

Ich möchte meine Stärken zeigen

Bewegungserziehung im Grundschulalter

Vorbemerkungen/Ziele

Wie kommt es, dass einige Kinder lustlos in der Ecke sitzen, nur widerwillig mitspielen oder schwerer zu motivieren sind als andere? Fühlen sie sich über- oder unterfordert, gehänselt oder zu wenig beachtet? Haben sie Angst bloßgestellt zu werden oder sind ihre Spontaneität und Eigenaktivität im Bewegungsangebot zu stark eingeschränkt? Oder ist vielleicht das Verhalten der Erziehenden die Ursache der Lustlosigkeit? Die Liste der Fragen ließe sich noch fortschreiben und führt doch sehr häufig zu der Antwort, dass lustvolles Tun entscheidend von der Bewertung der Ergebnisse abhängt. Wenn eine Leistung nie anerkannt und geschätzt wird, egal wie gut/schlecht das Kind etwas macht, wird es irgendwann lustlos. Dieses sich verstärkende negative Selbstkonzept steht häufig in Verbindung mit geringer Frustrationstoleranz, längeren Erholungspausen nach Enttäuschungen, weniger Vertrauen in die eigenen Stärken. In Bewegungsstunden zeigen dann diese Kinder meist eine geringere Leistungsbereitschaft, ihnen fehlt die Zielzuversicht, sie sind oft unkritisch, fühlen sich nicht angenommen und ihre Handlungen wirken träge und verlangsamt.

Zeit: ca. 60 Minuten

Teilnehmer/innen: 30 Kinder im Alter von 6-8 Jahren, davon 5 Jungen und Mädchen mit Verhaltensbildern, die auf „Lustlosigkeit“ hindeuten.

Material: Bewegungs-, Spiel- und Sportgeräte, Alltagsmaterialien, Materialien, die im Laufe der Zeit angeschafft bzw. zusammengetragen wurden, u.a. Rollbretter, Pedalos, Hüpfseile, Bälle, Joghurtbecher, Papprollen, Pappdeckel, Fallschirm, Musik, Abspielgerät

Ort: Sporthalle oder andere Bewegungsräume

Stundenverlauf / Inhalte

● = Inhalt

☐ = Organisation

Einstimmung

- Freies Bewegen nach dem Betreten der Sportstätte
Kinder gehen selbstständig an die zur Verfügung stehenden Spielgeräte und spielen nach eigenen Interessen und Bedürfnissen.

Übergang zum 1. Schwerpunkt

- Im Sitzkreis wird der Wunsch der Kinder aus der letzten Stunde besprochen, einmal ihre Stärken anhand von Kunststücken zeigen zu dürfen.
Die Kinder möchten dies in Form eines „Bewegungsmarktes“ tun. „Lasst uns gemeinsam Namen für unsere Marktstände finden, z.B. der Autostand (Rollbretter), der Melonenstand (Bälle) etc.“
- ☐ Die Gruppe geht gemeinsam von Stand zu Stand und erfindet Namen.

1. Schwerpunkt

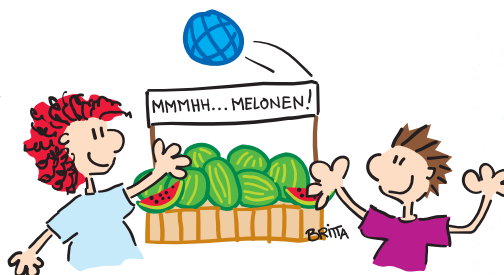
- An fünf „Marktständen“ im Raum befinden sich durch den ÜL/die ÜL bereitgelegte Spiel-, Sportgeräte und Alltagsmaterialien.
 - Standort 1: Verschiedene Bälle
 - Standort 2: Hüpfseile
 - Standort 3: Pedalos
 - Standort 4: Alltagsmaterialien (Joghurtbecher/ Papprollen, Pappdeckel)
 - Standort 5: Rollbretter

Absichten / Gedanken

● = Absichten / Gedanken

➤ = Hinweis

- Freies Ritual zu Stundenbeginn, damit sich Kinder orientieren können;
Ausleben des Bewegungsbedürfnisses;
Freie Wahl der Handlungsbeteiligung; eventuell auf Musik.
- Anknüpfung an die letzte Bewegungsstunde



