



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Raus in die Natur - Sportunterricht im Freien

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Raus in die Natur – Schulung der Sinne und der Körperwahrnehmung

Klassen 2 bis 4

Ein Beitrag von Christiane Bohn, Münster
Illustrationen: Nadine Liesse, Aachen

Kitzelt Gras unter nackten Füßen? Ist es im Wald ganz still? Naturerfahrungen sind für viele Kinder kleine Sensationen, denn ihr Alltag findet oft in Räumen oder in urbaner Umgebung statt. Schon ein kleines Stück Park, Wiese oder Wald sowie begrünte Spielplätze bieten einfache Möglichkeiten, grundlegende Bewegungserfahrungen zu machen und die Sinne zu schulen. Und eine Schatzsuche im Gelände fördert das soziale Miteinander auf besondere Weise.



thinkstock/Polka

Das fühlt sich gut an

Das Wichtigste auf einen Blick

Lernbereich:

grundlegende Bewegungserfahrungen

Themen:

- Körperwahrnehmung und Haltungsschulung
- Sinneserfahrung und -schulung
- Sozialerfahrung
- Verbesserung der aeroben Ausdauer

Kompetenzen:

- den eigenen Körper und seine Funktionen wahrnehmen und einschätzen
- Nah- und Fernsinne schulen
- mit anderen kooperieren

Klassen: 2 bis 4

Dauer: 3 Unterrichtsstunden

Organisatorisches:

Das Gelände sollte viel Abwechslung bieten (z. B. unterschiedliche Böden, Baum- und Buschwerk, Erhöhungen wie Steine, Bänke, kleine Wälle, Baumstümpfe usw.).

Fächerübergreifender Einsatz:

Das Thema „Natur“ kann im Sachunterricht aufgegriffen werden (Tiere und Pflanzen im Wald/Park).

Was sollten Sie zu diesem Thema wissen?

Spiel- und Übungsformen in der Natur

Sich in der Natur bewegen; Naturmaterialien bewusst wahrnehmen, sammeln und damit spielen oder bauen – für manche Kinder kann das bedeuten, ganz neuartige Erfahrungen zu machen, z. B. die Füße zum Erkunden von Material einzusetzen. Denn selbst wenn noch draußen gespielt wird, kommen meist nur genormte Materialien wie Fußbälle, Waveboards oder Straßenkreide zum Einsatz. Gespielt wird oft auf Straßen, Spielplätzen oder in Höfen.

Die Unterrichtseinheit behandelt einzelne Aspekte wie Sinnes- und Haltungsschulung, Förderung ausgewählter konditioneller Fähigkeiten (z. B. Ausdauer). Außerdem werden das soziale Miteinander und ein achtsamer Umgang mit der Natur angeregt. Dies sollte bereits im Vorfeld mit den Schülern thematisiert werden. Eine Verknüpfung mit Themen des Sachunterrichts (z. B. Tiere im Wald oder Park, einheimische Bäume und Sträucher) bietet sich an.



Besprechen Sie mit den Kindern auf jeden Fall auch mögliche Gefahren (z. B. keine giftigen Pilze oder Giftpflanzen wie Fingerhut, Maiglöckchen oder Goldregen pflücken). Generell sollte nichts in den Mund gesteckt oder gegessen werden! Thematisieren Sie ebenfalls, dass der Untergrund im Wald und auf Wiesen uneben sein kann und man darauf achten muss, nicht zu stolpern oder umzuknicken. Stellen Sie klare Verhaltensregeln mit den Kindern auf (z. B. in Sicht-/Hörweite bleiben, keine Äste oder Farne abreißen usw.).

Wählen Sie daher das Gelände bewusst aus: Es sollte abwechslungsreich sein, d. h. verschiedene Böden aufweisen (Sand, Gras, ggf. ein flacher Wasserlauf). Potenzielle Gefährdungen (z. B. steile Abhänge, Gräben sowie Glasscherben o. Ä.) sollten erkannt und entweder vermieden oder beseitigt werden. Ideal ist ein Gelände, das trotz Baum- und Buschwerk noch weithin einsehbar ist. Auch ein Park bietet viel Potenzial: Hier können z. B. Wege (oft mit Rindenmulch oder Kies bedeckt) einbezogen werden. Grenzen Sie das Areal ein und zeigen Sie den Kindern, wo sie sich aufhalten dürfen.

