

DOKUMENTATION

Weiterbildung W12 STARK BEWEGT

Inhalte der Weiterbildungen W 12 STARK BEWEGT
vom 20.02.2024, 27.02.2024 und 05.03.2024
im Nationalparkzentrum Kellerwald-Edersee

erstellt am 29. März 2024

Inhalt

Einleitung	3
1. Erfahrungen	4
1.1 Erfahrungen aus 2023 vom 20.02.2024 und 27.02.2024	4
1.2 Erfahrungen aus 2023 vom 05.03.2024	5
2. Theorie und Praxis der Psychomotorik	6
2.1 Gesellschaftliche und Ökologische Aspekte der Bewegungsförderung	6
2.2 Kinder und Bewegung	6
2.3 Bewegung als Erfahrung	7
3 Psychomotorik	8
3.1 Ziele der Psychomotorik	8
3.2 Inhalte und Schwerpunkte der Psychomotorik	8
3.3 Aktionen und Ihre Anforderungen	10
3.4 Zusammenfassung und Übertragung auf STARK BEWEGT	10
4 Stressbewältigungsmodell	11
Anhang	12
I. Fotos der Weiterbildungen	12
II. Interaktionsübungen von der Weiterbildung am 05.03.2024	12
III. Bewegungsspiele der Weiterbildungen	12

Einleitung

Liebe Teamer*innen,
liebe Lehrerteamer*innen!

Wieder ist ein erfolgreiches Jahr STARK BEWEGT zu Ende gegangen. Wir wollen als erstes Danke sagen für eure Unterstützung und euer Engagement. Ohne Euch könnten die Trainings in dieser Dimension nicht stattfinden. Im Jahr 2023 konnten wir über 300 Trainings realisieren und fast 5.900 Kinder erreichen.

Damit Ihr und auch die Kinder nach wie vor Spaß an der Durchführung der Trainings haben und weiterhin positive Impulse für die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder entfaltet werden, entwickeln wir das Konzept der STARK BEWEGT Trainings stets weiter. Dabei sind eure Rückmeldungen der Erfahrungen in den Weiterbildungen, aber auch Anregungen von Schulen und Klassenlehrkräften unerlässlich.

Seit geraumer Zeit stellen wir fest, dass die STARK BEWEGT Trainings schwieriger durchzuführen sind. Vielfältige Problematiken und Herausforderungen der Klassen und einzelner Kinder erschweren den Schulalltag und auch die Trainingssituation.

In den Weiterbildungen im Jahr 2024 legen wir daher den Schwerpunkt im Bereich Bewegung. Denn positive Bewegungserfahrungen ermöglichen positive Erlebnisse in den Bereichen Selbstwirksamkeit, Selbstkonzept und Selbstbewusstsein.

Fachlich verbinden wir diese Inhalte mit dem Konzept der Psychomotorik und setzen damit unterhalb der Trainingsebene an. Dadurch wollen wir eure Fach-, Methoden- und Handlungskompetenzen erweitern, die Euch insbesondere in der Arbeit mit Schulklassen erleichtern können, denen es schwerfällt, sich auf eine Trainingssituation einzulassen.

In dieser Dokumentation haben wir versucht, die wesentlichen Inhalte der drei Weiterbildungen in diesem Jahr zusammenzuführen. Wir wünschen Euch viel Freude bei der Lektüre.

Liebe Grüße
Euer STARK BEWEGT Team

1. Erfahrungen

1.1 Erfahrungen aus 2023 vom 20.02.2024 und 27.02.2024

Die Weiterbildungen am 20.02. und 27.02.2024 wurden als halbtägige Veranstaltungen durchgeführt (beginnend 13:00 Uhr mit dem Mittagessen), um die Teilnahme auch bei Berufstätigkeit zu erleichtern.

Die Teilnehmenden der Weiterbildungen wurden gebeten in Kleingruppen zu benennen, welche Erfahrungen sie mit den Kindern und dem Ablauf der Trainings im Jahr 2023 gesammelt haben.

Im Mittelpunkt standen dabei drei wesentliche Fragestellungen:

1. Wie hast Du die Kinder in den Trainings erlebt (wo haben sie ihre größten Herausforderungen)?
2. Wo liegen deine größten Stärken im Umgang mit den Herausforderungen?
3. Welche Handlungsempfehlungen gibst Du für die Gestaltung des Trainings?

1. Herausforderungen	2. Meine Stärken	3. Handlungsempfehlungen
<ul style="list-style-type: none"> • Konzentrationsschwierigkeiten • Unruhe • Egoismus • Geringe Frustrationstoleranz • Motorische Schwächen • Aufgaben überfordern • Spaltung in Kleingruppen • Geringe Aufmerksamkeit • Ungeduldig/ unter Spannung • Emotionalität 	<ul style="list-style-type: none"> • Struktur • Akzeptanz • Geduld / Ruhe bewahren • Flexibilität • Beobachten • Motivieren • Empathie • Achtsamkeit • Spontanität • Aushalten • Abweichen vom Plan • Weniger ist Mehr 	<ul style="list-style-type: none"> • Kurze Ansagen • Reduzierung auf Kernaussagen • Übungen einfacher gestalten • Leichte- Schwere- Leichte Übung • Positives Ende anstreben • Situative Wendigkeit • Dranbleiben • Regeln • Reflexion • Gezieltes Ansprechen einzelner • Weniger Interaktionen planen • Hilfestellung/ Mehr Tipps • Bezug zur Rahmenschicht • Anleiten/ Eingreifen

1.2 Erfahrungen aus 2023 vom 05.03.2024

Die Weiterbildung vom 05.03.2024 wurde als ganztägige Weiterbildung durchgeführt und für die Teamenden des letzten Ausbildungsjahres STARK BEWEGT konzipiert. Die „neuen“ Teamer*innen und Lehrerteamer*innen Teamenden können dadurch wichtige Fragen für sich klären, ausführlich von Ihren ersten Erfahrungen in den Trainings berichten und noch weitere Interaktionsübungen kennen lernen.