- Berücksichtigung von Interessen und Bedürfnissen
Die Kinder haben sich diese Standorte mit diesen Materialien gewünscht.
Mitbestimmung der Kinder und überschaubares Angebot.
- Als Handlungsregeln, die gemeinsam mit den Kindern verabredet werden, sollten gelten:
„Es darf etwas getan werden, ihr müsst nicht!“





**Autor:
Klaus
Balster**

Stundenverlauf / Inhalte

- „Sucht euch auf dem Bewegungsmarkt den Stand aus, der euch am meisten Spaß macht. Probiert aus, was ihr dort alles machen könnt. Ihr könnt auch zu einem anderen Marktstand wechseln, wenn ihr wollt“. Die Kinder suchen die Standorte auf, die ihren Interessen und Bedürfnissen gerecht werden und probieren, mit den Materialien bzw. Geräten experimentell umzugehen, um daraus Kunststücke zu entwickeln.
Übergang zum 2. Schwerpunkt

- Die Kinder sollen sich entsprechend ihrer Vorlieben für einen Standort entscheiden. Es sollten möglichst alle Standorte belegt sein.
- Bei vielen Kindern an einem Stand entweder mehr Material vorrätig haben oder Kinder auf andere Stände aufmerksam machen.

2. Schwerpunkt

- Sitzkreis: „Ihr habt jetzt verschiedene Stände besucht und vieles ausprobiert. Sucht euch jetzt euren Lieblingsstand und erfindet mit dem Material, was dort ausliegt, ein Kunststück. Ihr könnt auch ein Kunststück zu zweit erfinden.“
- Die Kinder üben „ihre“ Kunststücke.
- Jetzt zeigen die Kinder an den Standorten ihre Kunststücke.

Bewegter Ausklang

- Alle Kinder bewegen mit dem ÜL/der ÜL einen Fallschirm; sie „verschicken“ z.B. einen Ball vom „Melonenstand“ mit der Post von einem Kind zu einem anderen; sie lassen zwei verschiedene Bälle über das Tuch springen und rollen, zählen die Berührungen der Bälle miteinander als „Händedruck“ oder „Kuss“. Kinder können versuchen, auf Rollbrettern unter dem Fallschirm auf die andere Seite zu gelangen, solange er sich nach oben wölbt. Die Vielfalt der Beispiele richtet sich nach der Zeit, die noch zur Verfügung steht.

Ausklang

- Kinder sprechen im Sitzkreis über das Erlebte. Nennen Wünsche für die nächste Bewegungszeit.

Literatur:

Balster, K.: *Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen, Teil 1-4. Sportjugend NRW (Hrsg.) Teil 1 (5. Aufl.) Duisburg 2000; Teil 2 (2. Aufl.) Duisburg 2000; Teil 3 Duisburg 1999; Teil 4 Duisburg 2000.*

Absichten / Gedanken

- Die „lustlosen“ Kinder werden vermutlich zunächst nicht verschiedene Standorte aufsuchen. Selbstverständlich können sich Kinder zu Zweier- oder größeren Gruppen zusammenfinden.

- Wenn man bei der Auswahl der Standorte auf die im Vorfeld dieser Bewegungsstunde geäußerten Wünsche der Kinder eingeht, kommt es nicht zu Ballungen an einzelnen Standorten.

- **Aufbau und Stärkung des Selbstvertrauens/Zeigen von Stärken**
- Um ihr Selbstvertrauen zu stärken, wird jedes noch so kleine Kunststück eines Kindes angenommen. Die Überzeugung eines Kindes etwas bewirken zu können verstärkt sich, wenn es merkt, dass es eine Aufgabe, die das Kind selbst für wichtig hält, bewältigen kann. Die Kinder erkennen so, „das gelingt mir“, „das kann ich“, „das will ich zeigen“.
- Um Kinder nicht einem Leistungsdruck auszusetzen, bleibt jede Gruppe an ihrem Standort und beobachtet von dort die Kunststücke, die jede Gruppe nacheinander zeigt.
- Festes Ritual, damit sich Kinder orientieren können.
Gemeinsames Spiel zum Abschluss



- Festes Ritual zum Stundenende