



BABS UND BENNO BAUARBEITER

Erleben und Reflektieren von spielerischen Übungen zum Thema Selbst- und Körperwahrnehmung

Vorbemerkungen und Ziele

Jede Wahrnehmung – im speziellen die Körperwahrnehmung – setzt sensorische Vorgänge voraus. Die verschiedenen Sinnesorgane nehmen unterschiedliche Reize wahr, die im Gehirn oder Rückenmark verarbeitet werden. Auf diese Reize erfolgt in der Regel eine motorische Reaktion (= Bewegung oder Haltung). Jede Reaktion ist somit eine Anpassung an die äußeren oder inneren Reize. Es besteht zu jeder Zeit ein Wechselspiel zwischen sensorischem Input und motorischem Output.

Im Verlauf der Stunde sollen die Kinder in spielerischer Form Körpererfahrungen auf drei unterschiedlichen Ebenen erleben:

die physiologische Ebene: hier erfolgt die Wahrnehmung über taktil-kinästetische und vestibuläre Sinne => der Körper wird empfunden; die kognitive Ebene: auf der Wissen über einzelne Körperteile, Bewegungsmöglichkeiten, Steuerung des Körpers gewonnen und gespeichert wird => der Körper wird kannengelernt und verstanden; die psychosoziale Ebene: auf der der Körper im Spiegel von Selbst- und Fremdwahrnehmung bewertet wird => der Körper wird erlebt.

Rahmenbedingungen

Zeit: 60 Minuten

Teilnehmer/innen: Vorschulkinder im Alter von 4-6 Jahren

Material/Geräte: Bodenmatten, 2 Weichbodenmatten, Sprossenwand, Bänke, große Kästen, kleine Kästen, Lüneburger Schlegel, Medizinbälle, Seilchen, Chiffontücher, Korke, Igelbälle, Legosteine, Bierdeckel

Ort: Gymnastikraum / Sporthalle

Bewegungs-
erziehung im
Kleinkind- und
Vorschulalter

02.2005

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG

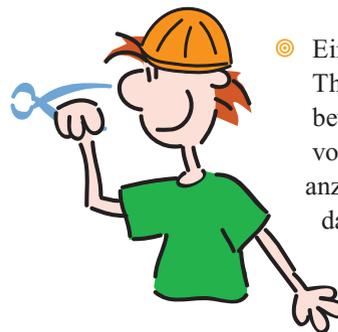
● Begrüßung

„Die Bauarbeiter wachen morgens auf, machen sich fertig und auf den Weg zur Arbeit.“

⊙ Kreislaufstellung



Absichten und Hinweise



⊙ Einstimmung auf das Thema. Die Kinder bewegen sich nach Textvorgabe. („Aufstehen, anziehen, frühstücken, das Haus verlassen, ins Auto steigen, zur Baustelle fahren...“)

HINFÜHRUNG ZUM SCHWERPUNKT

● „Die Bauarbeiter sind auf der Baustelle angekommen und müssen noch einige Vorbereitungen für den Tag treffen.“

„Steintransport mit Medizinbällen, damit für den Tag genügend Steine bereit liegen.“

⊙ Gasse vom Medizinballschrank quer durch die Halle bilden und „Steine“ weiterrollen, reichen oder werfen und fangen

● „Die Eisen zur Verstärkung des Betons werden zurechtgebogen.“

⊙ In lockerer Aufstellung in der Halle, ÜI oder Vorarbeiter zeigt mit seinem Körper oder mit Bildern wie die Bauarbeiter ihren Körper als Eisen verbiegen sollen.

● „Sicherheitscheck des Krans“

In Fünfergruppen, ein Kind liegt als „Material“ auf dem Boden, um Hand und Fußgelenke werden Seilchen geführt, die die Krantester gegen den Widerstand des „Materials“ abwechseln anheben.

⊙ „Einrichtung der Baustelle“ (Erläuterung der Aufbauskiizen) Stationsaufbau in Gruppen

⊙ Erwärmung, dosierter Krafteinsatz

● Verschiedene Bewegungsformen und Tempi angeben und Vorschläge der Kinder aufgreifen

⊙ Körperbeherrschung, Spannung aufbauen, Gelenkstellungen erspüren.