Ein Ausflug in die Natur benötigt etwas Vorbereitung. Informieren Sie die Eltern zuvor durch einen Elternbrief und bitten Sie sie um ihre Mithilfe. Die Kinder sollten zweckmäßige, wetterfeste und eng anliegende Kleidung sowie festes Schuhwerk tragen. An heißen Tagen empfehlen sich Sonnenschutz, Kopfbedeckung und Getränke. Nehmen Sie ein Mobiltelefon, ein Erste-Hilfe-Set und bestenfalls eine Zeckenzange mit. Klären Sie im Vorfeld mit den Eltern eventuelle Krankheiten (z. B. Asthma) oder Allergien der Kinder. Nach der Exkursion in die Natur sollten die Schüler auf möglichen Zeckenbefall kontrolliert werden.

Schatzsuche im Wald oder Park

Bei der Schatzsuche in der dritten Unterrichtsstunde muss es den Kindern möglich sein, ohne Stolperfallen von Station zu Station zu laufen. Vor allem im Wald ist zweckmäßige Kleidung und festes Schuhwerk notwendig. Im folgenden Beispiel wird die Klasse in Kleingruppen aufgeteilt, damit alle Kinder die Aufgabenkarten lesen können und nicht nur einige wenige. Dennoch laufen die Gruppen als ganze Klasse, sodass Sie sie begleiten und Ihre Aufsichtspflicht wahren können.

Der Reiz, zu schauen, welche Gruppe als erstes den „Waldschrat“ findet, ist bei den Kindern natürlich sehr hoch. Um die Spannung trotz des Durchlaufs als ganze Klasse zu erhalten und gleichzeitig die aerobe Ausdauer zu fördern, spielt die Klasse gegen die Zeit: Der Waldschrat muss innerhalb einer zuvor festgelegten Zeit gefunden werden, andernfalls ist sein Schatz für die Schüler verloren. Und schließlich kann die letzte Aufgabe, die zum Schatz führt, nur von der gesamten Klasse gelöst werden.

Worauf müssen Sie bei der Vorbereitung und Durchführung achten?

Die Wetterlage für die Durchführung des Fußparcours sollte warm und trocken sein, da die Übungen barfuß stattfinden. Hierzu benötigen Sie unter Umständen die Einwilligung der Eltern. Die Teilnahme sollte freiwillig sein – die taktile Stimulation durch ungewohnte Naturmaterialien kann von einzelnen Kindern als unangenehm wahrgenommen werden, da sie solche Reize nicht gewohnt sind. Lassen Sie ihnen Zeit, damit sie sich den Aufgaben in ihrem eigenen Tempo annähern und ihre Lösungen und Erfahrungen später reflektieren können.

Je nach Gegebenheiten und Saison bringen Sie zusätzliches Material selbst mit. Wenn Sie die Möglichkeit haben, einen flachen Wasserlauf oder einen Springbrunnen miteinzubeziehen, nutzen Sie dies – auch Matsch und Lehm unter den Füßen sind eine besondere Erfahrung. Es empfiehlt sich, die Schüler Ersatzsocken und Handtücher mitbringen zu lassen, damit sie sich danach die Füße säubern können.



Das für den Barfußpfad (siehe M 1) verwendete Material darf nicht stechen oder scharfe Kanten aufweisen, d. h. Dornen, Ranken oder Disteln dürfen nicht verwendet werden. Ist der Pfad angelegt, kontrollieren Sie ihn vor Freigabe nochmals auf Betriebssicherheit.

Das Anlegen eines Fußparcours kann auch auf dem Schulhof erfolgen. Bei Nässe und/oder Kälte können die Felder z. B. durch Bananenkisten oder flache Schachteln ersetzt werden und der Parcours wird in der Turnhalle aufgebaut.

Für die Schatzsuche können Sie die Aufgaben- und Hinweiskarten (siehe M 3) schon vor Spielbeginn an den Stationen verstecken. Oder spannen Sie helfende Eltern dazu ein. Eine Begleitung der Klasse durch mehrere Lehrkräfte ist ebenfalls empfehlenswert. Können die Stationen nicht vorher bestückt werden, geben Sie an jeder Station eine Aufgabenkarte heraus. Wenn auch der Schatz nicht zuvor versteckt werden kann, sollte der letzte Hinweis die Klasse wieder zurück zum Schulhof/zur Turnhalle führen, wo sie den Schatz dann suchen dürfen.

