Praktisch *für die* Praxis

Stundenbeispiel Kinder/Jugendliche

Spuk an Halloween

Wahrnehmung mit allen Sinnen

Zu Halloween in andere Rollen schlüpfen ist für jüngere wie auch für ältere Kinder reizvoll. Über diesen thematischen Aufhänger lassen sich die unterschiedlichsten Wahrnehmungserfahrungen passend für Kinder im jüngeren und älteren Grundschulalter in ein Bewegungs-, Spiel- und Sportangebot verpacken. In der hier vorgestellten Bewegungsstunde werden alle Sinne angesprochen – Bewegungssinn, Gleichgewichtssinn, Tastsinn, Hör- und Sehsinn. Spaß und ein bisschen Gruseln gehören natürlich zu einem Spuk an Halloween auch dazu!
Die in der Stunde vorgestellten „Spiel- und Spukstationen" basieren auf den von den Kindern benannten Ideen in dieser Beispielstunde und sind als Ideengeber für die ÜL mit anderen Gruppen und der Geräteausstattung zu verstehen.
Die ÜL sollte sich im Vorfeld mit dem Aufbau und der Absicherung von Großgeräten beschäftigen. Hinweise zum Aufbau von Großgeräten befinden sich unter: www.vibss.de/sportpraxis/praxishilfen/grossgeraeteaufbauten

Rahmenbedingungen

Zeit:
60 Minuten
Teilnehmer*innen (TN):
Kinder im Alter zwischen 4–10 Jahren
Material:
Chiffontücher, Musik und Musikabspielgerät, Gitterleiter, Sprossenwand, Matten, dicke Matten, Bänke, kleine und große Kästen, Taue, Bierdeckel, Bohnensäckchen, Schaumstoffwürfel, Gong, Rainmaker (Klanginstrument)
Ort:
Turnhalle, Bewegungsraum in der Kindertagesstätte (Kita)

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG (10 Minuten)

● **Der Spuk beginnt**

⊙ Die Kinder und die Übungsleitung (ÜL) treffen sich in der Mitte der Sporthalle / des Bewegungsraums.

Aus einer Tasche holt die ÜL viele Chiffontücher = „Zaubertücher" und die Kinder verwandeln sich nach eigener Wahl in „Spukgestalten" wie Hexen, Gespenster, Teufel usw.
Zur Musik fliegen die „Spukgestalten" durch die Halle und lassen ihr „Zaubertuch" mit beiden Händen oder auch nur mit einer Hand im Wechsel feste flattern. Die Kinder überlegen andere Transportmöglichkeiten des „Zaubertuchs" wie z. B. vor dem Bauch, unter der Achsel usw.
Bei Musikstopp erstarren die „Spukgestalten" für 10 Sekunden – alle zählen laut bis 10 mit (krächzend oder flüsternd) – in „gefährlich aussehender Spuk-Pose" ggf. auf der blauen Linie, auf der Bank usw.

Absichten und Hinweise

◎ Einstimmung in das Stundenthema, Erwärmung

◔ Die Kinder bewegen sich zur Musik und führen vorgegebene oder selbst erfundene kleine Bewegungsaufgaben aus.

◔ Die Kinder suchen sich ihre „Spuk-Rolle" gerne selbst aus.

◔ Musik: Stopptanz – Halloween Edition von:
Der singende Bauernhof
Zu finden unter:
- *https://www.youtube.com/watch?v=MB4ykn3Ac4U*
- *https://open.spotify.com/intl-de/track/3UmR01DSR8hhhM6QiwhJ9y*

● = *Inhalt*, ⊙ = *Organisation*, ◎ = *Absicht*, ◔ = *Hinweis*

Bewegungsarrangements für Kinder
10.2025

© Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.

Autorin:
Beate Lehmann

Stundenverlauf und Inhalte

Absichten und Hinweise

SCHWERPUNKT (20–30 Minuten)

● **Unser „Spuk-Signal"**

⊙ Die „Spukgestalten" und die ÜL treffen sich wieder in der Mitte der Halle.

Die „Spukgestalten" starten ab sofort immer mit einem gemeinsamen Spruch/Signal zur nächsten Spielaktion.
„Spukgestalten fliegen hier – Hui, Hui, Hui,
rufen laut – Jetzt kommen wir! – Hui, Hui, Hui!"
Gemeinsam wird der Spruch/das Signal eingeübt.
Im Rhythmus des Lieds wird dazu auf den Boden geklatscht.

◎ Verabredung eines klaren Signals, um die nächste Spielaktion einzuleiten. Durch den Hörsinn Rhythmus und Text aufgreifen

◥ „Spuk-ge-stal-ten" ist ein 4-silbiges Wort und kann in dem Spruch auch durch die anderen Rollen der Kinder wie z. B. „Hex-en-kin-der" oder „Gru-sel-wu-sel" ersetzt werden.

