

26 Dunkle Gassen

Intention:

sich wagen beim Experimentieren mit Geschwindigkeit

Schwierigkeitsgrad: **

Organisation/Arbeitsform:

zwei Gruppen; Einzelarbeit

Geräte/Materialien:

2 Hütchen

ggf. 1 Stoppuhr

pro Kind: 1 Maske

weitere Förderschwerpunkte:

- kinästhetische Wahrnehmung
- selbstständig handeln

Aufgabe:

Die Lerngruppe wird in zwei Gruppen eingeteilt, die jeweils eine Gasse bilden. Immer zwei Kinder stehen sich in einem Abstand von etwa zwei Metern gegenüber, der Abstand der Paare beträgt ebenfalls ca. zwei Meter. Die Kinder in der Gasse strecken ihre Arme seitlich aus.

Etwa drei Meter vor den Gassen wird für beide Gruppen mit einem Hütchen der Startpunkt markiert (siehe Skizze, Beispiel 1).

Jeweils ein „Läufer“ begibt sich an den Startpunkt (bei ungerader Anzahl der Kinder zwei), ein Kind in jeder Gruppe stellt sich zum Sichern des „Läufers“ etwa drei Meter hinter dem letzten Paar auf.

Die Kinder haben die Aufgabe, mit verdeckten Augen in einer selbst gewählten Geschwindigkeit durch die Gasse zu laufen.

Mit Beginn setzt der „Läufer“ am Startpunkt seine Maske auf. Er geht oder läuft so schnell durch die Gasse, wie er sich zutraut. Nach Passieren der Gasse wird er von dem sichernden Kind zum Anhalten aufgefordert bzw. angehalten. Anschließend setzt der „Läufer“ seine Maske ab und begibt sich außen herum zurück zum Startpunkt (siehe Skizze).

Nach zwei oder drei Versuchen mit eventuell zunehmender Geschwindigkeit wird ein neuer „Läufer“ bestimmt. Jedes Kind sollte mindestens zwei Durchgänge mit jeweils zwei oder drei Läufen absolvieren.



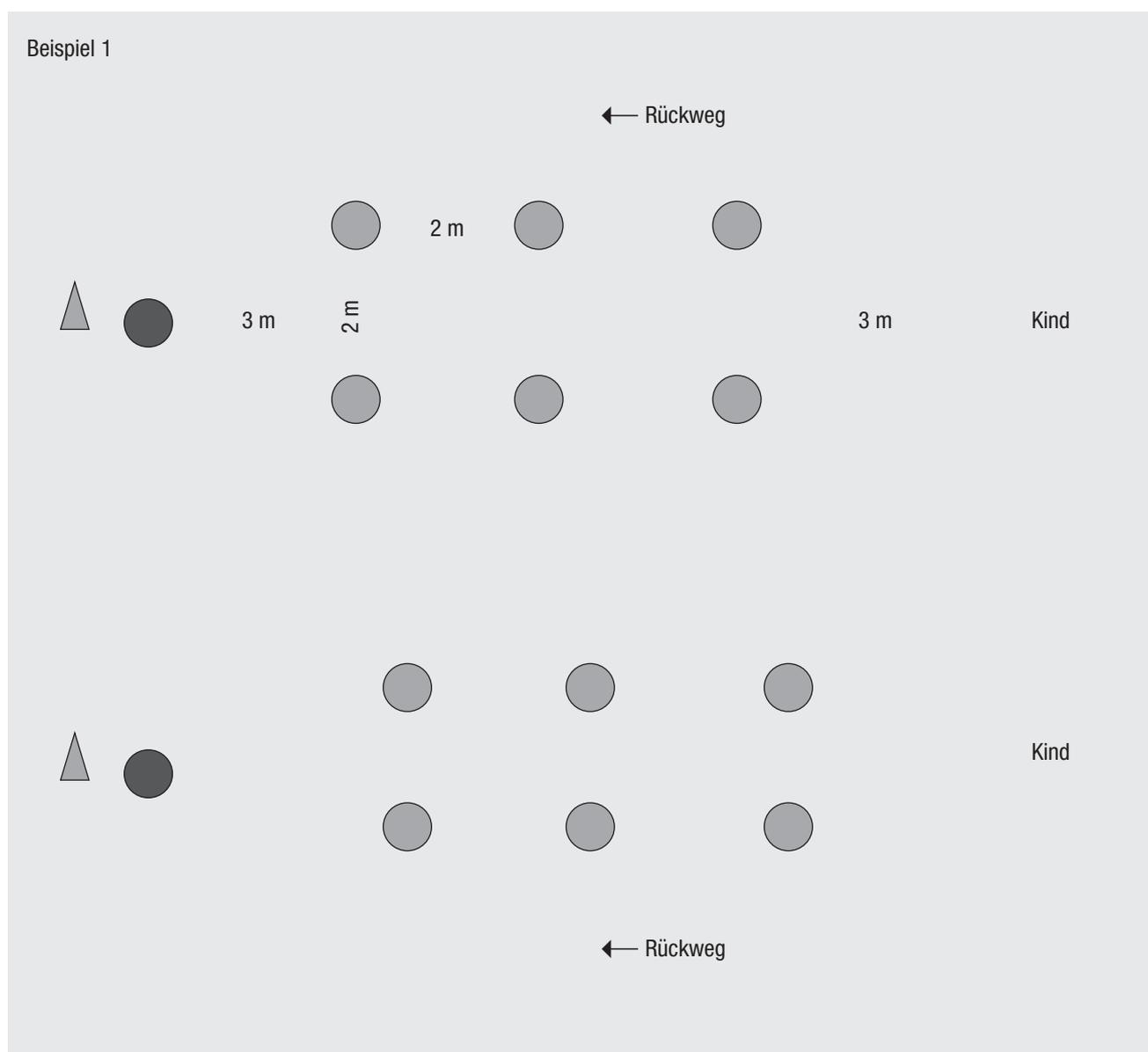
Ergänzungen/Variationen/weitere Beispiele:

- mit mehr Paaren eine längere Gasse bilden
- den Abstand der gegenüberstehenden Kinder verringern, so dass die Gasse schmaler wird
- eine Gasse bilden, die wie ein Trichter zum Ende hin schmaler wird (siehe Skizze, Beispiel 2, Beispiel „25 La-Ola verkehrt“)
- die Form der Gasse verändern (unterschiedliche Kurven, siehe Skizze, Beispiele 3 bis 5, Beispiel „25 La-Ola verkehrt“)
- die Kinder stehen in einem Kreis, der „Läufer“ läuft innen (a) oder außen (b) entlang des Kreises; vier Kinder sichern beim Laufen außen um den Kreis (siehe Skizze, Beispiel 2)
- die Kinder stehen in einer L-Form; der „Läufer“ läuft innen (a) oder außen (b) entlang der Gruppe; zwei Kinder sichern (siehe Skizze, Beispiel 3)

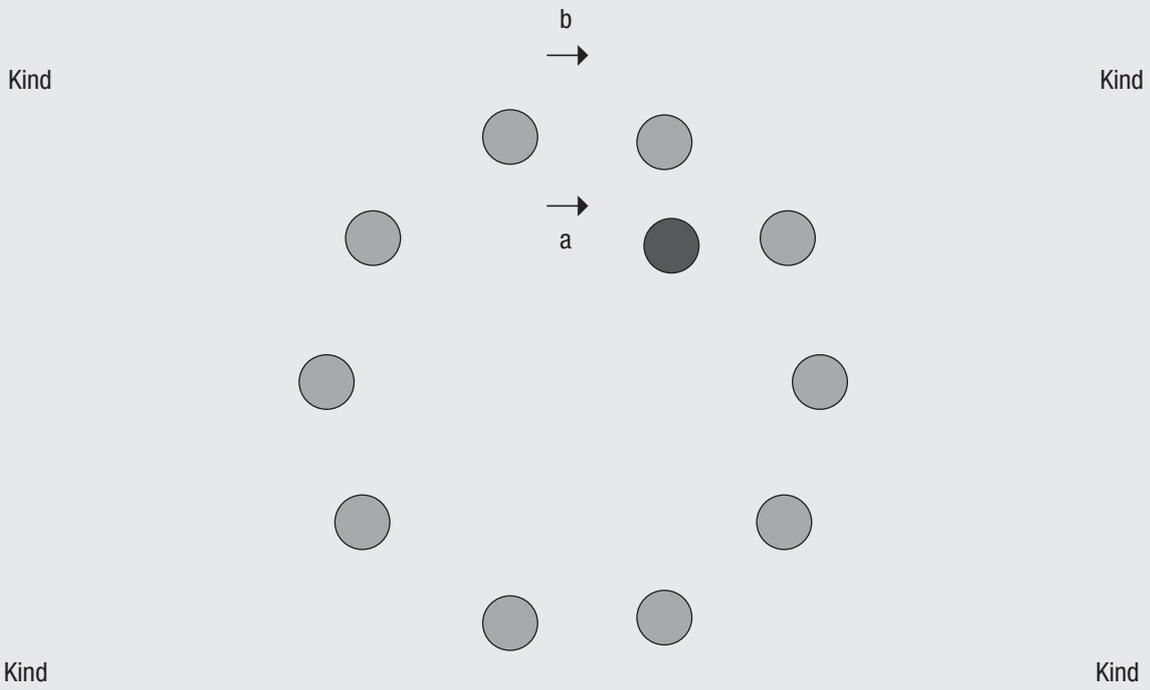
Hinweise:

- mögliche Impulsfragen in zeitlich angemessenen Reflexionsphasen sind:
 - „Was hast du dir vor dem Loslaufen überlegt?“
 - „Gab es Unterschiede bei deinen Läufen? Welche? Warum?“
- die Kinder wählen ihr Tempo selbst, sollen aber, wenn sie sich trauen, schneller werden

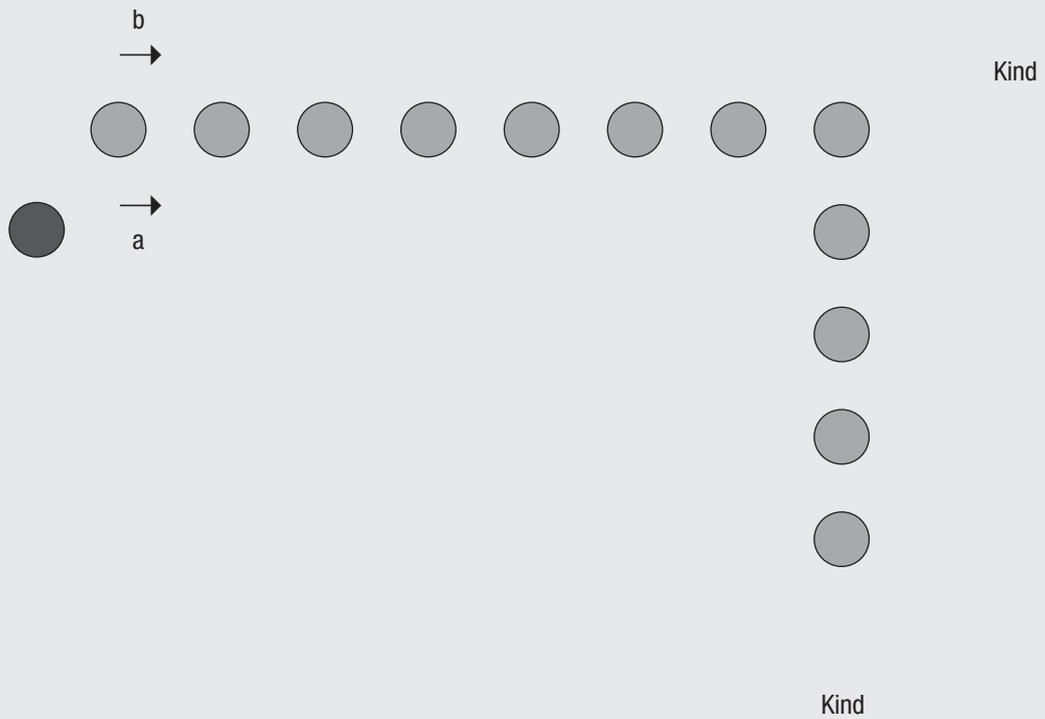
- ggf. kann die Lehrkraft (oder ein Kind) die Zeit für einen Lauf (vom Hütchen bis zum sichernden Kind) stoppen; dadurch können Kinder genau erfahren, ob sie sich im folgenden Durchgang eine höhere Geschwindigkeit zugetraut haben
- die Anzahl der einzelnen Läufe und Durchgänge hängt von der Konzentration der Lerngruppe ab
- der Standort der Kinder in der Gasse kann ggf. mit Linien oder Klebepunkten markiert werden
- die beiden Gassen haben einen ausreichenden Abstand zueinander, sodass sich die Kinder nicht stören
- wenn „Läufer“ bei ihrem Lauf die „Gassenwand“ berühren, rufen die Kinder in der Gasse „stopp“

Skizze:

Beispiel 2



Beispiel 3



27 Hoch, höher, am höchsten

Intention:

sich wagen bezüglich von Grenzerkundungen

Schwierigkeitsgrad: *—**

Organisation/Arbeitsform:

Stationen, gesamte Lerngruppe; Einzelarbeit

Geräte/Materialien:

siehe „Mögliche Stationen ...“ (nach Auswahl)

weitere Förderschwerpunkte:

- kinästhetische Wahrnehmung
- visuelle Wahrnehmung
- Koordination
- Haltung
- selbstständig handeln

Aufgabe:

Im Bewegungsraum werden sechs verschiedene Stationen für das Hochspringen doppelt aufgebaut (siehe „Mögliche Stationen ...“).

