

Download

Marion Reuter

Bewegung fördern im Kindergarten

Psychomotorik



Downloadauszug
aus dem Originaltitel:

 Auer

Bewegung fördern im Kindergarten

Psychomotorik

**Dieser Download ist ein Auszug aus dem Originaltitel
Bewegung fördern im Kindergarten**

Über diesen Link gelangen Sie zur entsprechenden Produktseite im Web.

<http://www.auer-verlag.de/go/dl6312>

6. PSYCHOMOTORIK

6.1 WAS IST PSYCHOMOTORIK?

Bei der Psychomotorik handelt es sich um eine ganzheitlich-humanistische, entwicklungs- und kindgemäße Art der Bewegungsförderung.

Im Bereich der Psychomotorik gibt es verschiedene pädagogisch-therapeutische Methoden und Zielsetzungen, die der Bewegungsförderung dienen sollen. Durch systematische Beeinflussung der Bewegung wird versucht, motorische, soziale und kognitive Lernprozesse zu verbessern.

Unter dem Schlagwort „Erziehung durch Bewegung“ wird ein ganzheitliches Modell von Persönlichkeitsentwicklung durch Bewegungshandlungen vertreten. Somit wird „Lernen durch Bewegung“ als hauptsächlicher Motor der kognitiven Entwicklung des Kindes betrachtet (Nach dem Entwicklungspsychologen Jean Piaget).

Psychomotorik ist ein Konzept der ganzheitlichen Erziehung und Persönlichkeitsbildung über motorische Lernprozesse.

Mit diesem Ansatz unterscheidet sich die psychomotorische Bewegungserziehung von den traditionellen Übungsangeboten. Sie will nicht durch Leistung, sondern durch Bewegung erziehen.

6.1.1 Wichtige Begriffe in der Psychomotorik

Ich-Kompetenz – Ich-Erfahrung

Das ist die realistische Selbsteinschätzung, die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper, aber auch das Erkennen und Akzeptieren eigener Schwächen und Stärken: Sammeln von Ich-Erfahrung und Ausbau der Ich-Kompetenz.

Sozial-Kompetenz – Sozialerfahrung

Darunter versteht man einen angemessenen Umgang mit anderen Personen, das Besprechen und Einhalten von Regeln, auch das Zurücknehmen der eigenen Person bzw. ein faires Sich-Auseinandersetzen mit anderen in der Gruppe, woraus wiederum größere Sozialerfahrung und Kompetenz gewonnen werden können.

Sachkompetenz – Materialerfahrung

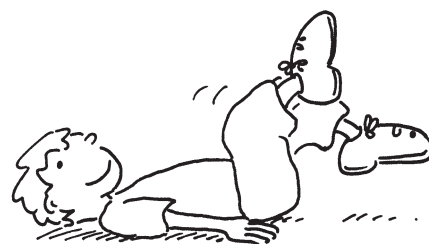
Die Auseinandersetzung mit den Dingen der Umwelt durch vielfältiges Erforschen und Erproben ist hier angesiedelt und führt zur Erhöhung der Materialerfahrung. Durch das Kennenlernen von Schwerkraft, Beschleunigung und Gleichgewicht erfolgt eine Steigerung der Sachkompetenz.

6.1.2 Psychomotorische Stundengestaltung

Der Inhalt einer psychomotorischen Übungs-, Förder- oder Spielstunde sollte vielfältig und abwechslungsreich, auf ein bestimmtes Thema beschränkt und flexibel planbar sein.

Grundsätzlich ist der Prozess wichtiger als das Produkt, daher soll die Erzieherin:

- Neuentdeckungen ermöglichen
- individuelle und soziale Handlungsmöglichkeiten gestatten
- das Bewegungsbedürfnis durch kindgerechte Spiel- und Bewegungsangebote befriedigen lassen
- zur Auseinandersetzung mit der Umwelt herausfordern
- Gelegenheit zur ganzheitlichen, körperlich-sinnlichen Umweltaneignung geben
- motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten erweitern und verbessern
- zur Erhaltung der natürlichen Bewegungsfreude, der Neugierde und Bereitschaft zur Aktivität beitragen
- Vertrauen in die eigenen motorischen Fähigkeiten geben und realistische Selbsteinschätzung ermöglichen
- Sozialerlebnisse vermitteln



6.2 WAS IST KÖRPERERFAHRUNG?

Unter Körpererfahrung wird die Gesamtheit aller im Verlaufe der Entwicklung erworbenen Erfahrungen mit dem eigenen Körper verstanden. Diese können sowohl verstandes- als auch gefühlsmäßig, bewusst wie unbewusst sein.

