



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Lust auf Bewegung

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Inhaltsverzeichnis

Einleitung	7
Grundlagen	9
Entwicklungspsychologische Grundlagen	9
Grundlegende Überlegungen zu Bewegungs- und Pausenspielen	10
Prinzip „Aktivierung von Körper, Geist und Bauch (Emotion)“	10
Prinzip „Spielen“ im Rahmen von Bewegungsspielen	11
Prinzip „Lust“	13
Prinzip „Lernen mit allen Sinnen“	13
Prinzip „Angebot vielfältiger Möglichkeiten und Ideen“	13
Prinzip „Indikationsspezifität“	13
Einsatz der Bewegungs- und Pausenspiele	15
Besonderheiten und Einsatzmöglichkeiten von Bewegungs- und Pausenspielen	15
Welches Spiel in welcher Situation?	15
Bedeutung der „Verpackung“ der Spiele	16
Bedeutung des Verhaltens der Lehrperson	17
Praktische Unterrichtsvorbereitung	19
Grundsätzliches zu Materialien	19
Grundsätzliches zu Korrekturen	21
Grundsätzliches zu Reflexionen	22
Einteilung der Spiele	23
Einsatzbereich des Spiels	23
Altersgruppe	25
Mitspieler	25
Raumbedarf	25
Materialbedarf	26
Zeitbedarf	26
Besondere Eignung für spezifische Indikationen	26
Motorische Hauptbeanspruchungsformen	27
Beschreibung mit Anleitung und Verlauf des Spiels	27
Variations- und Differenzierungsmöglichkeiten	27
Besonderheiten und Hinweise	27
122 Bewegungs- und Pausenspiele	29
Literatur	165
Stundenverlaufsplanung	166
Übersichtstabelle	167

Einleitung

Bewegung weckt auf – Körper, Geist und Emotion. Unser Körper ist dafür geschaffen, sich zu bewegen. Bewegung ist wichtig für das körperliche und geistige Wohlbefinden. In einer Fülle von Stellungnahmen, Berichten und Artikeln wird allerdings darauf hingewiesen, dass unsere Gesellschaft bewegungsfeindlich ist, natürliche Bewegungen des Körpers unterdrückt (Schreibtisch, Schule, Computer, Auto, etc.) und dies bei Kindern und Jugendlichen beispielsweise zu Haltungsschäden, motorischer Unruhe bzw. Hemmung oder Übergewicht führen kann. Schon in der Schule werden die Kinder zur Körperbeherrschung erzogen (ruhig an Tischen sitzen, aufzeigen, wenn man etwas sagen will, etc.). Doch welche Möglichkeiten bestehen – insbesondere bei großen Klassengrößen, dicht gepackten Lehrplänen und räumlichen Beschränkungen –, den Unterricht bewegter zu gestalten? Die Durchführung von Bewegungs- und Pausenspielen ist ein Weg, gegen die sich ausbreitende Bewegungsarmut vorzugehen.

Das hier vorliegende Buch bietet neben einer Sammlung von einfach durchführbaren Bewegungs- und Pausenspielen praktische und handlungsrelevante Tipps, Hilfen und Anwendungshinweise zur Durchführung der Spiele. Vor allem auf Differenzierungs- und Variationsmöglichkeiten wird intensiv eingegangen. Insbesondere durch eine Vielzahl an Hinweisen zur Differenzierung im Rahmen von Schulungen oder Unterrichtssituationen mit chronisch erkrankten Kindern und Jugendlichen zeichnet sich das hier vorliegende Buch aus. Die Erklärungen wenden sich auch an „Nicht-Pädagogen“ oder Stundenleiter, die über keine pädagogisch aus-

gerichteten Qualifikationen oder über keine bzw. nur geringe Unterrichtserfahrung verfügen. Die genaue und konkrete Darstellung von notwendigen Materialien, Gruppengrößen, Altersspannen, Zielsetzungen, motorischen Hauptbeanspruchungsformen und Raumbedarf helfen auch weniger erfahrenen Stundenleitern, ein Spiel schneller zu überblicken und eine Auswahl zu treffen.