● **Wo spukt es in der Stadt?**

⊙ Die Kinder sitzen mit der ÜL im Sitzkreis.

Gemeinsam werden von den Kindern Ideen, die durch Impulse der ÜL ergänzt werden, gesammelt.
Mögliche Impulsfragen:

- *„Wo verstecken sich ‚Spukgestalten'?"*
- *„Wie erschrecken wir an Halloween die langweiligen Erwachsenen?"*
- *„Welche besonderen Fähigkeiten besitzen wir jetzt als ‚Spukgestalten'?"*

◎ Förderung der altersgemäßen Mitwirkung der Kinder

◥ Möglichst viele Ideen der Kinder werden im Folgenden gemeinsam in der Gruppe erspielt.

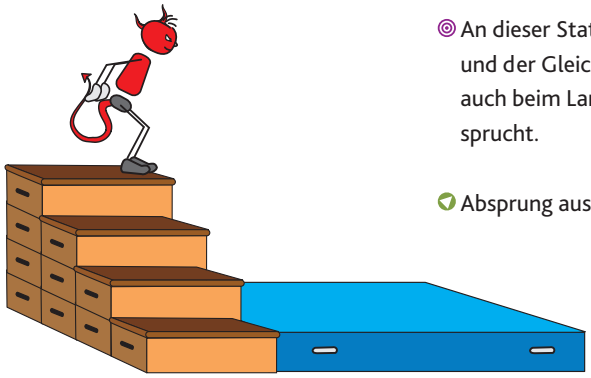
Die ÜL benennt und einigt sich mit den Kindern auf „Spiel- und Spukstationen", die im Folgenden aufgegriffen werden sollen.

Die Stationen werden jeweils von den Kindern gemeinsam erfunden und erbaut. Die ÜL unterstützt durch passende Impulse. Beim Verlassen der Station werden nicht benötigte Geräte und Materialien beiseite geräumt.

◥ Die folgenden „Spiel- und Spukstationen" basieren auf den von den Kindern benannten Ideen in dieser Beispielstunde und sind als Ideengeber für die ÜL anderer Stunden mit anderen Gruppen zu verstehen. Abwandlungen und alternative Bewegungsstationen sind erwünscht.

● **Sprung von der Turmuhr**

⊙ Die „Spukgestalten" springen mit lautem Schrei vom (für sie) höchsten Turm (= Kastentreppe/Gitterleiter/Sprossenwand).



◎ An dieser Station werden der Bewegungssinn und der Gleichgewichtssinn beim Klettern wie auch beim Landen im höchsten Maß beansprucht.

◥ Absprung aus selbstgewählter Höhe

● **Atemrasseln**

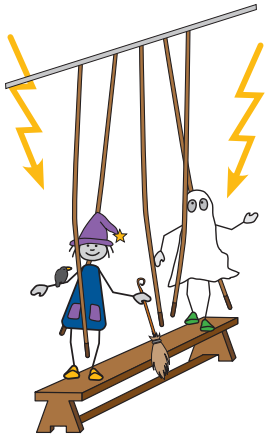
⊙ Die „Spukgestalten" liegen auf dem Boden und üben „gruseliges" Atmen = tiefes Einatmen in den Brust- oder Bauchraum durch die Nase und durch den Mund mit zu einem Rohr geformten Händen z. B. kichernd, leise „hauchend" oder laut „dröhnend" ausatmen.

◎ Durch den Wechsel aus tiefem Einatmen in den Bauch und bewusstem Ausatmen konzentrieren sich die Kinder auf sich selbst.

◥ Diese Atemübung nochmals als Station in der Stunde durchführen.

● **Achtung Blitze**

⊙ Die „Spukgestalten" durchlaufen eine „Gewitterfront" ohne getroffen zu werden = schwingende Taue ggf. über eine Bank.



◎ Die Kinder brauchen eine gute Orientierung im Raum und kinästhetische Differenzierungsfähigkeit, um im richtigen Moment mit der passenden Geschwindigkeit loszulaufen.

◥ Die Taue werden von der ÜL und/oder den Kindern möglichst unregelmäßig in Schwung gehalten. Dies verlangt ebenfalls die richtige Kraftdosierung für den Schwung.

Illustratorin:
Claudia Richter

● = *Inhalt*, ⊙ = *Organisation*, ◎ = *Absicht*, ◥ = *Hinweis*

© Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.

Praktisch *für die* Praxis

Stundenverlauf und Inhalte

Absichten und Hinweise

● **Gruselverkleidung**

⊙ Eine „Spukgestalt" liegt auf dem Boden (ggf. auf einer Matte) und ein zweites Kind legt überall auf den Körper „Kleidungsfetzen" (Bierdeckel/Bohnensäckchen) mit leichtem Druck ab. Die liegende „Spukgestalt" gibt dann Hinweise, wo noch ein „Kleidungsfetzen" fehlt.