Die Kinder haben die Aufgabe, im Schlussprung auf Geräte hinauf zu springen.

Mit Beginn begeben sie sich an Stationen ihrer Wahl und versuchen, die Sprunghöhen zu bewältigen. Sie warten in ausreichendem Abstand vor den Geräten, wenn diese nicht frei sind.

Nach einer angemessenen Phase des Erprobens und Übens werden erste Erfahrungen reflektiert.

Im Anschluss können die Stationen in weiteren Durchgängen erneut absolviert oder in Abstimmung mit den Kindern erhöht bzw. verändert werden.

Mögliche Stationen und Bewegungsaufgaben:

- I drei Matten liegen übereinander (18 cm)¹⁹:
– vom Boden auf die Matten springen
- II ein dreiteiliger großer Kasten steht vor einem vierteiligen (20 cm):
– vom dreiteiligen auf den vierteiligen großen Kasten springen
- III ein Sprungbrett liegt quer auf zwei Matten (18–24 cm):
– vom Boden auf das Sprungbrett springen

¹⁹ In Klammern wird jeweils die ungefähre Sprunghöhe angegeben.



- IV vier Matten liegen übereinander (24 cm):
– vom Boden auf die Matten springen
- V eine Bank steht vor einem dreiteiligen großen Kasten (34 cm):
– von der Bank auf den Kasten springen
- VI ein Sprungbrett liegt quer auf einem Weichboden (34–40 cm):
– vom Boden auf das Sprungbrett springen
- VII eine Bank liegt auf zwei dreiteiligen großen Kästen (eingeklemmt); davor steht eine weitere Bank (34 cm):
– von der ersten Bank auf die höhere springen
- VIII ein vierteiliger großer Kasten steht in einem Abstand von ca. 30 Zentimetern vor einer Gitterleiter (35 cm):
– von der ersten Sprosse der Gitterleiter auf den großen Kasten springen
- IX eine umgedrehte Bank (36 cm):
– vom Boden auf die Bank springen
- X eine Bank wird in die erste Sprosse einer Gitterleiter eingehängt (36–55 cm):
– vom Boden auf die Bank springen (siehe Foto)

- | | |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| XI | eine Bank wird in einen offenen dreiteiligen großen Kasten eingehängt (36–70 cm):
– vom Boden auf die Bank springen |
| XII | ein kleiner Kasten (38 cm):
– vom Boden auf den kleinen Kasten springen |
| XIII | eine umgedrehte Bank liegt mit den Enden auf zwei kleinen Kästen; davor steht eine weitere Bank (38 cm):
– von der ersten Bank auf die umgedrehte springen |
| XIV | drei Bänke stehen quer direkt hintereinander; auf diesen liegen an den Querseiten eine Matte quer (42 cm) bzw. zwei Matten quer übereinander (48 cm):
– vom Boden auf die Matten springen |
| XV | ein zweiteiliger großer Kasten (50 cm):
– vom Boden auf den Kasten springen |
| XVI | ein Sprungbrett liegt längs vor einem quer stehenden dreiteiligen großen Kasten (58 cm):
– vom Sprungbrett auf den Kasten springen |
| XVII | vier kleine Kästen sind mit Abstand zu einem Rechteck aufgebaut; auf ihnen liegt ein Weichboden (68 cm):
– vom Boden auf den Weichboden springen |
| XVIII | eine Bank liegt (eingeklemmt) auf zwei dreiteiligen großen Kästen (70 cm):
– vom Boden auf die Bank springen |

Ergänzungen/Variationen/weitere Beispiele:

- angefasst mit einem Partner springen
- mit geschlossenen Augen springen
- angefasst mit einem Partner und mit geschlossenen Augen springen

Hinweise:

- mögliche Impulsfragen in zeitlich angemessenen Reflexionsphasen sind:
 - „Wie bist du bei der Auswahl deiner Stationen vorgegangen? Warum so?“
 - „Hast du vorher überlegt, was du machst, wenn du das höhere Gerät nicht erreichst?“
- die oben beschriebenen Stationen bieten eine Orientierung für den Stationsaufbau; die Auswahl der Geräte und der Sprunghöhen ist für die Förderung wagnisvollen Verhaltens entsprechend den Voraussetzungen der Lerngruppe vorzunehmen
- durch die Auswahl der Stationen und durch Veränderungen dieser sollen die Kinder bis an ihre Grenzen gelangen
- die Kinder beherrschen den Schlusssprung und das Abfedern von Sprüngen; ggf. zuvor das Beispiel „3 Von Eisscholle zu Eisscholle springen“ aus dem ersten Band durchführen; die Lehrkraft achtet auf korrekte Ausführungen
- die Kinder springen nicht barfuß
- die Stationen haben einen möglichst großen Abstand zu anderen Stationen und zu Wänden
- von höheren Geräten, wie z.B. einem großen Kasten, wird herunter geklettert
- zur besseren Orientierung für die Kinder können Kärtchen mit Angabe der Sprunghöhe neben den Geräten ausgelegt werden
- beim Springen mit geschlossenen Augen sollte gesichert werden
- die Aufgabe ist unter Berücksichtigung der psycho-sozialen Voraussetzungen der Lerngruppe verantwortungsbewusst einzusetzen; ein Konkurrenzverhalten und Leistungsvergleiche sind zu vermeiden