Die Spiele sind also nicht nur für den versierten Lehrer in der Schule geeignet, sondern ausdrücklich auch für außerschulische Unterrichtssituationen vorgesehen – insbesondere für Patientenschulungen bei chronisch erkrankten Kindern und Jugendlichen mit den Indikationen Asthma bronchiale, Neurodermitis, Mukoviszidose oder Adipositas. Solche Patientenschulungen kennzeichnen sich durch kleine Schulungsgruppen von fünf bis zwölf Kindern oder Jugendlichen, die im Umgang mit ihrer Erkrankung geschult werden sollen. Bewegungs- und Pausenspiele eignen sich hier nicht nur zur Steigerung der Aufmerksamkeit oder zur Entspannung, sondern besonders zur spielerischen Wiederholung von Schulungsinhalten, indem theoretisch oder praktisch Erlerntes in die Bewegungs- und Pausenspiele integriert wird. Daher wird bei der Darstellung der Spiele (siehe S. 31 ff.) ein besonderer Schwerpunkt auf die Differenzierungs- und Variationsmöglichkeiten gelegt. Letztendlich soll der Praktiker erkennen, dass fast jedes Spiel themenspezifisch adaptierbar ist und die Inhalte seines Unterrichts in die Spiele integriert werden können. Dies gilt nicht nur für den Schulunterricht oder Patientenschulungen, sondern auch für alle anderen Situationen, in denen Bewegungs- und Pausenspiele durchgeführt werden.

Da Patientenschulungen und andere außerschulische Unterrichtssituationen häufig nicht durch ausgebildete Lehrpersonen oder Pädagogen geleitet werden, werden in den ersten drei Kapiteln wesentliche Grundlagen der Entwicklungspsychologie, grundlegende Vorüberlegungen zu Bewegungs- und Pausenspielen, Grundregeln zur Verwendung von Bewegungs- und Pausenspielen sowie nützliche Tipps zur praktischen Unterrichtsvorbereitung und -gestaltung angeführt.

Ein Buch, in dem eine Vielzahl an Spielen präsentiert und erklärt wird, birgt immer die Gefahr, dass der Leser/Stundenleiter die Anleitung eines Spiels als „Waschzettel“ verwendet und das Spiel dann genau so, wie es abgedruckt ist, durchführt. Dabei wird nicht beachtet, dass die speziellen lokalen und aktuellen Bedingungen reflektiert und die eigenen Fähigkeiten und auch der Inhalt des Spiels hinterfragt werden müssen. Häufig wundert sich dann der Stundenleiter,

dass das Spiel weitaus weniger erfolgreich, lustig, motivierend oder begeisternd war, als er es sich vorgestellt hatte. Vielmehr kommt es auf den sensiblen und insbesondere situationsgerechten Einsatz der Spiele unter Verwendung vielfältiger und kreativer Variationen an, um Erfolg zu erzielen. Die vorliegende Spielesammlung liefert nur das Handwerkszeug bzw. die Inhalte der Spiele.

In den einführenden Kapiteln wird darauf eingegangen, was tatsächlich den Erfolg oder Misserfolg eines Spiels ausmacht – nämlich die Analyse der vorgegebenen Bedingungen, der Zielsetzungen, die Planung und sinnvolle Gestaltung des Unterrichts mit allen seinen Facetten sowie das konkrete Verhalten des Stundenleiters. Vom Spielleiter wird also erwartet, dass er als Ideengeber, Arrangeur und Leiter durch seine eigene Spielerfahrung, Spielfreude, Lust und pädagogischen Kenntnisse die Spiele und Varianten sinnvoll und situationsgerecht einordnet und ggf. adaptiert.

Grundlagen

Entwicklungspsychologische Grundlagen

Die Haupt-Zielgruppe der in diesem Buch vorgestellten Bewegungs- und Pausenspiele sind Kinder und Jugendliche im Schulalter. Arbeitet man mit dieser Zielgruppe und führt man Bewegungsspiele durch, so müssen grundlegende entwicklungspsychologische Aspekte der verschiedenen Altersgruppen berücksichtigt werden.