6.2.1 Ziele und methodische Hinweise

Körpererfahrung beinhaltet folgende Faktoren:

- Beherrschen des eigenen Körpers
- bewusstes Wahrnehmen des eigenen Körpers
- Verstehen von Signalen
- Kennenlernen von Fähigkeiten und Reaktionen
- realistischer Einsatz der eigenen Fähigkeiten
- sicheres Körperbewusstsein
- Zufriedenheit mit sich selbst
- Selbstsicherheit, Selbstbewusstsein
- erleichterter Umgang mit anderen Menschen

Heute wird in den entwickelten Industriestaaten eine Einschränkung der Bewegungs- und Erfahrungsmöglichkeiten festgestellt. Spüren und Berühren, also hautnahes Erleben von Situationen werden immer seltener. An oberster Stelle der Sinneshierarchie steht der optische Sinn – ein Fernsinn. Der Verlust an Sensibilität für den eigenen Körper erhält somit eine bedeutende Rolle.

Körpererfahrungen sind für die kindliche Entwicklung wichtig.

Für die Praxis lassen sich daher folgende Zielvorgaben ableiten:

- Förderung insbesondere der körpernahen Sinne
- Angebot offener Erfahrungssituationen, die auf die Bedürfnisse der Kinder eingehen
- Ermöglichen positiver Körpererfahrungen, weil sie für den Aufbau eines stabilen Selbstwertgefühls besonders wichtig sind
- Entwicklung der Links-Rechts-Unterscheidung, Seitigkeit
- Verdeutlichung der Erlebnis- und Ausdrucksmöglichkeiten des Körpers mit spielerischen Lernsituationen
- Sensibilisierung gegenüber einseitiger Belastung und Überforderung des eigenen Körpers sowie krankmachender Faktoren und Verhaltensweisen
- Spielerisches Erlernen kindgerechter Entspannungsformen

Gezielte Übungen zur Körpererfahrung erfordern ein hohes Maß an Konzentration vom Kind, deshalb sollten sie nur 5- 10 Minuten, je nach Alter des Kindes, dauern und mit großräumigen Bewegungen unterbrochen werden.

Ablenkende Einflüsse, z.B. Unruhe aus dem Nebenraum, müssen vermieden werden; auch das Ausschalten der optischen Wahrnehmung erleichtert die Konzentration auf den Körper.

Nach den Übungen sollten die Kinder Gelegenheit haben, sich über ihre Empfindungen zu äußern, sie sollten berichten dürfen, was sie erlebt haben.

Den eigenen Körper wahrnehmen und sich bewegen

Spielen und Wahrnehmen mit allen Sinnen

Soziale Kompetenzen entwickeln



6.2.2 Körperspiele als Lernspiele

Atomspiel

Alter:

Für Kinder ab 3 Jahren.

Förderschwerpunkt:

Kennenlernen der einzelnen Körperteile

Spielablauf:

Die Kinder laufen durcheinander durch den Raum, dazu spielt Musik. Beim Musikstopp sollen die Kinder Aufgaben erfüllen, z. B.:

- Wir treffen uns zu zweit.
- Wir treffen uns zu zweit und halten uns an den Händen.
- Wir treffen uns in Vierergruppen und berühren uns an den Schultern.
- Wir treffen uns in Fünfergruppen und setzen uns mit gegrätschten Beinen hintereinander.
- Wir treffen uns in Vierergruppen und es dürfen nur 3 Beine, 2 Arme und 1 Bauch den Boden berühren.
- Wir treffen uns in Dreiergruppen und es dürfen nur 4 Füße, 4 Hände und 2 Gesäße am Boden sein.

Alle diese Bewegungsaufgaben können beliebig erweitert werden. Dabei können die Paarungen, die zueinanderfinden, wie auch die Bewegungsaufträge verändert sein.



Schulung der Seitigkeit: Wer macht's richtig?

Alter:

Für Kinder ab 4 Jahren.

Organisation:

Im Raum werden Reifen und Teppichfliesen verteilt. Empfohlen wird als Musik: „Purzelbaum und Kissenschlacht“, Lieder zum Kinderturnen vom Deutschen Turnerbund.

Spielablauf:

Die Kinder laufen und bewegen sich nach beliebiger Musik. Beim Musikstopp sucht sich jedes Kind eine Teppichfliese oder einen Reifen aus und führt die vorher besprochene Aufgabe aus.

Folgende Aufgaben können ausgeführt werden:

- Hat das Kind einen Reifen ausgesucht, so darf es nur mit dem linken Fuß in den Reifen steigen, ist es eine Fliese, so soll es nur mit dem rechten Fuß auf die Fliese treten.
- Der linke Fuß und die rechte Hand befinden sich im Reifen. Auf der Fliese steht der rechte Fuß und die linke Hand befindet sich im Reifen.
- Die Kinder setzen sich jeweils links neben eine Fliese oder einen Reifen und berühren diese mit der rechten Hand.
- Das rechte Knie befindet sich im Reifen oder auf der Fliese, daneben das linke.
- Die Füße sind im Reifen oder auf der Fliese, die rechte Hand wird daneben aufgestützt.
- Von der linken Seite der Fliese auf die Fliese hüpfen oder von der rechten Seite des Reifens in den Reifen hüpfen.
- Mit dem linken Bein auf die Fliese oder in den Reifen hüpfen.
- In einem Reifen oder auf einer Fliese sitzen, der rechte Fuß darf den Boden nicht berühren, die linke Hand ist neben dem Reifen oder der Fliese und der Daumen der rechten Hand ist auf dem Bauch.

