



Stundenbeispiel Kinder/Jugendliche

„Der Seiltänzer“

Ein Bilderbuch als Bewegungsimpuls nutzen

Kinder suchen das Risiko und sie lieben es, sich herauszufordern. Hierfür bietet sich das Thema „Seiltanz“ an – die Balance halten zu können ist immer reizvoll. In vielen Kinderbetreuungseinrichtungen sind vermehrt Slacklines installiert und immer mehr Kinder haben schon erste Erfahrungen im Hochseilgarten gesammelt. Diese sind jedoch keine Voraussetzung für dieses Praxisangebot.

Das Gleichgewicht herauszufordern, hat für Kinder einen großen motorischen Reiz und stimuliert die Sinne. Neben den physischen Aspekten spielen beim „Seiltanz“ auch soziale Kompetenzen eine besondere Rolle, z. B. durch gegenseitige Hilfestellungen. Ergänzend oder alternativ kann der Schwerpunkt des Praxisangebots auf die Erfahrung des Objektgleichgewichts mit den selbst gebastelten kleinen Seiltänzerfiguren gelegt werden. Diese Variante gelingt auch draußen oder in schlecht ausgestatteten Räumen.

Die Bilderbuchgeschichte „Der Seiltänzer“ von Alex Tovar und Africa Fanlo ist eine Geschichte über die Kunst, das Gleichgewicht zu halten, Prüfungen zu bestehen sowie Ängste zu überwinden und stolz auf sich sein zu können.



Rahmenbedingungen

Pädagogisches Handlungsfeld:

Risiko und Wagnis

Zeit:

90 Minuten

Teilnehmer*innen (TN):

Kinder im Alter zwischen 4–8 Jahren

Material:

Möglichst viele Seile (mindestens 1 Seil pro Kind), Tauen und Rebschnüre (wenn vorhanden), Wollfäden, 10 Teppichfliesen, 5 Schirme, 10 Stäbe, 20 Chiffontücher, Großgeräte soweit vorhanden, Musik, Handtrommel, ggf. Bastelmaterial für Tänzerfigur

Ort:

Turnhalle, Bewegungsraum in der Kinderbetreuungseinrichtung (Kita)

Die Veröffentlichung des Buchcovers wurde von RungeVA.de genehmigt

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG (10–15 Minuten)

● Seilkünstler

- Die Seile liegen in der Hallenmitte bereit.

Die Kinder können sich die Seile nehmen und frei damit spielen. Die ÜL unterstützt ggf. durch Fragen/Impulse:

- „Was für Kunststücke fallen dir mit dem Seil ein?“
- „Kennst du ein Spiel, für das du ein Seil oder mehrere Seile brauchst?“

● Seil-Tanz

- Die Kinder laufen zur Musik um die Seile herum.

Bei Musikstopp gibt die ÜL entweder das Signal „Seil“, bei dem alle Kinder über möglichst viele Seile springen oder das Signal „Tanz“, bei dem die Kinder einen (Schlangen-)Tanz mit dem Seil aufführen sollen.

● „Der Seiltänzer“

- Die Kinder sitzen mit der ÜL bei der Buchvorstellung in einem Kreis.

Die ÜL stellt den Kindern das mitgebrachte Buch „Der Seiltänzer“ vor. Sie fragt die Kinder, ob sie wissen, was eine Seiltänzerin bzw. ein Seiltänzer macht, oder sie selbst schon einmal balanciert haben?

Die Kinder und die ÜL überlegen gemeinsam, was zum Balancieren alles benötigt wird und was für einen „Seiltanz“ noch wichtig ist.

Absichten und Hinweise

- ⊗ Die Kinder erproben bekannte aber evtl. auch neue Bewegungsformen mit den Seilen.
- ✓ Ein bekanntes Material gibt den Impuls, um zum Stundenbeginn in die Bewegung und ins freie Spielen zu kommen.
- ⊗ Zur Erwärmung und Steigerung der Aktivität wird ein Musikstoppspiel initiiert.
- ✓ Die ÜL bekommt einen ersten Eindruck über die Fähigkeiten der Kinder.
- ⊗ In die Geschichte einführen, die Kinder einbeziehen und ihre Fantasie anregen
- ✓ Die Geschichte kann einen Impuls bilden oder eine eigene Geschichte erfinden.

**Bewegungs-
arrangements
& Bewegungs-
geschichten
für Kinder
01.2025**

Stundenverlauf und Inhalte

Balanceakt

- Die vorhandenen Seile (evtl. ergänzt durch Wollfäden, Täte etc.) werden von den Kindern so auf dem Boden verteilt, dass diese sich nicht überkreuzen.