⊙ Spannung in unterschiedlichen Körperteilen auf- und abbauen.

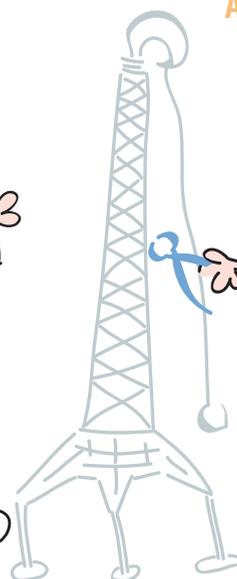


Stundenverlauf und Inhalte

SCHWERPUNKT

- „Die Bauarbeiter machen sich ans Werk“
- ⊙ Bildung von Zweierteams

„**Baugrube.** Die Leiter ist kaputt. Die Bauarbeiter müssen in die Baugrube springen und wieder aus ihr herausklettern (Sprung aus unterschiedlichen Höhen von der Sprossenwand) in die Baugrube.“



Absichten und Hinweise

- ⊙ Muskelan- und entspannung bei Sprung und kontrollierter Landung.
- ✔ Sprunghöhen differenzieren

„**Rüttler.** Die Bauarbeiter müssen die lockere Erde aus der Grube entfernen (Bohnsäcke von der Matte treten. Andere werfen die Säckchen auf die Matte zurück).“

- ⊙ Genaue Spannungsdosierung ist erforderlich um Punkte zielgenau zu treffen.
- ✔ Bauarbeiterwechsel.

„**Dachstuhl.** Die Zimmerleute bauen das Dachgebälk. Der Lehrling robbt über die Dachbalken, der Geselle krabbelt über die Balken, der Meister läuft über die Balken (Balancierbalken in unterschiedlicher Höhe auf Lüneburger Schlegel).“

- ⊙ Gleichgewichtserfahrungen in unterschiedlichen Raumlagen.

„**Transporter.** Dachziegel (Korken und Bierdeckel) werden krabbelnd über eine Strecke transportiert.“

- ⊙ Gezielte Steuerung der Eigenbewegung und gleichzeitiges Balancieren von Objekten.

„**Kran.** „Material“ (ein Kind) wird vom Kranführer hochgezogen (Partner zieht Kind an Ringen hoch, Kind springt aus selbstgewählter Höhe auf die dicke Matte).“

- ⊙ Höhe abschätzen (visuell), Gleichgewicht austarieren und Muskelspannung für Hängen an den Ringen und Landung halten und aufbauen.

„**Modell nachbauen.** Der Vorarbeiter (Kind A) baut ein Modell (aus Legosteinen), der Geselle (Kind B) baut das Modell mit seinem Körper nach.“

- ⊙ Modell visuell erfassen und in der Bewegung nachempfinden.

„**Abfälle in den Container.** Die Bauarbeiter werfen die Abfälle (Korken) in die bereitgestellten Container (umgedrehte Kästen).“

- ⊙ Auge-Hand Koordination mit gezieltem Krafteinsatz beim Wurf.
- ✔ Abstände differenzieren.

- „Die Baustelle wird aufgeräumt.“
- ⊙ Gemeinsames aufräumen.

- ⊙ Übernahme von Verantwortung, Förderung des Sozialverhaltens

ABSCHLUSS

- „Zum Schluss des Tages erfolgen die Feinarbeiten. Erst werden die überstehenden Betonnasen abgeklopft (Klopfmassage mit Korken), dann werden die ersten Wände verputzt (Igelballmassage).
- ⊙ Ein Kind liegt oder sitzt gemütlich auf der Matte und wird vom anderen Kind massiert.

- ⊙ Entspannung

- „Abschlussgespräch. Wie ist so ein Tag für Bauarbeiter? Was fühlt der Körper eines Bauarbeiters?“

- ⊙ Verbalisierung der körperlichen Empfindungen.