Ein Hauptaugenmerk liegt auf der Reflexion der ersten Trainingserfahrungen. Dabei wurden die Teilnehmenden gebeten herausfordernde Bedingungen bzw. Problemstellungen in der *Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung* eines Trainings in Bezug auf drei wesentliche Dimensionen zu benennen:

1. Kinder
2. Teamer*innen/ Lehrerteamer*innen
3. Klassenlehrkraft / Schule

	Kinder	Lehrerteamer*in/ Teamer*in/	Klassenlehrer*in/ Schule
Vorbereitung	<ul style="list-style-type: none"> • Information über die Klasse • Flexibilität bei Durchführung miteinplanen 	<ul style="list-style-type: none"> • Planung zwischen Tür und Angel (Zeit) • Kurzfristiger Teamerwechsel • Probleme und Absprache mit Kommunikation mit externen Teamern • Klassenfragebogen nicht aussagekräftig 	<ul style="list-style-type: none"> • Räumlichkeiten kennen • Klassenlehrkraft sollte anwesend sein • Keine Vertretung • Austausch mit Klassenlehrkraft im Vorfeld wichtig
Durchführung	<ul style="list-style-type: none"> • Flexibilität • Aushalten • Geduld haben • Störende Kinder → Maßnahmen? 	<ul style="list-style-type: none"> • Absprache zwischen Teamern • Rollenverteilung während des Trainings 	<ul style="list-style-type: none"> • Kein Wechsel der Lehrkraft • Austausch mit Klassenlehrkraft • Klassenlehrkraft zeigt Interesse am Training • Lehrer ist Zuschauer
Nachbereitung		<ul style="list-style-type: none"> • Haltungen von „Neulingen“ + Erfahrungen • Austausch mit Teamer (Ablauf, Gefühle etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Fortführung der Trainingssituation vom KL • Austausch eher während des Trainings sinnvoll

2. Theorie und Praxis der Psychomotorik

Ein zweiter wesentlicher Bestandteil aller Weiterbildungen 2023 war das Thema der Bewegungsförderung in Anlehnung an die Psychomotorik. Seit geraumer Zeit erhalten wir die Rückmeldungen von Teamern, Schulen und Lehrkräften, dass die Trainings als auch der Unterricht zunehmend schwierig zu gestalten sind, da manche Kinder oder Klassen vermehrte Problemlagen aufweisen (siehe Erfahrungen aus 2023).

Im Folgenden werden einige zusammengefasste theoretische Grundlagen zur Bedeutung von Bewegung für die Entwicklung von Kindern sowie der Psychomotorik vorgestellt.

2.1 Gesellschaftliche und Ökologische Aspekte der Bewegungsförderung

- Digitalisierung und mediale Reizüberflutung vermitteln die Welt nur noch indirekt
 - Kinderzimmer sind überflutet mit technischem Spielzeug, Ausdrucks- und Gestaltungsmöglichkeiten sind vorgegeben
 - Entwicklung von Kreativität durch Bewegung und Spiel verkümmert
- Umwelt bietet immer weniger Bewegungsanreize
 - Garten, Hof, Wald, Wiese etc. sind keine selbstverständlichen Bewegungsräume mehr
 - Straßenspielkultur nimmt ab
- Leben innerhalb der Familie nimmt ab
 - Mediale Konsumorientierung, Zeitmangel und Unsicherheiten in der Lebensgestaltung prägen den Alltag
 - Soziale Kontakte, Gruppenzugehörigkeit wie beispielsweise Vereinsmitgliedschaft, Nachbarschaften gehen verloren
- Corona-Pandemie hat Bewegungsarmut verschärft
 - Laut der DAK-Gesundheit besteht nach wie vor bei zwei Dritteln der Schulkinder Bewegungsmangel, was die kindliche Entwicklung massiv gefährdet

2.2 Kinder und Bewegung

- Kinder wollen sich von Natur aus bewegen und nehmen die Welt weniger über das Denken, sondern vielmehr über Sinne und ihren Körper wahr
- Spielen ist ein Grundbedürfnis und steht immer in Verbindung mit der Bewegung
 - ohne Bewegung kein Spiel
- Bereiche wie Denken, Fühlen, Wahrnehmen und Handeln sind bei Kindern noch enger mit Bewegung verbunden
- Kinder erschließen sich ihre Welt, ihren Körper und ihre Umwelt durch Bewegung
 - ohne Bewegung können Kinder die Welt nicht **erfahren**