Diese Formen können beliebig erweitert und verändert werden, das richtet sich immer nach dem Alter der Gruppe. Die Aufgaben sollten bei Vorschulkindern wesentlich anspruchsvoller gestaltet werden.

6.2.3 Tanz

Tanzen gehört zu den Lebensäußerungen, auch bei den Kindern. Der Tanz erfasst den ganzen Menschen: Körper, Verstand und – in ganz besonderem Maße – das Gemüt sind angesprochen.

Musik- und Bewegungserziehung, bzw. Tanz bieten hervorragende Möglichkeiten, Kinder zur Bewegung zu animieren und dadurch in einer ganzheitlichen Bewegungserziehung zu unterstützen.

Allgemeine Ziele:

- Reizangebot für die Organleistungssysteme
- Förderung des Herz-Kreislaufsystems
- Verbesserung des Haltungsgefühls
- Kräftigung der Muskulatur
- Verbesserung von Konzentration und Merkfähigkeit
- Schulung der Ausdrucksfähigkeit
- Empfindung von Spaß und Freude durch das Gemeinschaftserlebnis

Spezielle Ziele:

- Verbesserung der optischen und akustischen Wahrnehmung
- Entwicklung der räumlichen Orientierungsfähigkeit
- Verbesserung der Reaktionsfähigkeit
- Schulung der Rhythmusfähigkeit
- Erweiterung des Bewegungsrepertoires
- Ausdauerschulung
- Verbesserung von Körper- und Haltungsgefühl
- Anpassung an Gruppe und Partner
- Verbesserung sozialer Verhaltensweisen
- Schulung der Merk- und Konzentrationsfähigkeit
- Förderung kreativer Fähigkeiten
- Darstellung von Gefühlen, Wünschen und „verbotenen“ Verhaltensweisen in legitimer Form
- Spaß und Freude

(angelehnt an Weimann, Regina / Liebisch Reinhard / Breithecker, Dieter (Hrsg.): Tips und Tops für die ganzheitliche Bewegungsförderung im Grundschulalter. Mainz, 1995.)

Die Lernziele werden eingeteilt in:

- Ziele aus dem **motorischen** Bereich
- Ziele aus dem **rhythmisch-musikalischen** Bereich
- Ziele aus dem **sozial-kommunikativen** Bereich

Tanzformen:

Sie reichen von traditionellen Kindertänzen aus aller Welt über künstlerische Tänze bis zu modernen Tanzformen.

Praxisbeispiele:

- Die Kinder bewegen sich frei nach einer Musik durch den Raum, wenn die Musik anhält, stehen sie still.
- Die Kinder bewegen sich mit einem Partner durch den Raum, beim Musik-Stopp sollen sie den Partner wechseln.
- Die Kinder bewegen sich nach einem Musikrhythmus durch den Raum.
- Die Kinder stellen sich im Kreis auf und merken sich ihren Partner, bei Musikbeginn bewegen sie sich frei durch den Raum, bei Musik-Stopp müssen sie mit ihrem Partner genau auf ihren ursprünglichen Platz in den Kreis zurückkehren.
- Auf den einen Teil einer Musik studieren Sie eine feste Tanzform ein, auf den anderen Teil können sich die Kinder frei bewegen.

6.3 WAS IST MATERIALERFAHRUNG?

Materialerfahrung bedeutet, die materielle Umwelt wahrzunehmen, gefühlsmäßig zu erleben, zu verstehen und sich in und mit ihr aktiv auseinanderzusetzen.

Bewegung wird nicht in erster Linie als Gegenstand der Erfahrung gesehen, sondern die Bewegung ist das Medium, in dem Erfahrungen über die Eigenschaften und Gesetzmäßigkeiten der Handlungsobjekte gesammelt werden.

6.3.1 Bedeutung der Materialerfahrung

Handlungsgebundene materiale Erfahrung stellt nach wissenschaftlichen Erkenntnissen die Voraussetzung der kognitiven Entwicklung und der Sprachentwicklung dar, sprich der Intelligenzentwicklung. (Piaget).

Themen:

- Erfahren von Materialeigenschaften; dazu gehören die Oberflächenstruktur, das Gewicht, die Temperatur, die Größe, die Elastizität und die Form
- Erkennen von Zusammenhängen und Veränderungsmöglichkeiten der Materialien; besonders wichtig ist der Umgang mit Alltagsmaterialien
- Erfahren und Begreifen physikalischer Gesetzmäßigkeiten, wie Schwung, Reibung, Gleichgewicht und Schwerkraft
- Elementare Bewegungstätigkeiten, wie Rollen, Gleiten, Drehen, Schwingen, Schaukeln, Rutschen, Springen, Fallen, Werfen
- Bauen und Spielen mit Materialien, Gestalten und Kombinieren
- Verwenden von Material auf untypische Weise
- Sammeln von Erfahrungen zum emotionalen Gehalt von Materialien

Bedingungen für den Erwerb von Materialerfahrung:

- Gezielte Lernangebote sollten zu spontaner Aktivität provozieren.
- Die Angebote sollen stimulieren, anregen und hohen Aufforderungscharakter besitzen.
- Den Kindern muss ausreichend Zeit eingeräumt werden.
- Der Neugiergehalt soll auf bereits gemachte Erfahrungen abgestimmt sein.

