

KOMPETENZEN SCHÜTZEN VOR UNFÄLLEN

- aber nur mit ausreichenden Körpererfahrungen

Vorbemerkungen/Ziele

Kinder benötigen Kompetenzen, um angemessen mit Gefahrensituationen umzugehen. Dazu zählt hauptsächlich eine realistische Selbsteinschätzung im Umgang mit sich selbst, mit Raum und Zeit, die auf der Verfügbarkeit des eigenen Körpers basiert. Den Körper „verfügbar haben“ heißt u.a., ihn zu spüren und zu verstehen, um sich an ihm als Ausgangspunkt für situationsgerechtes Handeln zu orientieren. Wenn ich meinen Körper kenne (Körperteile wahrnehmen und benennen), mich an ihm orientieren kann (rechts und links, oben und unten unterscheiden) und seine Grenzen kenne (Körperausdehnung/-ausgrenzung wie groß/ klein, breit/ schmal), dann kann ich auf ihn als verlässliches Selbst in risikoreichen Situationen zurückgreifen und räumliche und zeitliche Orientierungen in meiner alltäglichen Welt vornehmen, wie die Breite der Straße, Abstand und Geschwindigkeit anderer Verkehrsteilnehmer und -fahrzeuge angemessen einzuschätzen. Natürlich haben auch andere Faktoren wie Antrieb, Aufmerksamkeitsverhalten und kognitive Verarbeitungsstrategien ihren Einfluss auf Handlungsentscheidungen, aber die Verfügbarkeit des Körpers ist ein sehr zentraler Aspekt. Sicherheitsgedanken wachsen im Kopf, aber ohne Körper können sie nicht eingeordnet und entfaltet werden.



Rahmenbedingungen

Zeit: 60 Minuten

Teilnehmer/innen: Kinder 6-8 Jahre

Geräte/Material: Springseilchen, alter Strumpf, Tennisball

Ort: Beliebiger Bewegungsort

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG

● Popcorn

Kinder laufen durch die Halle und „kleben“ auf Zuruf des ÜL mit den gleichen Körperteilen zusammen.

⊙ Freie Raumnutzung

● Kinder erzählen über individuelle Ereignisse der letzten Tage. ÜL sensibilisiert für das heutige Thema.

Falls die Kinder ein vermehrtes Bewegungsbedürfnis anzeigen, sollte entsprechend reagiert werden.

⊙ Gesprächskreis

SCHWERPUNKT

● Körperteile suchen

Ein Kind schließt die Augen. Das andere Kind berührt verschiedene Körperteile. Das Kind mit den geschlossenen Augen deutet auf die Körperteile.

⊙ Partnerarbeit ohne Einsatz von Materialien (gilt für alle Übungen des Schwerpunkts)

● Zeitlupenspiegel

Ein Kind bewegt verschiedene Körperteile, auch in verschiedenen Positionen (Sitzen, Liegen), was von dem anderen Kind nachgemacht wird.

Absichten und Hinweise

⊙ Ausleben des Bewegungsbedürfnisses und Einstimmung

✔ Alle u.g. inhaltlichen Absichten können auch in eine Themengeschichte verpackt werden, wie „Reise zum Mond“, „Marsmännchen unterwegs“, „Hexenspiel“, „Künstlerland“

⊙ Selbstbeobachtung; Kommunikations- und Beziehungsunterstützung

✔ Orientierung für die Kinder; festes Ritual

⊙ Körperorientierung

✔ mehrere Wiederholungen zwecks Einschleifen neurologischer Muster (Körperschemaaktivierung)

⊙ Körperorientierung; durch Zeitlupenbewegungen bewusster Selbstbeurteilung



Autor:
Dr. Klaus
Balster

Literatur
Balster, K.: Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen – Teil 2, Praktische Hilfen zur Förderung der Wahrnehmung und Bewegungsentwicklung, Sportjugend NRW (Hrsg.), Duisburg 2003 (3. Auflage); Sportjugend NRW (Hrsg.); Udo von Hagen (†): Spiele spielen, Duisburg 2005 (4. Aufl.)

Stundenverlauf und Inhalte

● Künstler

Ein Kind nimmt eine Position ein, auch im Sitzen und Liegen. Das andere Kind stellt die Position nach.

● Veränderungen erkennen

Das eine Kind nimmt eine Position ein, während das andere Kind die Augen schließt, verändert das eine Kind seine Position. Das Kind öffnet nun die Augen, erkennt die Veränderung und benennt sie.

● Marionetten

Ein Kind schließt die Augen und wird vom anderen Kind durch „verbale Kommandos“ durch den Raum geführt. Die Kommandos werden vom handelnden Kind wiederholt.

● Körperteile vergleichen

Die beiden Partnerkinder vergleichen einzelne Körperteile miteinander: „Welche Arme sind länger?“, „Wer hat die kleineren Füße?“, „Wer hat die breiteren Schultern?“, „Wer kann die Arme am weitesten beugen?“, „Wer hat den dickeren rechten Oberarm?“

● Körperentfernungsmaße

Die beiden Partner stellen sich in einem selbst bestimmten Abstand gegenüber. Sie schätzen sich ein, wie viele Schritte oder Körperlängen sie brauchen, um zum anderen Partner zu kommen. Anschließend praktisch erproben.

● Tunnel passieren

Ein Kind baut sich selbst als Hindernis auf, z.B. bildet es mit seinem Körper einen Tunnel. Das andere Kind sagt voraus, wie es den Tunnel passiert. Dann erproben.

SCHWERPUNKTABSCHLUSS

● Atomspiel mit Aufgaben zur Erkennung einzelner Körperteile, z.B. „drei Kniee finden sich“, „fünf rechte Hände finden sich“

● Reflexion des Erlebten, u.a.

„Was hat euch gut gefallen?“

„Warum ist es wichtig, seinen Körper genau zu kennen?“

„Wozu braucht man das Wissen vom eigenen Körper?“

○ Gesprächskreis

AUSKLANG

● Bola

Ein Spieler steht in der Mitte eines Kreises, den die Mitspieler bilden und lässt die „Bola“ (Tennisball eingewickelt in einem Strumpf, an dem ein Seil geknotet ist) kreisen. Die „Bola“ wird so tief geschwungen, dass die „Rinder“ auch darüber springen können. Trifft sie jedoch einen aus dem Kreis, wechseln die Positionen – welcher ein Abstieg: der Gaucho wird zum Rind.

● = Inhalt, ○ = Organisation

Absichten und Hinweise

○ Körperorientierung

○ Körperkenntnis

✓ Verbalisierungen von Handlungen machen sie bewusster

○ Körperkenntnis

○ Körperteile-Größen- und Funktionsunterscheidungen einschätzen

✓ Verbalisierungen von Handlungen machen sie bewusster

✓ Ggf. Partnerarbeit zugunsten der Gesamtgruppe verändern, dadurch Vergleich mit anderen Kindern

○ Körperausdehnung erkennen

○ Körpergrößen einschätzen

○ Bewegungs- Bedürfnisbefriedigung Wunsch der Kinder

○ Transfer für den Lebensalltag

✓ Ritual



✓ Kultureller Hintergrund: „Der Cowboy schwingt sein Lasso, der argentinische Gaucho die Bola. Das Seil mit den drei kleinen Eisenkugeln bringt jedes Rindvieh zu Fall, wenn es sich um die Vorderhufe wickelt. Ein Spiel nicht nur für die Weiten der Pampas“ (aus: „Spiele spielen“, S. 55).

○ = Absicht, ✓ = Hinweis