2.3 Bewegung als Erfahrung

Bewegung als Körpererfahrung

- Durch Bewegung lernen Kinder ihren Körper kennen und damit auch sich selbst:
- Körper ist die Voraussetzung überhaupt für Bewegung: Handeln, Agieren, Reagieren, Wahrnehmen
- Auseinandersetzen mit den eigenen körperlichen Fähigkeiten und Umgang mit dem eigenen Körper erlernen
 - Orientierung am Körper ermöglicht Orientierung im Raum, da der Körper Grundlage allen Messens ist
 - Trauer, Glück, Angst, Wut u. a. Emotionen drücken sich körperlich aus und werden so erlebbar

Bewegung als Materialerfahrung

- Kinder lernen ihre räumliche und materielle Umwelt kennen
 - Erkunden und erschließen der Umwelt durch Experimentieren und Erproben
 - Kinder sind aktiv und können durch das eigene Handeln etwas bewirken (Grundlage der Intelligenzentwicklung)

Bewegung als Sozialerfahrung

- Bewegung gibt Gelegenheit für Erfahrungen im Miteinander, Füreinander, Gegeneinander
 - Kind macht positive oder negative Erfahrungen, es fühlt sich akzeptiert oder abgelehnt

Zusammenfassung

- Unterteilung in die verschiedenen Erfahrungsbereiche, bedeutet nicht, dass diese unabhängig sind.
- Das Kind erlebt Bewegung als Ganzes.
- Bewegung trägt zu einer ganzheitlichen Entwicklung bei.
 - Sie führt zu Veränderungs- und Entwicklungsprozessen im
 - körperlich- motorischen Bereich
 - kognitive Bereich (Denken/ Wahrnehmen)
 - sozialen Bereich
 - affektiven Bereich (Emotionen, Impulssteuerung)

3 Psychomotorik

Der Begriff setzt sich zusammen aus:

Psyche (= Geist, Seele, Gefühl und Verstand) und

Motorik (= Bewegung und Körperlichkeit)

- Dies weist auf die Untrennbarkeit von Körper- bzw. Bewegungsprozessen und psychischen Erleben hin
- Bewegung ist ein körperlicher Ausdruck psychischer Vorgänge = es besteht eine Funktionseinheit von Wahrnehmen, Bewegen und Erleben
- Psychomotorik legt den Fokus auf Ganzheitlichkeit
- Psychomotorik verwendet die Elemente Spiel und Bewegung um kindliche Entwicklung positiv zu beeinflussen

Ziel der Psychomotorik ist es, über Körper- und Bewegungserfahrungen hervorgerufene Veränderung der kindlichen Selbstwahrnehmung (Identitätsentwicklung und positives Selbstkonzept) zu bewirken.

3.1 Ziele der Psychomotorik

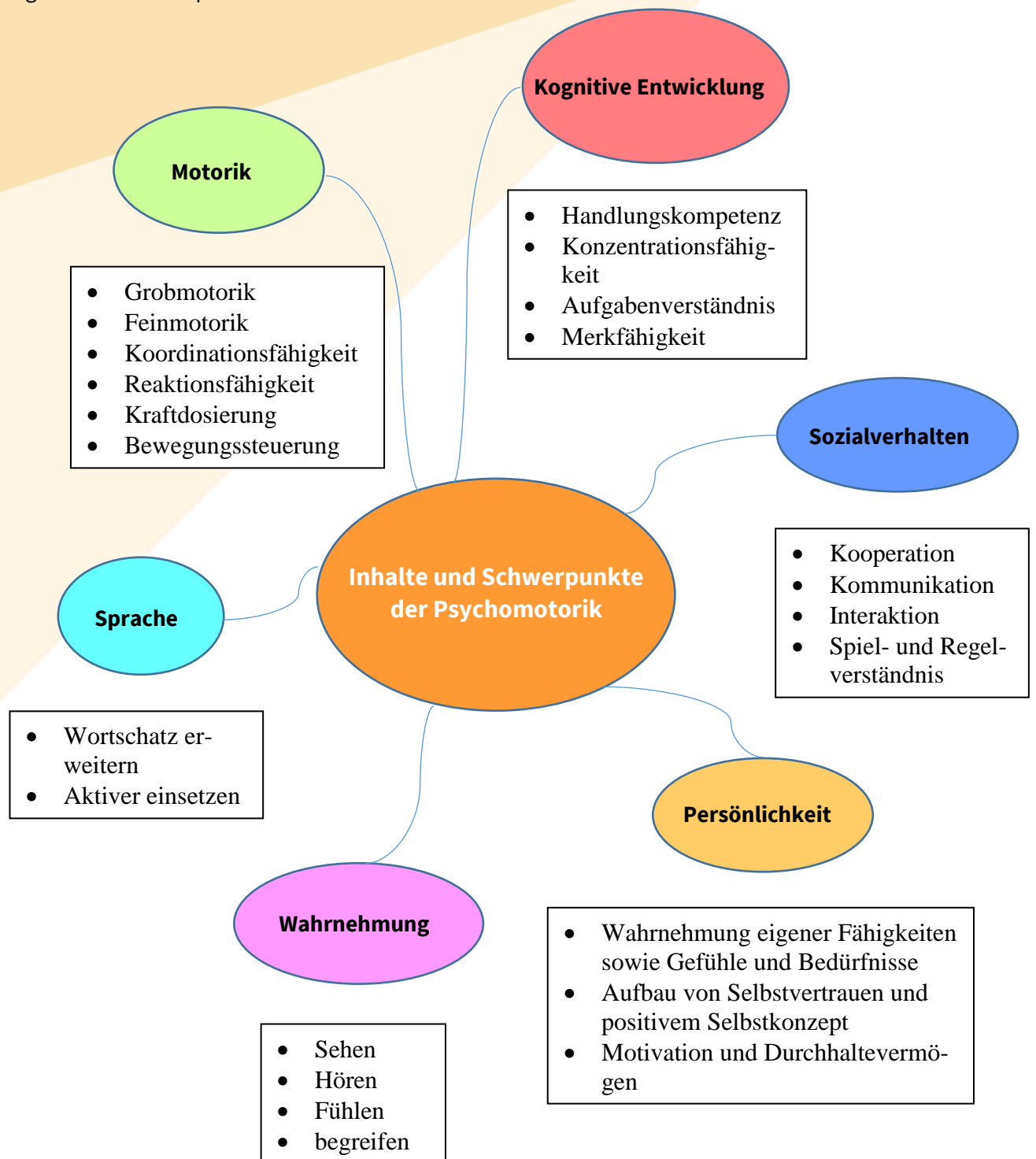
Psychomotorik ist bestrebt mit spielerischer Körper-, Material- und Sozialerfahrung zur Handlungskompetenz zu führen unter der Berücksichtigung von Ich-, Sach-, und Sozialkompetenz.



