden? Wichtige Erfahrungen gehen so verloren.

Manche Spielsituation kann in Halle, Schule oder Schulgelände nachempfunden werden, so auch das Versteckspielen.

„Versteckerles“ gehörte zu den beliebtesten Kinderspielen. Ganze Straßenzüge von Kindern trafen sich zum stundenlangen Spiel.

Die Rufe

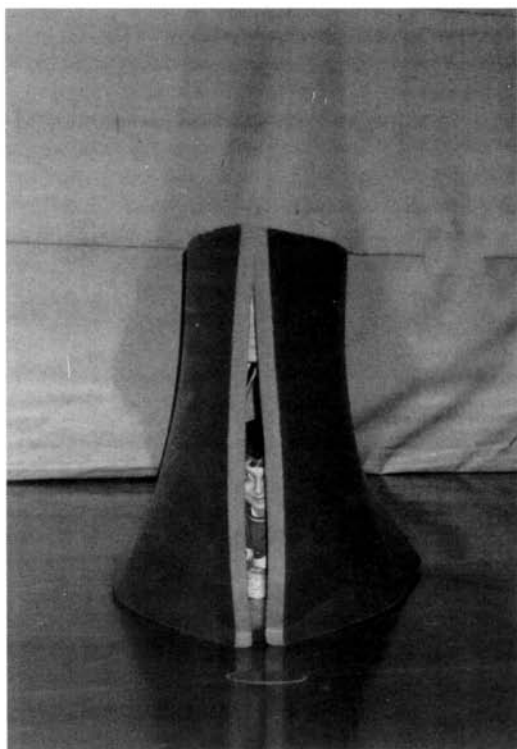
*Eckstein, Eckstein
alles muß versteckt sein!
Hinter mir, vor mir, neben mir
gilt es nicht!
1, 2, 3 ich komme!*

waren den ganzen Nachmittag zu hören, ebenso die Rufe der Kinder, die nicht gefunden wurden und sich freischlagen konnten

Frei für Ingo!

oder die Rufe, mit denen die Entdeckten angeschlagen wurden wie

Nicht frei für Hans!



Sich verstecken in der Halle

Mit den Kindern wird anhand von Skizzen besprochen, wie Verstecke aufgebaut werden können, welche Geräte oder Materialien sich gut dafür eignen.

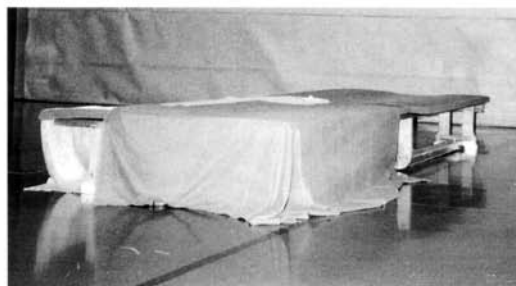
Es kann den Kindern auch als „Hausaufgabe“ aufgegeben werden, sich bis zur nächsten Sportstunde Verstecke auszudenken.

Zum Aufbauen werden Gruppen zusammengestellt (durch Los oder durch Selbstbestimmung), die einen Auftrag übernehmen.

Es sollen möglichst mehr Verstecke aufgestellt werden als Kinder mitspielen.

Spielregeln

Man kann folgende Spielregeln miteinander absprechen:

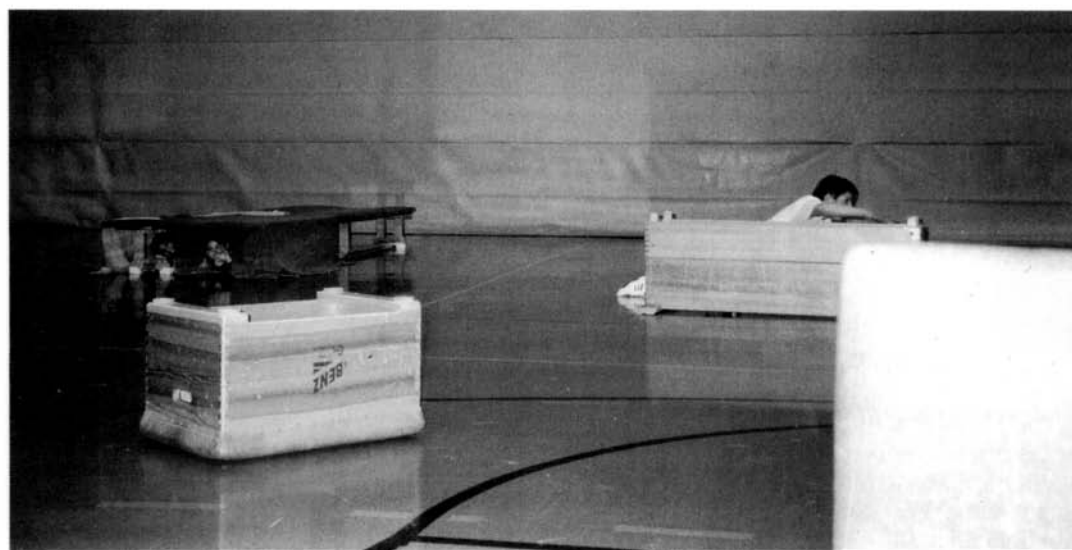




- Jedes Kind darf mindestens einmal der Sucher sein.
 - Der Lehrer oder das Kind, welches gesucht hat, bestimmt den nächsten.
 - Wer will freiwillig suchen? Es gibt Kinder, die begeistert suchen.
 - Die Reihenfolge wird mit Nummernkärtchen ausgelost.
- Das erste Kind, welches angeschlagen wird, ist der nächste Sucher.

Aufwärmspiel

Sind die Geräte aufgebaut, kann mit einem „Aufwärmspiel“ begonnen werden. Auf Musik oder den Klang der Handtrommel bewegen sich alle Kinder im Raum um die Ver-





stecke. Verstummt die Musik oder das Trommeln, so „versteckt“ sich jedes Kind schnell in einem Versteck so lange, bis die Musik wieder ertönt.

Bei diesem Spiel ist zu beobachten, daß die Kinder mit großer Neugier und Begeisterung die Verstecke erkunden (Angstabbau).

Beim Versteckspiel merken einige Kinder schnell, daß man bestimmte Strategien entwickeln kann: sei es beim Suchen; sei es beim sich Verstecken.

Schätze verstecken

Eine Variation stellt das Spiel „Schätze vergraben“ dar, die gesucht werden müssen.

Folgende Spielideen sind u. a. möglich:

- Ein Kind versteckt einen Schatz.
Die anderen warten solange vor der Tür mit dem Lehrer, bis sie gerufen werden.

(63) „Höhlenforscher“

Die Höhle kann ein Ort der Geborgenheit, des Versteckens und ein Ort der Entdeckung sein. Eine Höhle ist ein geschlossener Raum. Dieser Raum kann psychische Grundstimmungen wie Neugierde und Geborgenheit, aber auch Angst, Unbehagen und Enge auslösen. Für Kinder im Kindergartenalter sind diese Aufgaben äußerst attraktiv. Ältere Kinder bauen selbständig.

Je nach Zielsetzung wird von folgenden Aspekten ausgegangen:

- Konstruktionsaufgabe „Höhlenbau“ (geschlossene Räume schaffen).
- Erkunden der Höhle/ Forschen in der Höhle (Bewegungs- und Identifikationsaufgaben sozial oder materiell).
- Orientieren in der Höhle mit und ohne Taschenlampen (Wege finden, markieren und nachahmen; einen Ausgang finden).
- Verstecken und Wiederfinden („Schätze“ verstecken wie z. B. Murmeln, Tücher, Sandsäckchen, Hölzer; Wegspuren legen mit Seil, Draht, Schnipseln; Riechspuren).
- Spiel mit und ohne Forschungsaufgabe.

Wer den Schatz findet, ist Sieger und darf als nächster etwas verstecken.

- Ein Kind versteckt mehrere Schätze. Zwei (oder mehrere) Gruppen suchen um die Wette.

Wer hat die meisten Schätze gesammelt?