Die Kinder probieren unterschiedliche Bewegungsformen zum Balancieren auf den Seilen aus.

Für Seiltänzer*innen gehört es auch dazu, auf schmalen Flächen still stehenbleiben zu können.

Beim Rufsignal der ÜL „Trommelwirbel“, sollen die Kinder ausprobieren, für 10 Sekunden auf der Stelle/am Platz starr zu verharren.

SCHWERPUNKT (20–30 Minuten)

Hoch hinaus

Die ÜL setzt die Geschichte fort und überlegt gemeinsam mit den Kindern, wie der „Seiltanz“ auch in unterschiedlichen Höhen oder über Hindernisse gelingen kann und wie sie einen Parcours für ihren „Seiltanz“ bauen können.

Die Kinder bauen mit vorhandenen Großgeräten Balanciergelegenheiten auf und probieren diese aus.

Die ÜL verpackt neue Signale als Impulse in die Geschichte:

- „Trommelwirbel in der Höhe“ = Die Kinder „frieren“ ein.
- „Seiltanz vor und zurück“ = Die Bewegungsrichtungen werden variiert.
- „Seiltanz Mauseklein oder Riesengroß“ = Bewegungsformen werden variiert und die Kinder machen sich entsprechend klein oder groß.
- „Seiltanz im Regen“ = Die Kinder balancieren mit einem aufgespannten Schirm oder mit einem quer gehaltenen Stab.
- „Das Publikum klatscht“ = Die ÜL gibt einen Gehrhythmus mit einer Handtrommel vor.
- „Such dir einen Freund“ = Die Kinder balancieren zu zweit mit Handfassung.

Angst oder Mut

- Die ÜL ruft die Kinder im Sitzkreis zusammen.

Die ÜL und die Kinder reflektieren gemeinsam das Balancieren an und auf den Geräten.

- „Wo habe ich mich sicher gefühlt?“
- „Wo war ich besonders mutig?“
- „Was fand ich wackelig oder gefährlich?“
- „Was macht mir Angst?“

Dann überlegt die ÜL gemeinsam mit den Kindern:

- „Was wollen wir umbauen und warum?“
- „Was können wir ändern, damit jedes Kind sich jede Station zutraut?“

Die ÜL kann folgende Ideen einbringen:

- „Wir können ‚Wolken‘ (z. B. Teppichfliesen) als Ausruh- oder Sicherheitsstation einbauen.“
- „Ein*e Helfer*in kann zur Sicherheit nebenherlaufen.“

Die Kinder bauen die Stationen um und erproben diese ggf. mit einem anderen Helferkind.

Absichten und Hinweise

- Die Kinder machen Erfahrungen zu ihrem statischen und dynamischen Gleichgewicht.

- Die ÜL zählt laut von 1 bis 10 und fordert die Kinder auf, laut mitzuzählen.



- Ein gemeinsamer Aufbau von Stationen erfordert, dass die Kinder sich untereinander abstimmen und gemeinsam einen Plan entwickeln.

- Bei jüngeren Kindern lässt die ÜL evtl. Stationen nach Vorlagen aufbauen – siehe hierzu <https://www.vibss.de/sportpraxis/praxishilfen/grossgerateaufbauten>

- Die ÜL kontrolliert (evtl. auch gemeinsam mit den Kindern) die Sicherheit der aufgebauten Stationen.

- Auswahl eines individuellen Lösungsweiges, Erkennen und Einschätzen von Schwierigkeiten für sich und andere – das Handlungsergebnis ist auf die eigene Anstrengung zurückzuführen. Die Kinder machen Erfahrungen zu ihrem statischen und dynamischen Gleichgewicht sowie auch zum Objektgleichgewicht (durch den Schirm-/Stabeinsatz).

- Gemeinsame Reflexion der Balanciererfahrungen, Variation der Stationen mithilfe der Kinder. Sich gegenseitig helfen, gibt Halt/Sicherheit.



- Falls die Kinder noch nicht so mutig sind, können sie die Teppichfliesen als Ausweichstation nutzen.

- „Kann ich meine Angst mithilfe eines anderen Kindes überwinden?“

Stundenverlauf und Inhalte

● Mein kleiner Seiltänzer

- Die ÜL und die Kinder basteln gemeinsam ihre eigenen „kleinen Seiltänzer“ (ggf. haben sie schon vorab gebastelt).

Bastelanleitung für den „kleinen Seiltänzer“

An den Spießen werden mit Klebeband 2 Weihnachtsbaumkerzen (alternativ Wäscheklammern) als Gewichte befestigt. Die „Füße“ am Korken aus einem durchgebrochenen Zahnstocher erstellen. Die Spieße brechen nicht so schnell beim Einsetzen ab, wenn vorher Löcher mit einem Metallspieß vorgebohrt werden. Der Korken selber kann dann noch mit einem Gesicht verziert werden.