©Ulta Gedde-Ising

3.2 Inhalte und Schwerpunkte der Psychomotorik

Die Psychomotorik spricht viele Entwicklungsbereiche an. Die nachfolgende Übersicht stellt hierzu einige wesentliche Aspekte vor.



3.3 Aktionen und Ihre Anforderungen

Für Bewegungsaktivitäten im Rahmen der Psychomotorik gelten grundlegende Anforderungen. Einige wesentliche sind nachfolgend aufgeführt.

- Positive Bewegungserlebnisse schaffen
- Spaß an der Bewegung und Lust an dem Spiel
- Eigenaktivität und Selbstständigkeit
- Kein Anforderungscharakter
- Freiwilligkeit und Entscheidungsfreiheit
- Hohen Aufforderungscharakter schaffen
- Viele Sinne anzusprechen ist wertvoll
- Regeln beschränken
- Keine Wettkampfform!
- Handlungsimpuls kommt vom Kind
- Bewegungsprozess ist das Ziel nicht das Bewegungsprodukt!

3.4 Zusammenfassung und Übertragung auf STARK BEWEGT

Psychomotorik kann als Konzept einer ganzheitlichen Entwicklungsförderung verstanden werden, in dem die Bewegung eine wesentliche Rolle spielt. Ziel psychomotorischer Förderung ist es, die Eigentätigkeit des Kindes zu fördern und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu vermitteln. Im Vordergrund stehen Spiel- und Bewegungsgelegenheiten, die dem Kind individuelle Handlungsmöglichkeiten erlauben.

Wir möchten an dieser Stelle ausdrücklich erwähnen, dass es **nicht** darum geht, STARK BEWEGT Trainings durch Bewegungsspiele zu ersetzen, sondern es geht vielmehr darum, flexibel und achtsam mit den Kindern der Klasse zu sein und auch in der Vorbereitung der Trainings (Klassenfragebogen) und in Absprache mit der Lehrkraft konkret zu klären, was die Klassen brauchen. Dabei kann geklärt werden, in wie weit die Klasse als Team arbeitsfähig ist, welche Problematiken und Herausforderungen sich ergeben, wie das Training aufgebaut werden sollte und wie und wann Bewegungsspiele eingebaut werden sollten.

4 Stressbewältigungsmodell

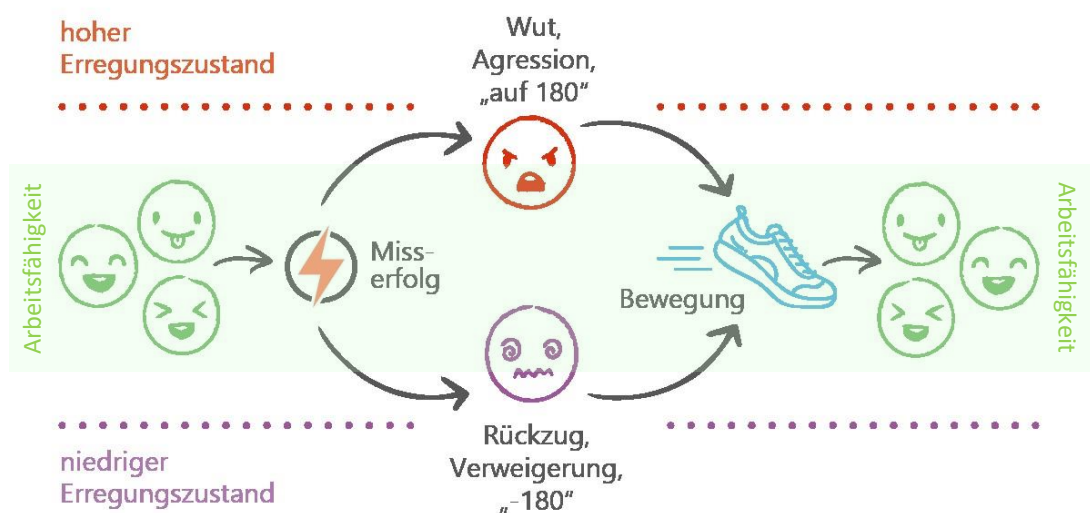
Eine gewisse Anspannung bei der Bewältigung von Interaktionsübungen ist gewollt und nützlich, um den Fokus der Klasse bei sich und der Aufgabe und der Gruppe zu halten und die Arbeitsfähigkeit der Gruppe zu gewährleisten.