- Eine Gruppe versteckt die Schätze, die andere Gruppe sucht.

Wie lange braucht die Gruppe? Zeit stoppen. Ist alles gefunden worden?

Rollenwechsel!

Beim Versteckspielen erkunden Kinder auf spielerische Weise ihre Umgebung. Räumliches Orientieren wird trainiert. Man sucht sich schon in Gedanken „sein Versteck“ aus: man plant im voraus möglichst auch schon den Rückweg (Strategie).

Bei jedem Wandertag kann ohne großen Aufwand dieses „altmodische“ und doch so lebendige Kinderspiel eingeplant werden.

- Kommunikationsaufgaben (Klopfzeichen erfinden und ausprobieren, „Höhlenmalerei“).
- Konstruieren oder Erkennen diverser Untergründe.
- Parteispiele in Höhlen (Verfolgungsjagd/ Gegner, Rettungsspiel o. ä.).

Im Konstruktionsbereich kann der Spielleiter:

- Die Aufgabe „Höhlen bauen“ stellen,
- Skizzen vorgeben,
- Material bzw. Geräte vorgeben,
- Forschungsaufgabe vorgeben,
- Nutzungszweck der Höhle vorgeben,
- Probleme vorgeben (In der Höhle sind große Gefahren z. B. Untergründe),
- Grundkonstruktion vorgeben (Sackgasse, Gang, Schlucht [Höhenunterschied]).

Die Höhlen können verschiedene Größen haben (z. B.: Gegenverkehr in der Enge), Höhlengänge oder Sackgassen sein.

Ausgangspunkt kann eine Höhlengeschichte sein. In der Höhle sind verschiedene soziale



Höhlenkinder

Höhlenforscher

Spielidee

Mut, Rettung, Verirrt, Befreiung, Verfolgung
läßt diese Bereiche beliebig miteinander variieren

Konstruktionsaufgabe	Bewegungsaufgabe	Forschungs-, Identifikationsaufgabe	Orientierungsaufgabe	Kommunikationsaufgabe	Parteienspiele
- geschlossener Raum	- krabbeln	- tasten	- finden/ nicht finden	- Klopfzeichen	- Versteck
- Dunkelheit	- robben	- fühlen	- wiederfinden	- Riechspur	- Verfolgung
- Enge: Sackgasse, Gang, Schlucht	- rutschen	- riechen	- Wege markieren	- Wegemarkierung	- Rettung
- mit/ohne materiellen Impuls: Skizze, Gerätevorgabe, Zielvorgabe	- schleichen	- identifizieren von Gegenständen oder Personen; z. B. Schatz in der Tiefe der Höhle	- Spuren hinterlassen	- Höhlenzeichen (mit Kreide)	- Orientierungswettkampf
	- rückwärts/ vorwärts		- keine Spuren hinterlassen	- Labyrinthskizze der Höhle anwenden oder erstellen	- Forschungswettbewerb
	- einzeln				
	- Paar/Gruppe				

Hierarchien möglich (gleichberechtigt, Höhlenchef, gegnerische Gruppen).

Aus diesen Organisationsformen ergeben sich sehr vielfältige Bewegungsmöglichkeiten.

Eine Höhle kann verschiedene wegsame/ unwegsame Untergründe haben:

- Weichmatte,
- Sandsäcke,
- Sprungbretter,
- Rundhölzer (Rollprinzip),
- (je nach Hallenverträglichkeit) nasse Tücher (Rutschgefahr in Höhlen),
- Stoffhügel (Tücher, Textilien),
- gefährliche Schlingpflanzen (Seile),
- verschieden große Bälle,
- breite Bänder von Klettverschlüssen (unangenehme Empfindung),
- Steine, kalte Eisenteile z. B. vom Reck, aus dem Kraftraum.

Höhlenbeispiele

- „Sandwich“.

Eine Weichbodenmatte liegt als Untergrund am Fuße der Sprossenwand, eine zweite Weichbodenmatte wird schräg hängend durch die Mattenschlaufen und drei Seile an der Sprossenwand befestigt. Es entsteht ein Spalt. Dieser Spalt ist auch hochkant möglich.

