



## TRAININGSCAMP FÜR FEUERWEHRMÄNNER

### Spiele zur Förderung der Selbsteinschätzung von Jungen

#### Vorbemerkungen und Ziele

Jungen neigen mitunter dazu, die eigenen Fähigkeiten zu überschätzen. Sie setzen sich Ziele, die sie nicht erreichen können – der Frust ist sozusagen vorprogrammiert. Dabei schätzen Jungen im Vor- und Grundschulalter ihre Leistungsfähigkeit zunächst sehr realistisch ein. In dem Stundenbeispiel geht es deshalb darum, diese Fähigkeit zur Selbsteinschätzung wach zu halten bzw. zu entwickeln. Dazu wird eine Bewegungslandschaft aufgebaut, die als „Trainingslager für Feuerwehrmänner“ angelegt ist. Im Zentrum der Landschaft steht ein Airtramp (ggf. Weichboden), das (der) auf zwei verschiedenen Wegen erreicht werden kann: Ein Parcours stellte vergleichsweise einfache Anforderungen an das motorische Geschick der Jungen, der andere Parcours ist anspruchsvoll. Beide Wege beinhalten sowohl Arrangements zum Balancieren und Klettern als auch einen Sprung von der Sprossenwand auf eine Weichbodenmatte.

#### Stundenverlauf und Inhalte

##### EINSTIMMUNG

###### ● **Bewegungslandschaft erkunden**

Begrüßung und kurze Vorstellung der Bewegungslandschaft, freies Ausprobieren der Bewegungslandschaft

###### ⊙ **Gerätelandschaft ist fertig aufgebaut.**

Bekanntgabe des Themas; Sammeln spontaner Ideen zum Thema

###### ● **Bekanntgabe des Themas; Sammeln spontaner Ideen zum Thema**

###### ⊙ **Sitzkreis**



##### HAUPTTEIL

###### ● **Trainingslager für Feuerwehrmänner**

Im Rahmen des „Trainingslagers“ sollen die Feuerwehrmänner den Parcours überwinden, ohne dabei den Fußboden zu berühren.

###### ⊙ **Freie Wahl der Strecke (leichter oder schwerer Parcours)**

###### ⊙ **Wer den Boden berührt, muss zurück zum Ausgangspunkt.**

● = Inhalt, ⊙ = Organisation

#### Rahmenbedingungen

**Zeit:** 45 Minuten

**Teilnehmer/innen:** Jungen im Alter von 4-8 Jahren

**Material:** Airtramp (ggf. Weichboden), Kästen, Bänke, Matten, Weichboden, Schwungtuch, Seile, Plastikteller und -schüsseln, Tablett, Papprohre von Toilettenpapierrollen (als „Dynamitstangen“)

#### Absichten und Hinweise

⊙ Stundenbeginn

⊙ Ausleben des Bewegungsdrangs der Jungen und Erkunden verschiedener Bewegungsmöglichkeiten

✔ Beobachtung der Jungen: Wer traut sich was zu? Wer ist ängstlich? Wer überschätzt sich?

⊙ Einstimmung auf das Thema

✔ Was tun Feuerwehrmänner? Was müssen sie können? Wie trainieren sie wohl?

✔ Das Thema bietet Identifikationsmöglichkeiten mit typisch männlichen Rollenvorstellungen.

⊙ Koordinationsfähigkeit, insbesondere Balancierfähigkeit

⊙ Selbsteinschätzung wird gefördert

✔ Wie schätzen sich die Jungen ein? Wie verändert sich ihre Selbsteinschätzung nach ein paar Durchgängen?

✔ Die Spielregel „Boden darf nicht berührt werden“ unbedingt strikt einhalten!