Die Kinder versuchen dann, ihren „kleinen Seiltänzer“ auf unterschiedlichen Stellen im Parcours zu platzieren.

● Der „kleine Seiltänzer“ erlebt ein Abenteuer

- Die ÜL ruft die Kinder im Sitzkreis zusammen.

Die ÜL fragt die Kinder, welches Abenteuer der „kleine Seiltänzer“ erleben könnte.

Beispiele:

- Zwei Kinder können ein Seil halten, auf das ein „kleiner Seiltänzer“ gesetzt wird, und sich damit durch den Raum, möglicherweise sogar über Hindernisse bewegen, ohne, dass der „kleine Seiltänzer“ herunterfällt.
- Der „kleine Seiltänzer“ kann auf der Fingerkuppe balanciert werden.

Anschließend probieren die Kinder die „Abenteuer“ mit ihren „kleinen Seiltänzern“ aus.

SCHWERPUNKTABSCHLUSS (5–10 MINUTEN)

● Jeder Tag ist ein Seiltanz

- ÜL ruft die Kinder im Sitzkreis zusammen.

Die ÜL formuliert alltägliche Herausforderungen, um im Gespräch mit den Kindern zu vermitteln, dass „Balance halten“ nicht immer so einfach zu bewältigen ist, wo sie aber Lösungen finden müssen, um diese zu bestehen. Hier ein paar Formulierungsvorschläge:

- „Ich schaukele am liebsten bis in den Himmel.“
- „Beim Klettern brauche ich Hilfe von einem Freund.“
- „Im Dunkeln habe ich Angst!“

Die ÜL zeigt den Kindern entsprechende Seiten „Manchmal geht es bergauf ...“ aus dem Buch.

● Gemeinsames Aufräumen

Gemeinsam räumen die Kinder mit der ÜL die Großgeräte weg.

AUSKLANG (10–15 Minuten)

● Seiltanz in der Manege

- Die Seile werden wieder auf dem Hallenboden ausgelegt und jedes Kind bekommt ein Chiffontuch.

Zum Abschluss tanzen die Kinder zu Musik frei über die Seile und schwingen dabei ihr Chiffontuch. Zunächst wird der Tanz allein, dann zu zweit und schließlich als Gesamtgruppe ausgeführt. Am Ende des Tanzes verbeugen sich alle Kinder voreinander.

Absichten und Hinweise

- ✓ Das Basteln und Spielen mit dem „kleinen Seiltänzer“ bietet sich als Stundenerweiterung oder Alternative für nicht so gut mit Großgeräten ausgestattete Räume an.

✓ Bastelmaterial

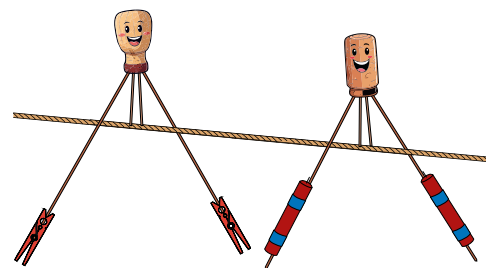
für je einen „kleinen Seiltänzer“:

- 1 Korken
- 2 lange Spieße aus Holz
- 1 Zahnstocher
- 2 Kerzen bzw. 2 Wäscheklammern
- Zusätzlich werden Stifte und Klebeband benötigt

- ⊗ Erfahren von Objektgleichgewicht

- ⊗ Objektgleichgewicht verbunden mit dynamischem Gleichgewicht erfahren

- ✓ Fertig gebastelte kleine Seiltänzerfiguren beibehalten oder vorher das Basteln der Figuren zeitlich einplanen.



- ⊗ Die ÜL fasst zusammen, dass das „Gleichgewicht-zu-halten“ nicht nur eine körperliche Fähigkeit ist. Die ÜL erläutert, dass es sich gut anfühlt, wenn Freunde zusammenhalten oder helfen und Mut machen.

Es ist eine großartige Erfahrung für Kinder ihr Können einschätzen zu können und zu wissen, wie sie mit Frust und Erfolg umgehen können.

- ✓ Die Kinder können durch Smileys (z. B. auf Pappdeckeln) ihre eigene Einschätzung zu einer Aussage auszudrücken.

- ⊗ Aufräumen aller genutzten Geräte

- ⊗ Die Kinder erleben Tanzen nach der Konzentrationsphase als aktive Entspannung. Gemeinsamen bewegten Abschluss finden

- ✓ Musik-Tipp: Vivaldi, „Die Vier Jahreszeiten“