



Hören, Sehen, Tasten

Die Turnhalle als Erfahrungsfeld der Sinne

Vorbemerkungen/Ziele

In den Zeiten von Einkaufszentren, Kirmesplätzen und Computern werden unsere Sinne oft überfordert. Durch zu viele Eindrücke und Reize entsteht eine Reizüberflutung. In der folgenden Sportstunde sollen gezielt einzelne Sinne beachtet und geschult werden.

Für den reibungslosen Ablauf der Stunde ist es hilfreich, wenn der Blindenparcours und der Barfußpfad schon vor Beginn der Stunde komplett aufgebaut werden.

Dabei ist es wichtig, zu beachten, dass je nach Teilnehmer/innen-Anzahl eine Turnhallenhälfte für die Aufwärmspiele benötigt wird.

Rahmenbedingungen

Zeit:

60 Minuten

Teilnehmer/innen (TN):

Kinder ab 6 Jahren

Material:

2 Langbänke, 1 kleiner Kasten, 2 Gymnastikmatten, Medizinbälle, Tau, Schlüssel, Kastenelement, Stifte, Gegenstände und Kartons für den Barfußpfad

Ort:

Turnhalle oder draußen

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG (20 Minuten)

● Kommando Pimperle (mit Bewegungen)

- ⊙ Die Kinder bewegen sich frei durch die Turnhalle.

Durch die Übungsleitung (ÜL) bekommen sie verschiedene Kommandos.

Aber Achtung! Die erforderten Bewegungen müssen nur durchgeführt werden, wenn das Wort „Kommando“ davor gesagt wird. Ansonsten bleiben die Kinder in der gerade durchgeführten Bewegung.

Beispiele für Kommandos: Hinlegen, Hinsetzen, auf einem Bein hüpfen, weiterlaufen, drehen, zur Tür laufen, rückwärts laufen, schneller, langsamer, Stopp usw.

● Partner finden

- ⊙ Zwei Kinder haben die Augen verbunden.

Sie einigen sich auf ein Geräusch, mit dem sie miteinander kommunizieren wollen. Dann werden sie einmal um die eigene Achse gedreht und versuchen, sich anhand des Geräusches mit verbundenen Augen zu finden. Die anderen Kinder machen leise Nebengeräusche, um die Suche zu erschweren. Gleichzeitig achten sie darauf, dass es keine Zusammenstöße gibt.

● Katz und Maus

- ⊙ Alle Kinder bilden einen Kreis mit Handfassung. Zwei Kinder befinden sich im Innenraum des Kreises und haben die Augen verbunden.

Eines der zwei Kinder hält 2 Stifte in der Hand (Katze), das andere einen Schlüssel (Maus). Auf das Klopfen der Stifte muss die Maus mit dem Schlüsselklipern antworten. Auf diese Weise muss die Katze versuchen, die Maus zu fangen. Dann erfolgt ein Rollentausch.

Absichten und Hinweise

- ⊙ Das Spiel dient zur Aufwärmung, Reaktions-schulung und Körperwahrnehmung. Außerdem werden bereits hier der Hörsinn und die Konzentrationsfähigkeit geschult.
- ✔ Variante: Bei älteren Kindern kann das Spiel mit Ausscheiden gespielt werden: Das Kind, das einen Fehler macht, setzt sich auf eine Bank und gibt das nächste Kommando, bis ein weiterer Spieler ausscheidet usw. Wer als letztes übrig bleibt, ist der Gewinner. (Wett-kampfcharakter)
Wahlweise kann das Kind auch nur eine Runde aussetzen, eine Anweisung geben und dann wieder mitspielen.
- ⊙ Kooperation, Kontaktaufnahme, Teamwork
- ✔ Es können mehrere Paare gleichzeitig die Augen verbunden haben und ihren Geräusch-Partner finden. Dabei ist wichtig, dass jedes Paar ein offensichtlich anderes Geräusch wählt.