Schlägt die Turmuhr dann Mitternacht (= die ÜL gibt ein Gongzeichen), schüttelt die liegende „Spukgestalt" alle „Kleidungsfetzen" ab und rennt eine Runde schnell durch die Halle.

◎ Ruhig entspannt liegen und spüren, wo ein taktiler Reiz auf dem Körper auslöst wird. Die Körperkenntnis wird geschult, wenn benannt wird, auf welchen Körperstellen noch ein „Kleidungsfetzen" gelegt werden soll.

✓ In einem zweiten Durchgang erfolgt ein Rollenwechsel der Kinder.

● **Fliegen über die Dächer der Stadt**

⊙ Die „Spukgestalten" überwinden eine selbst gebaute Hindernisstrecke z. B. aus Schaumstoffteilen, kleinen und großen Kästen usw.

Varianten:

- Jede „Spukgestalt" läuft eine selbstgewählte Route, dabei sollen Zusammenstöße vermieden werden = die „Spukgestalten" erschrecken sich stets voreinander und kommen sich deshalb nicht zu nahe. Falls doch, rennen sie schreiend voneinander weg.
- Heimliche Verfolgung: Eine „Spukgestalt" verfolgt die vor ihr laufende „Spukgestalt" möglichst unbemerkt. Wird sie bei der Verfolgung ertappt, erschrecken sich beide mit einem lauten „*HUCH!*" und laufen in entgegengesetzten Richtungen davon.

◎ Nach der ruhigeren Station wird durch diese Station ein Ventil geöffnet - sich frei im Raum nach Lust und Laune über Hindernisse bewegen können.
Hier sind Bewegungs- und Gleichgewichtssinn gefordert sowie auch der Seh- und Orientierungssinn, damit Zusammenstöße vermieden werden.

✓ Nach dieser Spielstation alle genutzten Geräte und Materialien gemeinsam an ihren Ursprungsort zurückräumen.

SCHWERPUNKTABSCHLUSS (5 MINUTEN)

● **Ruhe um Mitternacht**

⊙ Die „Spukgestalten" und die ÜL treffen sich wieder in der Mitte der Halle.

◎ Zur Ruhe kommen, die Bewegungsaktivität durch das bekannte Lied abrunden

✓ Die Kinder suchen sich einen Platz auf einer Matte oder auf dem Boden.

Die „Spukgestalten" beenden gemeinsam mit der ÜL und dem abgewandelten Spruch die vorherigen Spielaktionen.
„Spukgestalten liegen hier – Hui, Hui, Hui,
sagen leis' – Jetzt schlafen wir! – Hui, Hui, Hui!"

AUSKLANG (10–15 Minuten)

● **Um Mitternacht ist der Spuk vorbei**

⊙ Die ÜL holt das Klanginstrument „Rainmaker" (alternativ eine Klangschale) und die Kinder nehmen eine ihnen angenehme Sitz- oder Liegeposition ein.

◎ Die Stille erleben ist für Kinder eine wertvolle Erfahrung – um sie herum tönt und dröhnt es im Alltag ununterbrochen.
Kann ein Kind überhaupt noch erkennen, wann ein Ton verklungen ist?

Zunächst werden die Kinder mit dem Klang des Rainmakers vertraut gemacht. Sie sollen zunächst nur zuhören, ohne eine weitere Aktivität vorzunehmen. Nachdem der Klangverlauf einige Male gehört wurde, wird nun Wert auf das bewusste Hören gelegt. Mit Erklingen eines Tons, heben die Kinder eine Hand in die Höhe. Erst wenn sie glauben, den Klang nicht mehr zu hören, sollen sie ihre Hand wieder ablegen.

✓ Wer möchte kann beim Lauschen des Klangs die Augen schließen.

Hinweis: Es gibt hier kein richtig oder falsch, man kann nur immer wieder versuchen, die Aufmerksamkeit der Kinder zu erhöhen.

✓ Da das Gehör der Kinder vollkommen unterschiedlich ausgebildet und zusätzlich die Aufmerksamkeit der Kinder unterschiedlich stark ist, wird hier ein großer Unterschied zu bemerken sein.

● **Verabschiedung**

Gemeinsamer Stundenabschluss der Kinder und ÜL mit dem abgewandelten „Spuk-Lied":
„Spukgestalten fliegen raus – Hui, Hui, Hui,
rufen laut – Der Spuk ist aus! – Hui, Hui, Hui!"

◎ Mit dem gemeinsamem Abschlussspruch am Ende der Stunde werden aus den „Spukgestalten" wieder Kinder.

● = Inhalt, ⊙ = Organisation, ◎ = Absicht, ✓ = Hinweis

© Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.