28 Gletscherwanderung

Intention:

sich wagen in Gruppen

Schwierigkeitsgrad: **

Organisation/Arbeitsform:

Stationen, Zweiergruppen; Partnerarbeit

Geräte/Materialien:

siehe „Mögliche Stationen ...“ (nach Auswahl)

pro Gruppe:

1 Seil

weitere Förderschwerpunkte:

- Koordination
- selbstständig handeln
- Kontakt aufnehmen und kooperieren
- sich einfühlen

Aufgabe:

Im Bewegungsraum werden fünf verschiedene Stationen für die „Gletscherwanderung“, ggf. doppelt, aufgebaut.

Die Lerngruppe wird in Zweiergruppen eingeteilt, die jeweils ein Seil erhalten. Dieses wird auf etwa einen Meter gelegt und an beiden Enden mit einem Knoten versehen. Beide Partner stecken einen Knoten lose seitlich in den Hosenbund, sie sind nun über das Seil miteinander verbunden. Die Zweiergruppen verteilen sich an Stationen ihrer Wahl.

Die Kinder haben die Aufgabe, wagnisvolle Situationen gemeinsam mit einem Partner zu bewältigen, mit dem sie über ein Seil verbunden sind.

Die Partner sprechen zu Beginn ab, wie sie die Station gemeinsam absolvieren wollen. Dabei ist es wichtig, dass sie immer über das Seil verbunden bleiben. Sollten sie es verlieren, beginnen sie noch einmal von vorn.

Nach Absolvieren der Station wechseln die Partner die Positionen, B ist nun im nächsten Durchgang vorn. Danach begeben sich die Partner an eine andere Station ihrer Wahl.

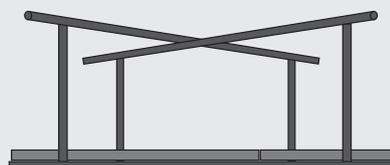
Nach einer angemessenen Phase des Erprobens und Übens werden erste Erfahrungen reflektiert.

Im Anschluss können die Stationen in weiteren Durchgängen erneut absolviert bzw. in Abstimmung mit den Kindern verändert werden.



Mögliche Stationen und Bewegungsaufgaben:

- I eine Gitterleiter; Absicherung mit Matten vor und hinter der Leiter:
 - die Kinder klettern an einer Seite der Leiter nach oben, im Slalom durch die Fächer zur anderen Seite und dort wieder hinunter; dabei können sie die Höhe bis maximal zu den vierten Fächern selbst bestimmen; das bedeutet auch, dass sie in unterschiedlichen Höhen klettern können
- II eine Sprossenwand; Absicherung mit Matten vor und hinter der Wand:
 - die Kinder klettern an einer Seite der Sprossenwand nach oben, dann zur anderen Seite und einmal um die Sprossenwand herum zurück bis zum Startpunkt; dabei können sie die Höhe selbst bestimmen; das bedeutet auch, dass sie in unterschiedlichen Höhen klettern können
- III zwei Parallelbarren längs, direkt hintereinander, in unterschiedlicher Höhe; Absicherung mit Matten; jeweils ein kleiner Kasten als Auf- bzw. Abstiegshilfe vor dem ersten und hinter dem zweiten Barren:
 - längs über die Holme klettern
- IV ein Barren längs, die Holme zu einem „Kreuz“; Absicherung mit Matten; jeweils ein kleiner Kasten als Auf- bzw. Abstiegshilfe vor und hinter dem Barren:
 - längs über die Holme klettern (siehe Foto)