- ⊙ Aufwärmung, Konzentration, Reaktionsschulung, Schnelligkeit, Geschicklichkeit

Bewegungs-
erziehung
01.2011



Stundenverlauf und Inhalte

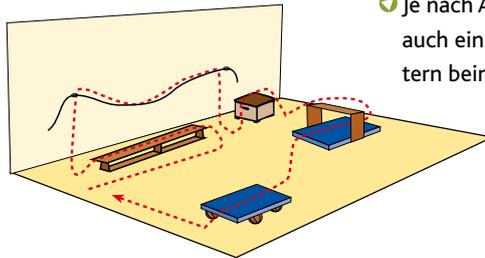
SCHWERPUNKT (30 Minuten)

● Blindenparcours

- ⊙ In einem Teil der Turnhalle ist ein Parcours aufgebaut, den die Kinder zunächst mit offenen Augen alleine durchlaufen. Anschließend werden die Augen verbunden und die Kinder führen sich gegenseitig durch den Parcours. Dabei nehmen sich jeweils zwei Kinder an die Hand, von denen nur eines die Augen verbunden hat, das andere passt gut auf und gibt genaue Anweisungen.

Bestandteile des Parcours können sein:

- Ein kleiner Kasten zum Hinübersteigen
- Eine Langbank zum Balancieren
- Ein Tau an der Wand zum Entlanglaufen an der Wand
- Eine Gymnastikmatte auf mehreren Medizinbällen
- Ein seitlich aufgestelltes Kasten-element zum Durchkriechen (mit einer Gymnastikmatte abgesichert)



● Barfußpfad

- ⊙ In einem anderen Teil der Turnhalle befindet sich ein Barfußpfad. Die Kinder berühren mit verbundenen Augen und nackten Füßen verschiedene Untergründe und müssen diese ertasten und erraten. Auch hierbei ist es förderlich, wenn die Kinder sich in Partnerarbeit führen.

Beispiele für Untergründe: Watte, Korken, Kastanien, Kieselsteine, Papierschnipsel, Stroh, Nichts, Sand, Stöcke, Laub, Wasser, Frottee-Handtuch usw.

Bilden die letzten Stationen des Pfades ein Eimer mit Wasser und anschließend ein Handtuch, sind die Füße direkt wieder sauber und trocken zu machen.

AUSKLANG (20 Minuten)

● Reflexion

- ⊙ Innenstirnkreis (sitzend)

Kurze Reflexion mit den Kindern: „Was hat besonders Spaß gemacht? Was ist schwer gefallen? Welche Sinne wurden geschult?“

● Rückenwahrnehmungsspiel

- ⊙ Alle Kinder sitzen in einer Reihe auf einer Bank.

Das hinterste Kind malt seinem Vorderkind etwas auf den Rücken (erst Zahlen und Buchstaben, dann Wörter und Motive). Dieses malt es wiederum dem Kind, welches vor ihm sitzt auf den Rücken usw. Das Kind, welches ganz vorne sitzt, muss sagen, was bei ihm angekommen ist. Ob es das ist, was das hinterste Kind gemalt hat?

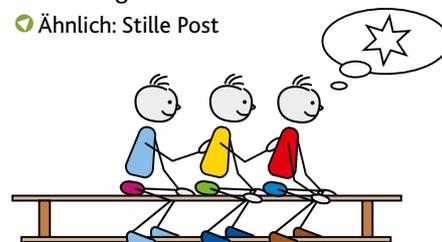
Absichten und Hinweise

- ⊙ Teamwork, Vertrauen, Geschicklichkeit, Kooperation
- ✔ Unter Ausschaltung des Sehsinns werden andere Sinne stärker beansprucht.
- ✔ Das Verbinden der Augen erfolgt auf freiwilliger Basis. Zur Einführung oder bei ängstlichen Kindern ist die Aufgabe auch nur mit geschlossenen Augen möglich.
- ✔ Je nach Alter der Kinder kann der Parcours auch eine kleine Sprossenwand zum Hochklettern beinhalten.

- ⊙ Förderung des Tastsinns, Förderung der sensorischen Wahrnehmung
- ✔ Es ist sinnvoll, die verschiedenen Gegenstände in Schuh- oder Pizza-Kartons zu füllen und die Kinder von Karton zu Karton steigen zu lassen, da ansonsten die Gefahr besteht, dass der Hallenboden beschmutzt wird.

- ⊙ Zur Ruhe kommen, Konzentration

- ⊙ Die Konzentrationsfähigkeit und der Tastsinn werden geschult.
- ✔ Ähnlich: Stille Post



Autorin:
Ann-Katrin
Weingärtner

Illustratorin:
Claudia Richter