Jedoch können auch Stressoren auftreten, die den Gruppenprozess behindern oder die Arbeitsfähigkeit der Gruppe beeinträchtigen. Hierzu zählen z. B. Umweltfaktoren aus Familie, Freundeskreis und Schule oder auch Problemstellungen im sozialen Miteinander und in der Kooperationsfähigkeit der Klasse, die während des Trainings zum Vorschein kommen oder z. B. Misserfolg bei dem Versuch eine Aufgabe zu bewältigen.

Kinder reagieren sehr unterschiedlich auf Stress. Häufig beobachten wir zwei Extreme: bei einigen Kindern steigt das Erregungsniveau stark an und sie reagieren schließlich mit Wut und Aggression. Andere ziehen sich eher zurück oder verweigern gar ihre Mitarbeit. Beide Extreme führen zu Frust für die Betroffenen und die gesamte Gruppe.

Daher ist es erforderlich kindorientierte Möglichkeiten zur Stressreduktion anzuwenden. Es ist erwiesen, dass Körperliche Aktivität die Belastung in Stresssituationen dämpft (Kinderärzte im Netz 2013). Daher sollen durch gezielte Bewegungseinheiten Stresssituationen abgemildert und die Arbeitsfähigkeit der Gruppe erhalten oder wiederhergestellt werden. Das nachfolgende Modell soll diese Wirkprozesse veranschaulichen.

Bewegung als Stressreduktion

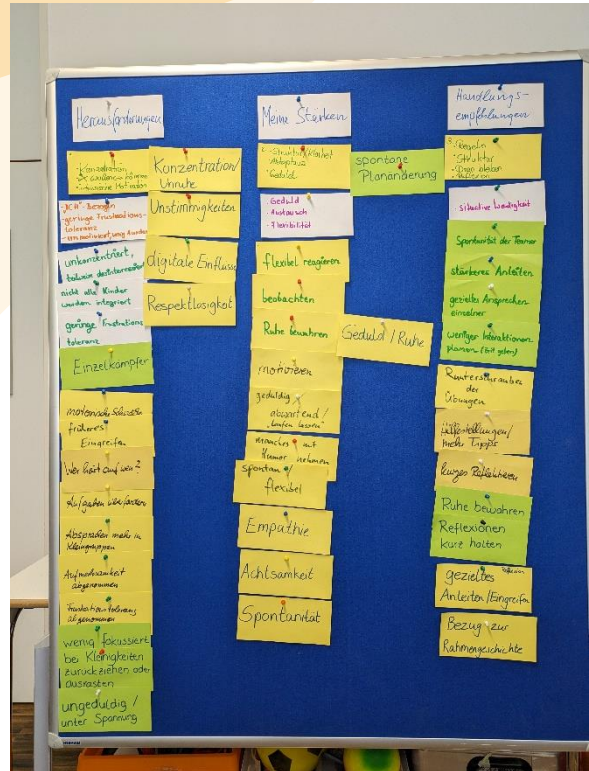
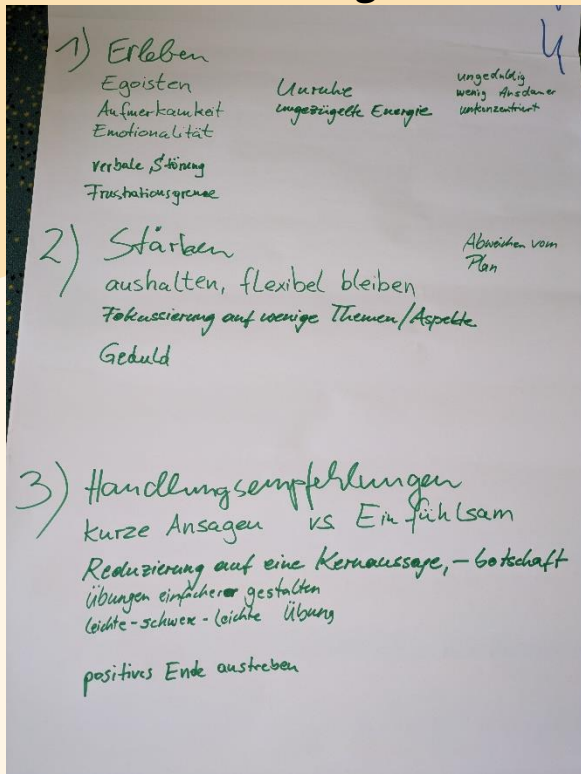


(Abbildung: Wirkmodell Bewegung als Stressreduktion – eigene Darstellung)

Anhang

- I. Fotos der Weiterbildungen**
- II. Interaktionsübungen von der Weiterbildung am 05.03.2024**
- III. Bewegungsspiele der Weiterbildungen**

I. Fotos Erfahrungen 2023



II. Interaktionsübungen vom 05.03.2024

EINKAUFSZETTEL

INTERAKTIONSÜBUNG

(kann gut in Geschichten eingebaut werden als Wunschliste der Hexe usw.)

Aufgabe

Eine Liste befindet sich außerhalb der Reich- und Sichtweite des Teams. Hierauf befinden sich Gegenstände, die die Schülerinnen herbeiholen sollen.