Schätzen Sie die voraussichtlich benötigte Zeit für die Schatzsuche gut ein. Überlegen Sie sich ggf. Zusatzaufgaben oder lassen Sie einzelne Stationen aus, wenn die Zeit knapp wird. Berücksichtigen Sie außerdem die Zeit für den Fußmarsch von der Schule zum Gelände – manchmal reicht eine Schulstunde nicht aus. Schnitzeljagden und Schatzsuchen eignen sich daher gut im Rahmen von Projekten oder außerschulischem Unterricht, z. B. im Ganztagesbetrieb.

Was machen Sie, wenn ...

- ... sich einzelne Kinder vor bestimmten Naturmaterialien ekeln?
Dies kann Ausdruck einer Überforderung im Umgang mit dem ungewohnten Material sein. Die Kinder sollten die Spiel- oder Übungsform ohne eine Sanktion verlassen können. Bieten Sie ihnen an, zunächst zuzuschauen und dann selbstbestimmt mitzumachen oder geben Sie ihnen eine kleine Zusatzaufgabe, z. B. ein alternatives, für sie passendes Material zu suchen.
- ... die Kinder sich nicht barfuß durch den Fußpfad bewegen möchten?
Die Kinder sind es vielleicht nicht gewohnt, barfuß zu laufen, und/oder haben Angst vor Missempfindungen. Bieten Sie an, auf dünnen Socken oder Turnschlappchen mit dünner Sohle zu laufen, oder lassen sie die Kinder die Ausschnitte des Parcours auswählen, auf denen sie sich sicher fühlen. Betonen sie die Freiwilligkeit der Aufgabe und lassen Sie die Kinder den Fühlpfad in ihrem eigenen Tempo abschreiten. Als Alternative können die Kinder den Parcours auch mit den Händen ertasten.
- ... einzelne Kinder bei den Spielen Körperkontakt zu Mitschülern meiden?
Lassen Sie den Kindern die freie Partnerwahl oder bieten Sie sich ggf. selbst an. Wenn Kinder den Handkontakt vermeiden wollen, kann ggf. bei einigen Spielformen Material eingesetzt werden, z. B. eine Socke oder ein Tuch zwischen den Händen halten. Klären Sie die Situation am Stundenende und finden Sie die Gründe für das Verhalten in einem persönlichen Gespräch heraus.

Welche Medien können Sie zusätzlich nutzen?

Klein, Daniel und Kurth, Andrea: Wahrnehmungsförderung durch Psychomotorik in der Natur. Zeitschrift Motorik, Heft 2/2017. S. 63 ff.

Dieser Artikel gibt einen fundierten, theoretischen Einblick in die Bedeutung von Naturerfahrungen für die kindliche Entwicklung.

Raus in die Natur – die Unterrichtseinheit im Überblick

Std.	Worin liegt der Stundenschwerpunkt?	Was benötigen Sie?	Was müssen Sie vorbereiten?
1	Wir bauen einen Barfußpfad	M 1: Ein Barfußpfad <u>Zusatzmaterial:</u> Naturmaterialien wie Heu, Steine, Gras, Äste, Sand usw.	ggf. Felder des Parcours im Vorfeld abstecken, zusätzliche Naturmaterialien bereitlegen, ggf. Stofftaschen o. Ä. zum Sammeln der Materialien
2	Ich höre was, was du nicht hörst	M 2: Spiele zur Sinneswahrnehmung <u>Zusatzmaterial:</u> siehe oben, Augenbinden/Tücher, 1 (Stopp-)Uhr	Materialien bereitlegen
3	Auf der Suche nach dem Waldschatz	M 3: Aufgabekarten für die Schatzsuche <u>Zusatzmaterial:</u> siehe oben, Schatzkästchen, Süßigkeiten o. Ä.	Stationskarten und Schatz vorbereiten



Wie können Sie den Aufbau der Einheit variieren?

Die Stunden können beliebig ausgewählt und variiert werden. Auch die Spielformen in der zweiten Stunde sind variabel. Das Setting kann ebenfalls verändert werden (z.B. Wald, Park, Spielplatz) und einzelne Spiele können ggf. auch in der Turnhalle oder auf dem Schulhof durchgeführt werden.



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Raus in die Natur - Sportunterricht im Freien

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