Unterschiedliche Schwierigkeitsgrade sollten nebeneinander angeboten werden.

Die Bewegungsausführung soll nicht erfolgsorientiert sein: Beim persönlichen Erfahren gibt es kein richtig oder falsch!

Materialien sollten dazu dienen, Bewegung im Sinne einer ganzheitlichen Erziehung zu fördern!

6.3.2 Materialien und Geräte

Es sind verschiedene Materialien zu unterscheiden.

Alltagsmaterialien:

Die Vorteile von Alltagsmaterialien sind ganz klar und deutlich: In der Regel sind sie in allen Kindergärten vorhanden, sie sind billig und leicht zu beschaffen. Einige Beispiele:

- Zeitungen
- Bierdeckel
- alle Arten von Kartons und Schachteln
- Teppichfliesen
- Korken
- alle Becher

- alle Reifen
- Dosen
- alle Arten von Papier- und Papprollen
- Wäscheklammern
- Wolle oder Garnrollen
- Tücher aller Art

Fahrgeräte:

Fahrgeräte haben den Vorteil, dass sie die Kinder stark motivieren und auch für übergewichtige Kinder sehr gut geeignet sind. Übungen mit Fahrgeräten erfüllen auch andere Lernziele, wie zum Beispiel solche zur Verkehrserziehung für Kindergartenkinder.

Folgende Fahrgeräte gibt es:

- Rollbretter
- Pedalos
- Rollschuhe
- Inliner
- Roller
- Kettcar
- Fahrrad

Wurfgeräte:

Wurfgeräte haben den Vorteil, sehr motivierend für Kinder zu sein. Die Geräte haben darüber hinaus sehr unterschiedliche Eigenschaften, sie rollen, hüpfen oder springen. Beispiele sind:

- Luftballons
- alle Arten von Bällen
- Frisbee-Scheiben, bevorzugt die weichen
- Sandsäckchen

Ein Grundsatz sollte beim Einsatz von Materialien immer bedacht werden: Zu viel Neues erschreckt, zu viel Altbekanntes langweilt!

6.3.3 Praxisbeispiele

Spiele mit Zeitungen:

Balancieren

- Balancieren auf einem Zeitungsblatt
- Das Blatt kleiner falten und auf dem Kopf, auf der Hand oder dem Fuß balancieren
- Alle Formen auch als Blindspiele durchführen

Laufspiele

- Laufen mit einem Blatt auf dem Bauch
- Hüpfen mit der Zeitung auf dem Kopf oder zwischen den Beinen

Fußgymnastik

- Papier mit den Füßen zerreißen
- Mit den Füßen verschiedene Formen falten
- Einen Zeitungsball formen und mit den Füßen werfen
- Die Zeitung mit den Füßen zu einem anderen Kind weitergeben
- Den Zeitungsball mit den Füßen hinter dem Kopf ablegen

Zeitungslauf

- Rutschen auf Zeitungen
- Schlittschuhlaufen

Zeitung-Ballspiele

- Eierlauf
- Jonglieren mit kleinen Zeitungsbällen
- Abwerfen mit Zeitungsbällen
- Auf ein Ziel werfen

Fangen und Werfen

- Mit und ohne Partner

Spiele mit Papprollen:

- Papprollentanz
- Papprollen auf der flachen Hand balancieren
- Gegenstände, z. B. einen Luftballon oder Tennisball, auf der Rolle balancieren
- Rolle als Schläger für Luftballons oder Papierkugeln benutzen
- Fangen von Kastanien mit einer Papiertüte oder mit der Papprolle
- Geschicklichkeit, Bauen von Türmen, mit Bierdeckeln und ohne

Spiele mit Bechern:

- Einen Ball an einem Faden und am Becherboden befestigen, dann versuchen, mit dem Ball in den Becher zu treffen
- Kleine Bälle mit dem Becher fangen
- Becher auf verschiedenen Körperteilen balancieren
- Zu zweit mit Bechern spielen, dazu hat jeder einen kleinen Ball und man versucht, den Ball zu werfen und zu fangen

Spiele mit Dosen:

- Zielwerfen mit Tennisbällen
- Mit einem kleinen Ball in die Dosen zielen
- Türme bauen
- Mit Filmdöschen Wege durch den Raum bauen

Spiele mit Teppichfliesen:

- Rutschen auf einer Fliese wie beim Rollerfahren
- Rutschen auf zwei Fliesen wie beim Schlittschuhlaufen
- Schieben mit Händen, Füßen, auf dem Rücken oder Bauch, aber nicht auf den Knien
- Teppichfliesengehen auf einer Bahn, die durch den Raum gelegt wurde
- Reise nach Jerusalem, aber ohne Ausscheiden, immer mehr Kinder müssen auf einer Fliese stehen
- Pferdchenspiel – einer sitzt auf einer Fliese und lässt sich ziehen, die Übung lässt sich auch mit Reifen/Seilen durchführen
- Zugspiel – viele Kinder hängen sich mit Hüftfassung aneinander und rutschen

Spiele mit Tüchern:

- Fangspiel im Kreis: Jedes Kind hält sein Tuch in die Kreismitte, dann lässt es auf Kommando los, geht im Uhrzeigersinn zum Tuch seines Vorgängers und fängt dessen Tuch auf.
- Fliegende Tücher: Kreisauflistung, jedes Kind hält sein Tuch über den Kopf, auf Kommando versucht es, das Tuch des Vordermannes zu fangen.

Spiele mit Bettlaken oder Handtüchern:

- Ein Loch in ein Laken schneiden, das etwa Ballgröße hat. Die Kinder halten das Laken waagrecht gespannt.
- Durch das Bewegen des Tuches versuchen die Mitspieler, einen Ball durch das Loch fallen zu lassen, genau wie beim Schwungtuch.
- Variation: Lassen Sie die Kinder einen Luftballon durch das Loch bugsieren. Das ist aber schwieriger!
- Gespensterspielen: Das Tuch locker über ein Kind hängen, durch Abtasten müssen die anderen Kinder erkennen, wer unter dem Tuch versteckt ist.
- Ein Bettlaken mit Luftballons füllen. Das Laken vorsichtig durch den Raum schieben.
- Die Kinder legen sich vorsichtig auf das „Luftballonlaken“. Die Luftballons zerplatzen lassen.
- Spielen Sie mit den Kindern Sackhüpfen.
- Schlittenfahren: Die Partner ziehen sich gegenseitig auf Tüchern durch den Raum.
- Die Kinder spielen in den Betttüchern Verstecken.

Ideal sind **Bewegungsbaustellen** mit möglichst vielen verschiedenen Spielmaterialien, denn sie:

- schaffen vielfältige Bewegungsmöglichkeiten
- haben großen Aufforderungscharakter
- geben Raum für individuelle, spielerische Bewegungserfahrungen
- ermöglichen eine hohe Bewegungsintensität
- haben keine oder nur kurze Wartezeiten
- geben Gelegenheit zur Mitgestaltung
- geben Raum für Kreativität und Fantasie bei der Auseinandersetzung mit der Gerätekombination
- bieten gleichzeitig verschiedene Schwierigkeitsgrade nebeneinander
- lassen sich zusätzlich durch den Einsatz von Kleingeräten in ihrer Vielfalt erweitern
- bieten Möglichkeiten zum Lernen durch Experimentieren, Einsicht und Nachahmung

Soziale Kompetenzen entwickeln

6.4 WAS IST SOZIALERFAHRUNG?

Als sozialer Lernprozess im Sport wird der Erwerb von sozialen Verhaltensweisen, die sich in Rücksichtnahme, Fairness, Kommunikation bzw. Kooperation, Integration, Vertrauen und Einfühlungsvermögen zeigen, bezeichnet.

6.4.1 Ursachen für Verhaltensauffälligkeiten

Das Verhalten eines Kindes hat verschiedene Ursachen und Bedingungen und hängt von der individuellen Bedeutsamkeit einer Situation ab (siehe hierzu auch Kapitel 2.4).

Verhaltensauffälligkeiten, die sich z. B. in mangelndem Selbstwertgefühl und/ oder sozialer Isolation äußern, sind auf ein unausgewogenes sozial-emotionales Befinden zurückzuführen. Dabei ist zu berücksichtigen, dass Beobachtungen sehr vorsichtig bewertet werden müssen, weil sie stark von den gegenwärtigen gesellschaftlichen Normen abhängig sind.

Erscheinungsformen:

- Angst/ Zurückhaltung
- Hyperaktivität
- Aggressivität/ Unbeherrschtheit
- Kontaktarmut
- Interesselosigkeit
- Verkrampfung
- Clownerien

Verhaltensauffällige Kinder haben oft ein mangelndes Körpergefühl und eine mangelnde Selbstwahrnehmung (Renate Zimmer).

Das Sammeln von Erfahrungen im Körperbereich ist von großer Bedeutung für die weitere Entwicklung der Kinder, was Sie als Erzieherin immer beachten sollten.

Die Bedeutung der Bewegung und des Spiels liegt neben der Verbesserung der Körperbeherrschung besonders im psychischen Bereich. Bewegung ermöglicht dem Kind, seine psychische Lebenswelt auszudrücken oder zu verändern. Es benötigt aber auch eine umfassende Hilfe der Erwachsenen und somit auch der Erzieherinnen.

Verhaltensauffällige Kinder haben oft ein negatives Selbstkonzept. Sie sind Misserfolge und Ablehnung gewohnt und bewerten ihre Fähigkeiten negativ. Erfolge schreiben sie meist innerlich einem „Zufall“ zu.