Regeln

Nur eine Person aus der Gruppe darf die Liste zwei Mal einsehen.

Oder: Zwei Personen dürfen die Liste einmal einsehen.

Jeder Teilnehmer muss eine Mindestanzahl an Gegenständen geholt haben.

Variationen

Bei der Anzahl oder Kombination der Dinge; beim Nachsehen oder Anzahl der Kinder, die lesen können/ dürfen

Beispiel für unsere neun bis zehn Kinder an der L-Schule 2.-4.Klasse:

- 2 Stöcke in Armlänge
- 10 Blätter (zwei verschiedene Sorten)
- 1 Becher Wasser mit Blume
- 2 Bälle
- 1 Seil
- 3 Steine unterschiedlich groß



Die 5. Klasse sollte drei verschiedene ... usw./ komplizierte ... holen.

Bei vielen Kindern sind noch ganz andere Einkaufszettel möglich (vielleicht sogar mehrere an verschiedenen Stellen mit Dingen, die man nicht allein tragen kann usw.)

Interessant:

Die Hauptschwierigkeit bestand weniger in der Arbeitsteilung am Anfang, sondern in der Verteilung, wer was holt.

Es waren mal wieder die gleichen Tonangeber und Macher, die etwas mehr holten, so dass andere leer ausgingen und die Aufgabe nicht gelöst werden konnte (Verteiler-Problematik, häufigster Streitpunkt).

Einkaufszettel

- 2 Stöcke in Armlänge
- 2 kurze Stöcke
- 10 Blätter (zwei verschiedene Sorten)
- 1 Becher mit Wasser
- 1 Becker ohne Wasser
- 3 Blumen
- 2 Bälle
- 1 Seil weiß, rot, grün, orange
- 1 Karabiner Stahl, Alu, TriLock
- 3 Steine grau, weiß
- Bandschlingen 120 cm, 60 cm, 30 cm
- Kamera, Hand, Gehirn, Erdkugel
- Edding blau, rot, grün
- Moderationskarte gelb, blau, rot
- Schere

AUF DER STIRN/DEM RÜCKEN GESCHRIEBEN

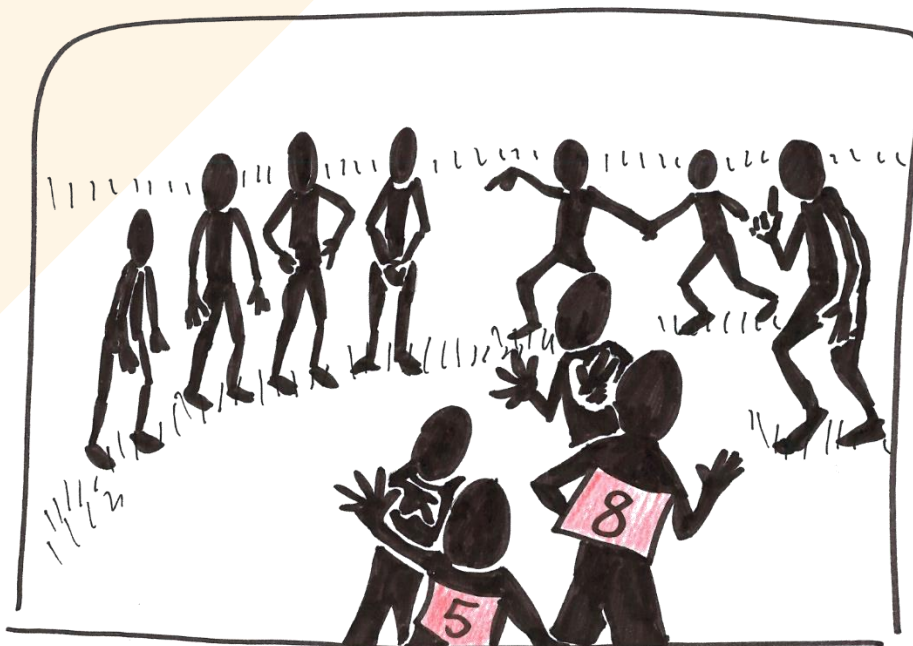
INTERAKTIONSÜBUNG

Beschreibung:

Die Gruppe soll sich im Kreis nach der Zahlenreihe, ohne zu sprechen, aufstellen. Jeder trägt seine eigene Zahl auf der Stirn/ auf dem Rücken oder ein Buchstabe eines Wortes.

Varianten:

- Zeitlimit
- Keine numerische Reihenfolge
- Es sollen sich Gruppen nach Kategorien finden (Küchengeräte, Möbel, Werkzeuge, Fahrzeuge), die als Worte/Bilder abgebildet sind.



DAS SCHIFF/ DAS FLUGZEUG

REFLEXIONSMETHODE

Materialien/ Varianten:

- Kein Material (verbal)
- Flipchartpapier (leer bzw. mit aufgemaltem Boot / Flugzeug)
- Kärtchen mit Rollen (Kapitän, Steuermann, 1. Offizier, Schiffsjunge, Matrose, ...)

Beschreibung:

Zur Auswertung individueller Rollen im Gruppenprozess können analog zu einer Schiffsbesatzung die einzelnen Rollen (Kapitän, Steuermann, 1. Offizier, Schiffsjunge, Matrose, ...) und Verhaltensmuster in der Gruppe zugänglich und auswertbar gemacht werden.