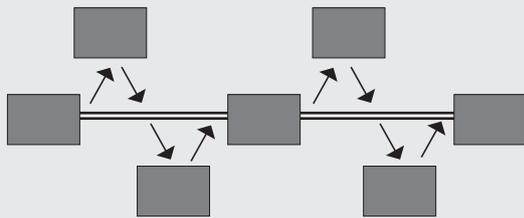


- V ein Parallelbarren längs, ein stabiler Weichboden steht auf einer Längsseite zwischen den Holmen; Absicherung mit Matten; jeweils ein kleiner Kasten als Auf- bzw. Abstiegshilfe vor und hinter dem Barren:
– längs über die Holme klettern

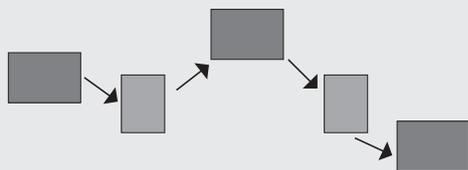
- VI hintereinander stehen jeweils quer in einem Abstand von ca. 30 bis 40 Zentimetern ein kleiner Kasten, ein vierteiliger großer Kasten, ein dreiteiliger großer Kasten und ein kleiner Kasten:
– über die Kästen klettern

- VII vor einer Wand wird eine Reckstange auf zwei kleine Kästen gelegt:
– mit Halten an der Wand über die Stange balancieren

- VIII eine Reckstange wird auf zwei kleine Kästen gelegt, eine weitere auf den zweiten Kasten und einen dritten; etwa 30 bis 40 Zentimeter neben den Stangen wird auf jeder Seite ein weiterer kleiner Kasten aufgestellt:
– über die Stangen und kleinen Kästen gehen bzw. balancieren



- IX mit einem Abstand von etwa 30 bis 40 Zentimetern und seitlich versetzt werden hintereinander aufgebaut ein kleiner Kasten, ein Bock, ein kleiner Kasten, ein Bock und ein weiterer kleiner Kasten:
– über die Geräte klettern



- X hintereinander werden mit etwa 30 bis 40 Zentimetern Abstand aufgebaut eine umgedrehte Bank auf zwei aneinander liegenden Sprungbrettern, auf denen eine Matte liegt (Wippe), ein kleiner Kasten, ein fünfteiliger großer Kasten längs und ein kleiner Kasten:
– über die Geräte balancieren bzw. klettern

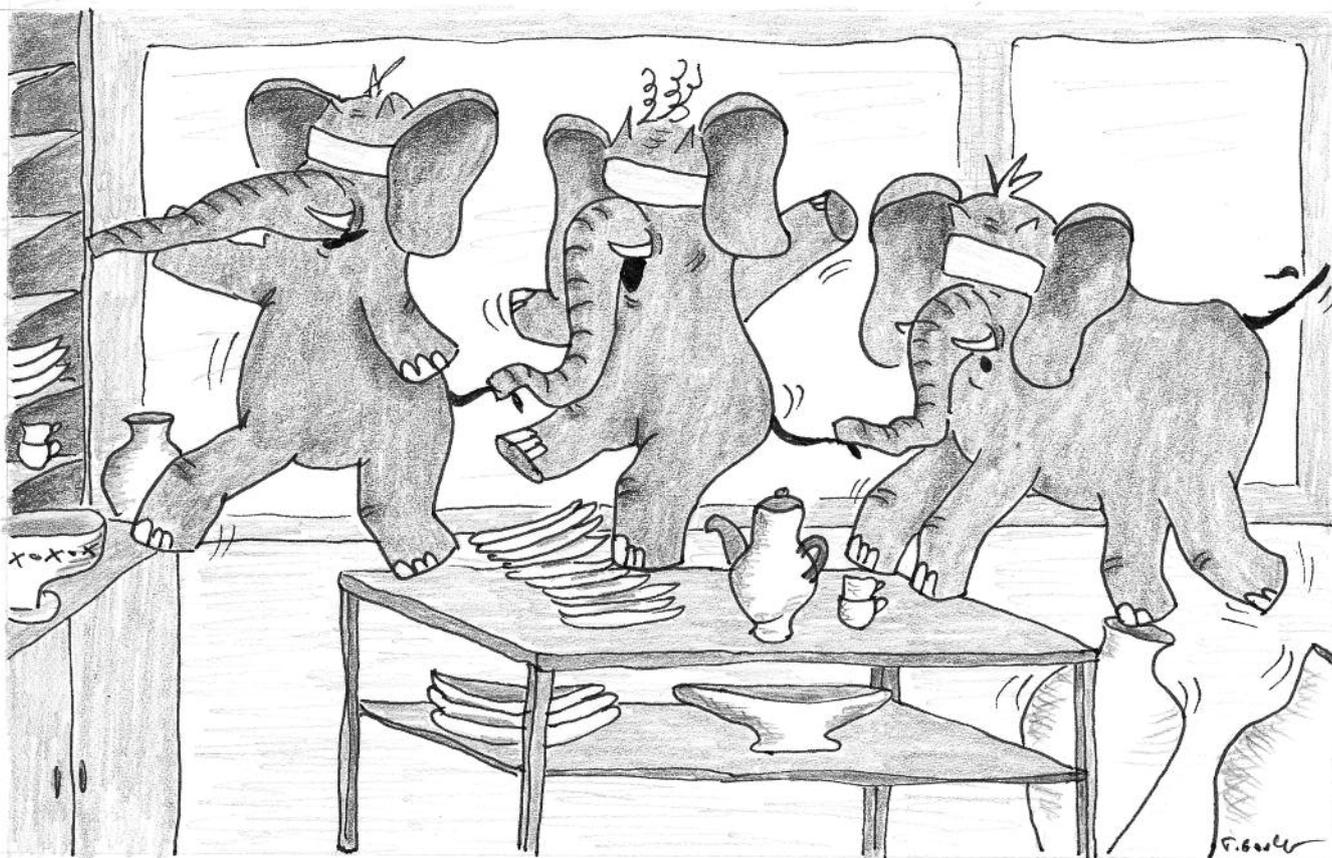
Ergänzungen/Variationen/weitere Beispiele:

- mit einem kürzeren Seil die „Gletscherwanderung“ durchführen
- die „Gletscherwanderung“ in Dreiergruppen durchführen
- wie oben, ein Partner verdeckt seine Augen mit einer Maske

Hinweise:

- zum Ideenbild: auf einer Gletscherwanderung müssen kleinere und größere Gletscherspalten überwunden werden; die Wanderer haben sich aus Sicherheitsgründen angeseilt
- mögliche Impulsfragen in zeitlich angemessenen Reflexionsphasen sind:
 - „Welche Station war besonders schwierig? Warum?“
 - „Was habt ihr getan, um auch ganz schwierige Situationen bewältigen zu können?“
- die oben beschriebenen Stationen bieten eine Orientierung für den Stationsaufbau; die Auswahl der Geräte ist für die Förderung wagnisvollen Verhaltens entsprechend den Voraussetzungen der Lerngruppe vorzunehmen
- die Geräteaufbauten sollten den Kindern zumindest in ähnlicher Form bekannt sein
- zu Beginn wird mit den Kindern thematisiert, dass die Partner eine gemeinsame Lösung finden müssen, die beiden Kindern ein erfolgreiches Absolvieren der Station ermöglicht
- die Kinder haben ausreichend Zeit, die Stationen zu erproben; jede Zweiergruppe entscheidet selbstständig, welche Stationen sie wie oft absolviert; das bedeutet auch, dass Stationen ausgelassen werden können
- die Stationen haben einen möglichst großen Abstand zu anderen Stationen und zu Wänden
- von höheren Geräten wie z. B. einem großen Kasten wird herunter geklettert

29 Ein mutiger Elefant im Porzellanladen



Intention:

sich wagen in Gruppen

Schwierigkeitsgrad: **

Organisation/Arbeitsform:

Dreier-/Vierergruppen; Gruppenarbeit

Geräte/Materialien:

4 große Kästen
 11 kleine Kästen
 4 Bänke
 3 Matten
 4 Sprungbretter
 4 Kastenteile
 1 Weichboden
 2 Reckstangen
 pro Kind: 1 Maske

weitere Förderschwerpunkte:

- kinästhetische Wahrnehmung
- taktile Wahrnehmung
- auditive Wahrnehmung

- Koordination
- selbstständig handeln
- Kontakt aufnehmen und kooperieren
- sich einfühlen

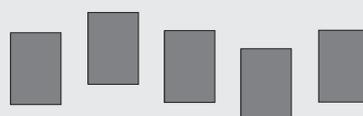
Aufgabe:

1. Kennenlernen des Parcours

Im Bewegungsraum wird ein Geräteparcours in der Form eines Rechtecks aufgebaut. Die vier Ecken werden jeweils mit einem kleinen Kasten markiert (siehe Skizze Beispiel „72 Ein Elefant im Porzellanladen“ in Band 3).