Eine Veränderung des Selbstkonzeptes ist nur möglich, wenn das Kind erfährt, dass es selbst etwas bewirkt, dass es selbst etwas geschafft oder geleistet hat. Es muss seinen Erfolg auf sich persönlich, auf sein Können beziehen lernen. Dazu benötigt es Bestärkung und das Vertrauen des Erwachsenen in seine positiven Merkmale.

6.4.2 Verhaltensauffälligkeiten im Einzelnen

Es gibt viele Beispiele von Verhaltensauffälligkeiten, aber gleichfalls viele Lösungsansätze, die auch in der Bewegungserziehung zu finden sind.

Angst:

Angst kann sich bei Kindern sehr unterschiedlich äußern. Da gibt es die Erwartungsangst, viele Kinder wollen es ihren Eltern recht machen und entwickeln dabei häufig Ängste. Sie leben mit der ständigen Angst, dieses Ziel einfach nicht schaffen zu können. In diesem Fall wäre ein Gespräch der erste Weg für eine Lösung. Danach sind Bewegungsübungen notwendig, die dafür sorgen, dass sich das Kind austoben kann. So kann es seinen Ängsten Ausdruck verleihen. Alle Arten von Sprüngen, die aus der Bewegungserziehung bekannt sind, können empfohlen werden. Bei der Materialwahl sollte in diesem Fall darauf geachtet werden, dass nur weiche Materialien zur Anwendung kommen.

Hyperaktives Verhalten:

Bei einem hyperaktiven Verhalten fallen als Symptome oft die motorische Unruhe und die geringe Konzentrationsfähigkeit auf. So müssen bei diesen Kindern zunächst Selbstvertrauen und Selbstbeherrschung aufgebaut werden. Alle Übungen, die der Konzentrationsverbesserung zugeordnet werden, sind anzuwenden. Die Erzieherin benötigt viel Geduld als Voraussetzung für eine Lösung des Problems. Sie muss auch für einen geregelten Tagesablauf der Kinder sorgen.

Aggressivität:

Aggressivität gehört zum Leben, sie ist nicht ausschließlich negativ zu sehen, sondern entsteht aus alltäglichen Gefühlen wie z. B. Wut, Ärger oder Zorn. Auch im Sport gibt es ein akzeptiertes Maß an Aggressivität als Teil der Durchsetzungsfähigkeit. Die Ursachen und Bedingungen unbeherrschten oder aggressiven Verhaltens sind sehr vielschichtig.

Mögliche Formen aggressiven Verhaltens sind u. a. Missachtung anderer oder verbale Aggression. Partneraufgaben, sehr viel Geduld und das Festlegen von Regeln gehören zu den Lösungsmöglichkeiten. Die Kinder sollen jedoch auch Angebote zur Entladung der aufgestauten Aggressionen erhalten, um ihr Verhalten zu verändern. Nur so kann die Regelfähigkeit anhaltend gefördert werden.

Kontaktarmut:

Kontaktarmut ist sicherlich auch ein Symptom, dem eine Erzieherin immer häufiger begegnet. Dabei muss eine Hilfestellung bei der Anbahnung von Gruppenkontakten und eine kontinuierliche, verlässliche und interessierte Zuwendung unbedingt möglich sein. Die Kinder müssen erst einmal lernen, dass sie sich in einer Gruppe wohlfühlen können.

Diesen Kindern sollten vor allem kooperative Spielformen angeboten werden. Das sind Spiele ohne Tränen, also Spiele, die konkurrenzfrei gestaltet werden.

6.4.3 Spiele

Wichtige Spielaspekte:

- Verbesserung psychosozialer Verhaltensweisen
- Individuelle Beteiligung
- Akzeptieren der Mitspieler
- Akzeptieren der Regeln
- Freude über eigene und gemeinsame Aktionen



Flussüberquerung

Alter:

Das Spiel eignet sich für Kinder ab 4 Jahren.

Organisation:

Die Erzieherin teilt die Kinder in gleich große Gruppen ein. Es sollten nicht mehr als 4-5 Kinder pro Gruppe sein.

Raum:

Für dieses Spiel werden eine Turnhalle oder ein Gymnastikraum mit rutschigem Boden und pro Gruppe zwei Matten benötigt.

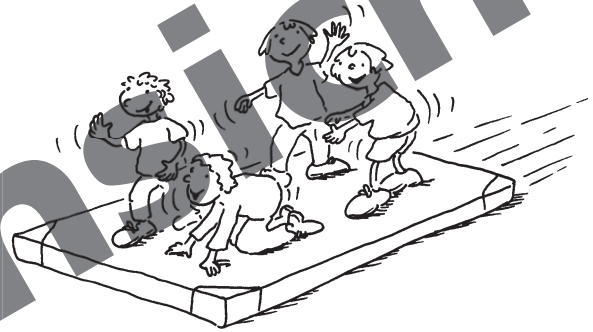
Spielablauf:

Jede Gruppe muss eine Strecke im Raum überwinden, ohne den Boden zu berühren. Die Spieler müssen mit ihren Matten die Seiten wechseln. Die Matten sind das Floß und die Halle ist das wilde Meer, das überquert werden muss.