III. Bewegungsspiele

Bewegung mit Schwerpunkt

Ballspiel mit Reifen

Beschreibung:

Material: Bälle und Reifen

Variante 1 Die Kinder werfen sich den Ball durch die Tore (Reifen) zu.

Variante 2 Um mehr Bewegung zu fördern können die Kinder einen Rundlauf machen. Kinder starten paarweise dann beim ersten Tor und müssen den Ball abwechselnd durch die anderen Tore hintereinander werfen!

Variante 3 Kinder bilden 3-er Gruppen. Ein Kind hält den Reifen mit einem Arm in die Luft. Die anderen Kinder stehen jeweils vor und hinter dem Reifen. Das Kind hinter dem Reifen wirft den Ball durch das Tor. Das Kind fängt den Ball vor dem Tor. Dann werden gleichzeitig alle Positionen im Uhrzeigersinn gewechselt. Kind hinter dem Tor hält dann den Reifen, Kind, das zuvor den Reifen gehalten hat, fängt dann den Ball usw. (Kinder wechseln sich auf allen Positionen ab sind Halter des Reifen, Fänger des Balls und Werfer des Balls)

Spielhinweis:

Die Kinder die, die Reifen halten müssen ausgewechselt werden, damit Sie auch an die Reihe kommen können. (Variante 1+2)

Wenn Spielmaterialien nicht vorhanden, können die Kinder sich auch an die Hände fassen und mit Armen ein Tor bilden.

Spieldauer: beliebig

Förderung: Koordination, Sozialverhalten, Rollenwechsel, Schnelligkeit, Reaktion, Grobmotorik

Eismaschine

Bewegung mit Schwerpunkt

Beschreibung:

Material: Parteibänder

Fangspiel: Es werden zwei Rollen auf jeweils ein (mehrere) Kind/ Kinder verteilt: Eismaschine und Sonne. Die Eismaschine fängt alle Kinder, bei Berührung werden diese Kinder zu Schneeflocken. Sie können jedoch wieder durch die Sonne aufgetaut werden und wieder laufen.

Spielhinweis:

Es können auch mehrere Kinder Eismaschinen und Sonnen sein.

Spieldauer: beliebig

Förderung: Bewegungsintensiv, Sozialverhalten, Rollenwechsel, Ausdauer

Futterstellen für Tiere

Bewegung mit Schwerpunkt

Material: Reifen und Bälle

BESCHREIBUNG

2 (oder mehr) Reifen werden gegenüber voneinander ausgelegt. Die beiden Reifen sind Futterstellen für ganz viele verschiedene Tiere, die gefüttert werden wollen. In der Mitte von den beiden Reifen wird ein weiterer Reifen ausgelegt mit Bällen, Bierdeckeln o.Ä. Dies ist das Lager für das Futter. Das Futter soll in die beiden Futterstellen transportiert werden.

Variante 1 Kinder laufen mit den Bällen und legen Sie in die Futterstellen ab.

Variante 2 Weitere Futterstellen einrichten

Variante 3 Futter gleichmäßig aufteilen

Spielhinweis:

Kann auch mit Materialien aus der Natur gespielt werden

Spieldauer: beliebig

Förderung: Koordination, Schnelligkeit, Grobmotorik, Sozialverhalten

Laufstaffel mit Bild malen

Bewegung mit Schwerpunkt

Beschreibung:

Material: Hütchen, Staffelholz, 1 Blatt Papier (A3) 1 Filzstift

Mit Hütchen(o.Ä.) wird ein Slalomparcours gestellt. Am Ende dieses Slalomparcours liegt ein Blatt Papier. Die Kinder laufen einzeln den Slalomparcours mit dem Staffelholz bis Sie das Blatt erreichen. Dort zeichnet das Kind ein Teil eines Bildes (Bsp. einen Kreis für einen Kopf eines Tieres) und läuft danach den Slalomparcours wieder zurück und übergibt das Staffelholz dem nächsten Kind. Die Kinder laufen so oft bis sich ein Bild ergibt.

Variante: Den Parcours kann gerne nach Belieben erweitert werden. (Hindernisse einbauen, Schwierigkeit steigern)

Spielhinweis:

Es empfiehlt sich, dass die Spielleitung das Malen begleitet und das Spiel beendet, wenn das Bild fertig gemalt worden ist.

Spieldauer: beliebig

Förderung: Koordination, Grobmotorik, Feinmotorik, Ausdauer, Sozialverhalten, Konzentration,

Lustiges Sortier Spiel mit Bierdeckeln

Bewegung mit Schwerpunkt

Beschreibung:

Material: 2 Reifen, Bierdeckel

Es werden Bierdeckel auf dem Boden ausgelegt, wichtig ist hierbei, dass die Bierdeckel mit unterschiedlichen Seiten ausgelegt werden. (Seite oben, Seite unten) Die Reifen dienen als Sammelstelle für die Bierdeckel, jeweils einer für die Bierdeckel mit der Seite oben und unten.

Spielablauf:

Kinder sammeln Bierdeckel ein und bringen sie dann zu bestimmten Reifen, wo sie hingehören. Gerne kann man auch die Zeit messen. →

Spielhinweis: Achtung, keine Wettkampfform und keine zwei Mannschaften bilden, gerne können drei „Gruppen“ oder Reihen gebildet werden, sodass immer 3 Kinder gleichzeitig laufen.