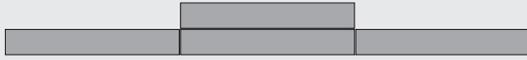
Zwischen den Kästen befinden sich immer zwei Geräteaufbauten, in folgender Reihenfolge:

- I fünf kleine Kästen stehen quer in einem Abstand von jeweils ca. 20 Zentimetern leicht versetzt hintereinander



- II eine umgedrehte Bank liegt mit den Enden jeweils auf einem Sprungbrett

- III direkt hintereinander liegen längs ein Kastenteil, zwei Kastenteile übereinander und wieder ein Kastenteil



- IV direkt hintereinander stehen quer ein zweiteiliger, ein dreiteiliger und ein vierteiliger großer Kasten (Kastentreppe); hinter dem letzten Kasten liegt eine Matte quer
- V eine Wippe wird gebaut mit zwei Sprungbrettern, die mit den hohen Seiten aneinander liegen, einer Matte, die auf den Brettern liegt, und einer umgedrehten Bank
- VI eine umgedrehte Bank liegt auf einem stabilen Weichboden
- VII zwei Reckstangen liegen parallel mit den Enden jeweils auf einem kleinen Kasten
- VIII eine Bank wird zur schiefen Ebene mit einem Ende auf einen längs stehenden zweiteiligen großen Kasten gelegt; hinter dem Kasten befindet sich eine Matte

Die Lerngruppe wird in Dreiergruppen eingeteilt, ggf. können auch Vierergruppen gebildet werden. Jedes Kind erhält eine Maske. Die Gruppen verteilen sich im Parcours auf die einzelnen Geräte. Das bedeutet, jede Gruppe hat einen eigenen Startpunkt. Alle Gruppen beginnen gleichzeitig und bewegen sich in eine Richtung.

Die Kinder haben die Aufgabe, gemeinsam mit ihren Partnern und mit verdeckten Augen einen wagnisvollen Geräteparcours zu bewältigen.

Sie haben zu Beginn ausreichend Zeit, sich den Geräteparcours einzuprägen. Ggf. können sie zunächst auch einzelne Geräteaufbauten mit offenen Augen ausprobieren.

Danach setzen die Kinder ihre Masken auf. Die Kinder einer Gruppe bleiben während des Parcours immer zusammen. Sie entscheiden, wie sie die Geräteaufbauten überqueren. Es besteht für Gruppen auch die Möglichkeit, einzelne Geräte auszulassen.

Die Gruppen absolvieren mehrere Durchgänge, wobei sie nach jedem Durchgang eine kurze Pause einlegen. Dabei sollten sie ihre Masken abnehmen.

2. Wagnisvolle Situationen in der Gruppe auswählen:
Die Lehrkraft nennt den Gruppen nun unterschiedliche Möglichkeiten, den Parcours zu bewältigen. Sie wählen die

aus, die sie versuchen möchten:

- die Kinder gehen in den Gruppen hintereinander:
 - B und C legen eine Hand auf die Schultern des vorderen Partners
 - A und B fassen sich an einer Hand, C legt eine Hand auf die Schulter von B (jeder hat somit eine Hand frei)
 - B fasst A und C an (A und C haben jeweils eine Hand frei)
 - wie oben, B geht rückwärts
- jedes Kind einer Gruppe fasst beide Partner an den Händen
 - alle mit Blick nach innen
 - alle mit Blick nach außen
 - mit selbst gewählter Blickrichtung
- die Kinder einer Gruppe reden nicht mehr miteinander

Hinweise:

- zum Ideenbild: die Kinder sollten zuvor das Beispiel „72 Ein Elefant im Porzellanladen“ aus dem dritten Band durchführen; unter Beachtung des dort skizzierten Ideenbildes geht es in diesem Beispiel darum, sich in der „Elefanten-Gruppe“ etwas zuzutrauen, mutig zu sein und schwierige Aufgaben zu lösen (siehe Bild)
- mögliche Impulsfragen in zeitlich angemessenen Reflexionsphasen sind:
 - „Wie habt ihr in eurer Gruppe schwierige Situationen gelöst?“
 - „Gab es Situationen, in denen du dich nicht wohl gefühlt hast? Warum nicht? Was kannst du ändern?“
- mit den Kindern wird thematisiert, dass die Gruppen jeweils eine gemeinsame Lösung finden müssen; das bedeutet, sie entscheiden z. B., wie sie Geräte überwinden, ob sie Geräte auslassen, welche Aufgaben sie ausprobieren wollen und wer welche Position in der Gruppe einnimmt
- die Lehrkraft achtet auf die Sicherheit der Gruppen; u. a. teilt sie mit, wenn sich an einzelnen Geräteaufbauten noch Gruppen befinden
- wenn Gruppen Geräte auslassen, werden Sie von der Lehrkraft zum nächsten Aufbau geführt
- die Partner bleiben bei jeder Aufgabe zusammen; ein Überholen im Parcours soll ohne Störungen anderer Gruppen erfolgen
- die Geräteaufbauten haben gerade so viel Abstand, dass sich die Kinder beim Bewältigen der Bewegungsaufgaben nicht stören