Es ist kein Wettkampfspiel, das sollten Sie den Kindern vor Spielbeginn ganz deutlich sagen. Alle sollen nur ihren Teil des „Meeres“ überqueren und gesund auf der anderen Seite ankommen. Dabei ist vor allem Gruppenarbeit gefordert, denn diese Aufgabe kann nur gemeinsam bewältigt werden.

Zum Schluss sollen alle Kinder ihr Floß an einen gemeinsamen Punkt bringen und dort ist das Spiel zu Ende.

Die Kinder stehen oder sitzen auf der Matte und bringen durch gemeinsame kräftige Bewegungen die Matte zum Rutschen. Sie kommen nach und nach ein Stückchen weiter vorwärts. Das erfordert sehr viel Körpereinsatz und die Bewegung des ganzen Körpers.



Floßfahrt

Alter:

Das Spiel ist für Kinder ab dem 5. Lebensjahr geeignet.

Raum:

Für dieses Spiel sollten eine Turnhalle oder ein Gymnastikraum zur Verfügung stehen.

Organisation:

Es werden eine Langbank und Stäbe benötigt. Die Stäbe liegen unter der Langbank, die Sie mit den Kindern umgedreht haben.

Spielablauf:

Die Kinder sitzen mit gegrätschten Beinen hintereinander auf der Langbank. Die Füße sind auf dem breiten Teil der umgedrehten Bank abgestellt. Das letzte Kind sitzt mit dem Rücken zu den anderen Kindern. Daher schauen das erste und das letzte Kind ohne Vordermann geradeaus.

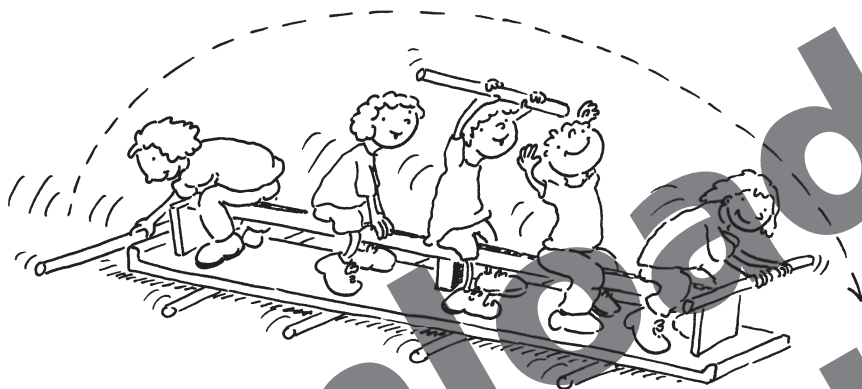
Achten Sie darauf, dass die beiden zuverlässigsten Kinder die verantwortungsvollen Positionen an den Enden der Bank bekommen.

Mit ihrem Körpereinsatz bewegen die Kinder ihr „Floß“ vorwärts. Dabei schieben sich die Stäbe am hinteren Teil der Bank heraus und das „Schlusslichtkind“ muss sie einsammeln. Die Stäbe müssen über die Köpfe der anderen Kinder hinweg nach vorne zum „Kapitän“ gegeben werden: Dieser schiebt sie wieder unter die Bank.

Hier ist Gruppenarbeit sehr wichtig, nur gemeinsam kann diese Aufgabe bewältigt werden.

Die Kinder müssen sich an folgende Regel halten:

Die Stäbe dürfen nur über dem Kopf weitergegeben werden und dazu sollen sie mit beiden Händen gefasst werden. An der Seite vorbeigeben ist aus Sicherheitsgründen verboten.

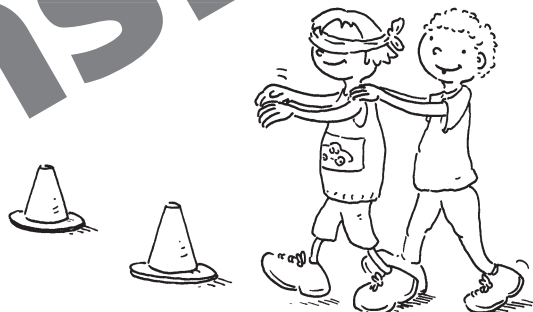


Blindspiele

Eine Altersbegrenzung für Blindspiele gibt es nicht. Sie können in jedem Alter gespielt werden, müssen lediglich immer angepasst werden.

Blindspiele sind zu empfehlen, sie können frei erfunden sein oder sich an folgenden Formen orientieren:

- Ein Mitspieler führt seinen „blinden“ Partner.
- Ein Mitspieler führt seinen „blinden“ Partner nur durch Betasten mit den Fingerspitzen.
- Ein Mitspieler führt seinen „blinden“ Partner nur durch Schulterfassung.
- Ein Mitspieler führt seinen „blinden“ Partner durch einen Hindernisparcours.
- Ein Mitspieler führt mehrere „blinde“ Partner in einer Reihe.
- Ein Mitspieler läuft „blind“ durch eine Gasse seiner Mitspieler.