Förderung: Bewegungsintensiv, Sozialverhalten, Koordination, Reaktion, Grob- und Feinmotorik, Gleichgewicht, Ausdauer

Menschenkettenslalom

Bewegung mit Schwerpunkt

Beschreibung:

Material: keins

Alle Kinder bilden eine Kette und fassen sich an den Händen. (Es können auch Parteibänder benutzt werden, wenn die Kinder sich nicht an den Händen fassen wollen o.Ä.) Das Kind, das an erster Stelle der Kette steht löst sich und fängt an durch die Kette Slalom zu laufen bis zum letzten Kind der Kette, dort nimmt es wieder das letzte Kind an die Hand und fügt sich wieder in die Kette ein. So entsteht ein sich eine stetig wandelnde Menschenkette.

Spielhinweis:

Kann je nach Schwierigkeit, schneller oder langsamer gespielt werden.

Spieldauer: beliebig

Förderung: Koordination, Sozialverhalten, Bewegung

Moorhuhnjagd

Bewegung mit Schwerpunkt

Beschreibung:

Material: 1-3 Bälle

Alle Kinder laufen durch den Raum, jeder ist gleichzeitig Jäger und Moorhuhn. Jeder darf jeden abwerfen oder einfach nur weglaufen. Wer abgeworfen wurde muss raus auf die Bank (kann aber auch durch etwas Anderes markiert werden Reifen, Zweige, etc.) sobald, mehr als 3 Kinder auf der Bank sitzen, darf das erste wieder rein. Wenn der Fall aufgefangen wird, muss man nicht raus auf die Bank.

Spielhinweis:

Es können natürlich auch noch mehrere Kinder auf der Bank sitzen bzw. warten müssen. Um es noch spannender zu machen kann gefragt werden wer gewinnt die Jäger oder die Moorhühner?

Spieldauer: beliebig

Förderung: Bewegungsintensiv, Sozialverhalten, Rollenwechsel, Ausdauer

Ochs am Berge 1-2-3 / Wer holt den Ball

Bewegung mit Schwerpunkt

Beschreibung:

Material: egal was sollte nur handlich sein (kleiner Ball, Klassenmaskottchen etc.)

Es wird ein rechteckiges Spielfeld festgelegt, in dem die Kinder von einer Seite zur anderen laufen können.

Spielablauf

Es wird ein Ochs am Berge bestimmt, besser ist hier, dass die Teamleitende Person dies übernimmt. Diese stellt sich auf eine Seite des Spielfeldes und legt den Gegenstand vor sich ab. Die anderen Kinder stellen sich nebeneinander auf die andere Seite des Spielfeldes. Nun dreht der Ochs am Berge sich um die Eigene Achse und ruft dabei „Ochs am Berge 1, 2, 3. oder wer holt XY. Solange der Ochs am Berge sich dreht und seinen Spruch aufsagt müssen die anderen Kinder sich dem Ochs am Berge nähern. Sobald dieser seinen Spruch zu Ende aufgesagt hat müssen alle Kinder in Ihrer aktuellen Position stehen bleiben. Wenn der Ochs am Berge erwischt, wie er sich noch bewegt schickt er ihn wieder zu dem Anfang zurück. (Alternativ: er 1-3 Schritte vorgeben, die derjenige zurückgehen muss.)

Wenn der Ochs am Berge alle erwischt hat, die nicht schnell genug stehengeblieben sind dreht er sich wieder um die eigene Achse und ruft „Achs am Berge 1, 2, 3.“ usw. Ziel ist es den Gegenstand dem Ochs am Berge zu entwenden und ungesehen an den Anfang zu tragen.

Die teamleitende Person darf beliebig oft (oder x. Mal) Vermutungen anstellen, bei wem der Gegenstand sich gerade befindet.

Spielhinweis:

Spieldauer: beliebig

Förderung: Bewegungsintensiv, Sozialverhalten, Koordination, Reaktion, Grob- und Feinmotorik, Gleichgewicht, Ausdauer

Pilzsuche

Bewegung mit Schwerpunkt

Material: Bierdeckel, Reifen

BESCHREIBUNG

Bierdeckel (Anzahl beliebig) werden ausgelegt (sichtbar / nicht sichtbar). Die Kinder gehen auf Pilzsuche und müssen die verloren gegangenen Pilze einsammeln und zurück in den Korb (Reifen) legen.

Variante: Jedes Kind (das mitspielt) muss 2 oder 3 Pilze sammeln

Spielhinweis:

Kann auch mit Materialien aus der Natur gespielt werden

Spieldauer: beliebig

Förderung: Koordination, Grobmotorik, Ausdauer, Sozialverhalten

HI-HA-HO!

Alle stehen im Kreis. Wer dran ist ruft laut **HI!** und reißt beide Arme mit den Handflächen zusammengedrückt nach vorne und zeigt auf eine Person. Die Person, auf die gezeigt wurde ruft **HA!** Die beiden Nachbarn rechts und links von der Person rufen **HO!** und schwingen ihre Arme in seine Richtung, auch die Handflächen zusammen. Der in der Mitte danach wieder **HI!** und reißt seine Arme dabei wieder nach vorne, so dass er auf einen Mitspieler zeigt, der dann an der Reihe ist.

Spieldauer: Beliebig

Förderung: Konzentration, Rollenwechsel, Koordination, Sozialverhalten