⊙ = Absicht, ✔ = Hinweis



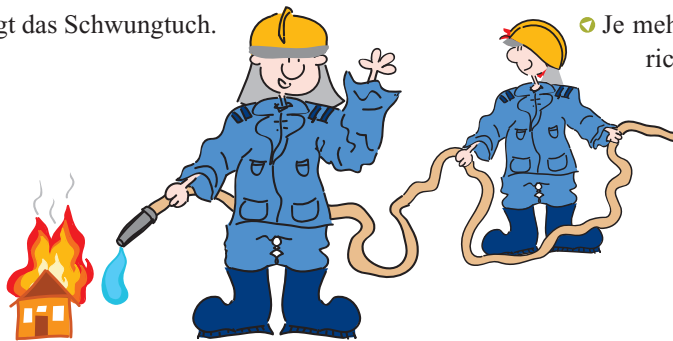
## Stundenverlauf und Inhalte

- **Spezialauftrag für Feuerwehrmänner**  
Zwei „Dynamitstangen“ (Papprohre von Toilettenpapierrollen) müssen über den Parcours in einen „Bunker“ (Airtramp) transportiert werden, ohne dass sie dabei umfallen und mit lautem Getöse („pruuchch“) „explodieren“!
- ⊙ Für den Transport stehen drei unterschiedliche Hilfsmittel zur Verfügung: enge Schüssel, weite Schüssel und Tablett/Teller.
- ⊙ Die Jungen können ihr Schwierigkeitsniveau frei wählen – einzige Spielregel: Wer den Boden berührt bzw. wessen Dynamitstangen umfallen, muss zurück zum Ausgangspunkt.



## ABSCHLUSS

- **Großbrand löschen.**  
Die Feuerwehrmänner eilen über den Parcours zu einem „Großbrand“ (Schwungtuch), den sie mit Schläuchen (Seilchen) löschen.
- ⊙ ÜL schwingt das Schwungtuch.



- **Ruß abklopfen**  
Abschließend klopfen sich die „Feuerwehrmänner“ den „Ruß“ vom Körper und streichen den „Dreck“ ab.
- ⊙ ÜL macht mit.
- **Ggf. die Gerätelandschaft gemeinsam abbauen**

## Absichten und Hinweise

- ⊙ Insgesamt stehen sechs Schwierigkeitsgrade zur Verfügung: Zwei Parcours zum „Bunker“, die auf jeweils drei unterschiedliche Arten bewältigt werden können.
- ⊙ Die Jungen experimentieren mit dem für sie individuell angemessenen Schwierigkeitsniveau.
- ⊙ Die koordinativen Anforderungen steigen von Variante zu Variante.
- ⊙ Entwickeln die Jungen einen gewissen Ehrgeiz? Wie reagieren sie auf Misserfolg? Wie auf Erfolg?
- ⊙ ÜL kann in Einzelgesprächen Schwierigkeiten ansprechen und ggf. Alternativen vorschlagen.
- ⊙ Der gemeinsame Einsatz trägt zum Gruppengefühl bei.
- ⊙ Je mehr Schläuche auf das „Feuer“ gerichtet sind, umso schwächer wird der „Brand“ – die entsprechende Dramaturgie liegt in der Hand des ÜL!

- ⊙ Die Jungen klopfen vorsichtig den ganzen Körper ab und streichen ihn aus.
- ⊙ Spätestens beim Rücken kann ein Partner helfen.
- ⊙ Das gemeinsame Abklopfen bietet eine gute Gelegenheit, die Stunde Revue passieren zu lassen: Was war schwierig? Was war ärgerlich? Wann ward Ihr stolz?

**Literatur:** Neuber, N. (2003). *Früh übt sich, was ein Meister werden will!? – Zum Umgang mit Leistung und Erfolg in der bewegungsorientierten Jugendarbeit.* Motorik, 26 (3), 106-116. Grabs, R., Kringe, M. & Neuber, N. (2004). *Nur die Leistung zählt!? – Leisten, Leistung und Erfolg in der sportlichen Jugendarbeit.* (hrsg. von der Sportjugend NRW). Duisburg: Sportjugend NRW.  
**Filmtipp:** Eden, N., Neuber, N. & Ayar, S. (2004). *„Da geb' ich alles!“ – Jungen und ihre Leistung im Sport.* (hrsg. von der Sportjugend NRW & der Fakultät für Sportwissenschaft der Ruhr-Universität Bochum; Laufzeit 21 min.). Bochum: Ruhr-Universität.