Raufspiele

Die Raufspiele sind für Kinder ab 4 Jahren geeignet.

Spielerisches Ringen und Raufen bzw. Kämpfen als sportliche Betätigung dient dem kontrollierten Austoben und hilft Aggressionen abzubauen.

„Ringen“ im Sinne von Raufen findet im Kindergarten immer wieder statt. Körperkontakte, Rangeln und Necken sind wichtige Kontakte zwischen den Kindern und sollten nicht immer sofort verboten werden.

In der Sportstunde könnte der Versuch unternommen werden, diese Bewegungsmöglichkeiten in einem festgelegten Rahmen anzubieten.

Dabei muss das Geschehen jederzeit von der Erzieherin kontrolliert und gegebenenfalls abgebrochen werden können.





Linienraufen

Alter:

Das Spiel ist für Kinder ab dem 4. Lebensjahr geeignet.

Für die Ausführung der Variation sollten die Kinder 5 Jahre alt sein.

Raum:

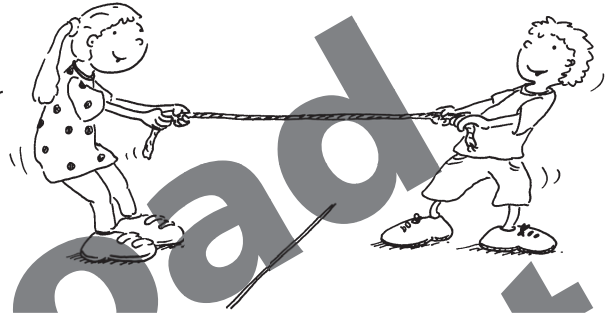
Für dieses Spiel ist jeder Raum geeignet.

Spielablauf:

Die Kinder haben zu zweit ein Seil und es gibt eine Mittellinie. Ein Kind steht auf der rechten Seite der Linie, eines links. Jedes Kind hält ein Seilende und muss nun versuchen, seinen Partner über die Linie zu ziehen. Dieses Kräftemessen tut den Kindern gut und es ist auch für die Erzieherin gut zu kontrollieren.

Variation:

Eine Variation wäre, dass zwei Kinder Rücken an Rücken stehen und versuchen, sich über die Linie zu schieben.



Vögel im Nest

Alter:

Dieses Spiel ist für Vorschulkinder geeignet.

Raum:

Für dieses Spiel ist jeder Raum geeignet. Es wird ein großer Reifen/ Gymnastikreifen als Gerät benötigt.

Gruppengröße:

Die Erzieherin teilt die Kinder in 2 Gruppen ein.

Spielablauf:

Alle Kinder sind Vögel. Die eine Hälfte sind die Jungvögel. Sie sind noch im Nest und trauen sich noch nicht hinauszufiegen. Mit einem Bein stehen sie in einem Gymnastikreifen, das ist das Vogelnest, mit dem anderen außerhalb des Reifens.

Die Vögel, die zur zweiten Gruppe gehören und nicht mehr in Nest sind, hüpfen auf einem Bein um den Reifen herum und versuchen nun, durch Ziehen oder Schieben einen Vogel aus dem Nest zu verjagen. Sie wollen das Nest für sich selbst haben. Es darf immer nur ein Vogel einen Nestvogel „angreifen“, dabei sollen die Kinder sich immer ansehen. Das Ziehen soll nur von vorne geschehen!

Wenn der Nestvogel mit seinem anderen Bein auch außerhalb des Nestes gerät, muss er seinen Platz mit dem Angreifervogel tauschen.

Ist aber der angreifende Vogel aus dem Gleichgewicht gebracht und muss sich mit seinem zweiten Bein abstützen, so darf er nicht weiter am Nestvogel ziehen, sondern muss sich ein anderes „Opfer“ suchen.

Alle Kinder können immer weiter mitspielen, sie müssen nicht ausscheiden und es gibt keinen Verlierer oder Sieger.





Zeichenklärung

Ab diesem Alter können Sie das Spiel oder die Übung einsetzen.

Download
zur Ansicht

Impressum

© 2015 Auer Verlag
AAP Lehrerfachverlage GmbH
Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der Erwerber des Werkes ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im Unterricht zu nutzen. Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen weiteren kommerziellen Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte oder für die Veröffentlichung im Internet oder in Intranets. Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages.

Die AAP Lehrerfachverlage GmbH kann für die Inhalte externer Sites, die sie mittels eines Links oder sonstiger Hinweise erreichen, keine Verantwortung übernehmen. Ferner haftet die AAP Lehrerfachverlage GmbH nicht für direkte oder indirekte Schäden (inkl. entgangener Gewinne), die auf Informationen zurückgeführt werden können, die auf diesen externen Websites stehen.

Autorin: Marion Reuter
Illustrationen: Stefanie Aufmuth

www.auer-verlag.de