Kinder im Grundschulalter befinden sich in der konkret-operationalen Phase. Damit ist gemeint, dass sie sich an dem orientieren, was sie konkret sehen, erleben, erfüllen und erfahren, sich also auf das Wirkliche, das Existierende und konkrete Objekte der Gegenwart konzentrieren. Das Erfassen abstrakter Zusammenhänge ist in der Regel noch nicht möglich. Da die entferntere Zukunft in ihrem Zeitverständnis noch nicht berücksichtigt wird, orientieren sie sich an aktuellen oder zeitnahen Zielsetzungen und Zusammenhängen („wenn ich jetzt mein Medikament inhaliere, bin ich heute Vormittag geschützt“). Motivation erfolgt häufig durch Anerkennung der Gruppe, Erreichen eines konkreten, aktuellen, nicht zu weit entfernten, sondern zeitlich nahen Ziels, Neugier, spannende Erlebnisse oder das aktuelle Erleben von Freude oder Lust an einer Bewegung bzw. einem Spiel.

Die Konzentrationsfähigkeit von Kindern in diesem Alter zeichnet sich dadurch aus, dass sie nach ca. 20 bis 25 Minuten stark nachlässt. Dabei besteht eine hohe Abhängigkeit von der Schülergruppe, den Inhalten des Unterrichts und den verwendeten Unterrichtsverfahren. Zu abstrakte Inhalte reduzieren die

Konzentrationsfähigkeit, konkrete erleb- und erfahrbare Inhalte können dagegen länger mit hoher Konzentration aufgenommen werden. Somit sind Kinder im Grundschulalter eine ideale Zielgruppe für die Durchführung von Bewegungs- und Pausenspielen – insbesondere wenn erlernte Unterrichtsinhalte in die Spiele integriert werden. Grundschul Kinder werden die Hintergründe für die Durchführung eines Bewegungsspiels noch nicht hinterfragen und ihre Motivation oder das Erleben wird geprägt durch die aktuelle Lust und Freude am Spiel und durch ihren Erfolg oder Misserfolg.

Jugendliche befinden sich in der formal-operativen Phase, die etwa mit dem 11. Lebensjahr beginnt. Der junge Mensch löst sich vom Konkreten und dem aktuell Wirklichen und kann es mehr und mehr in ein abstraktes System von möglichen Transformationen einordnen. Jugendliche haben nahezu das geistige Niveau eines Erwachsenen erreicht und verstehen in der Regel abstraktere Zusammenhänge, können das logisch Konstruierbare und das rein Theoretische erfassen. Somit ist die Durchführung von komplexeren Bewegungs- und Pausenspielen mit komplizierteren Regeln und Zusammenhängen möglich.

Die Konzentrationsfähigkeit der Jugendlichen liegt bereits zwischen 30 und 40 Minuten, weshalb Bewegungs- und Pausenspiele keinen so hohen Stellenwert mehr haben wie bei Vorschul- oder Grundschulkindern.

Wesentliche Entwicklungsaufgaben von Jugendlichen sind die Identitäts- und Rollenfindung sowie die Ablösung der Abhängigkeit von den Eltern durch die Entwicklung von Unabhängigkeit und

Selbstbestimmung. Zentrale Fragen wie „Wer bin ich?“, „Bin ich normal?“ oder „Ist mein Körper normal?“ stehen für Unsicherheiten, welche die Durchführung von Bewegungs- und Pausenspielen – bei denen die Mitspieler ja in der Regel ihren Körper einsetzen und sich evtl. sogar bewusst berühren müssen – schwierig machen können (Albernheit, Scham, Spielen ist „uncool“, null Bock, etc.). Aufgrund ihrer starken Beschäftigung mit ihrer Identitäts- und sozialen Rollenfindung sind Jugendliche häufig sehr darauf bedacht, einen bestimmten Eindruck bei Gleichaltrigen zu hinterlassen und Anerkennung durch sie zu erhalten. Dies kann ebenfalls die Durchführung von Bewegungsspielen stark beeinträchtigen, da im Rahmen der Spiele evtl. für die Jugendlichen nicht kontrollierbare Situationen entstehen oder nicht gewünschte Rollen eingenommen werden müssen. Besonders drastisch kann sich dies bei gemischtgeschlechtlichen Gruppen äußern, wenn Gleichaltrige des anderen Geschlechts besonders beeindruckt werden sollen, oder man von ihnen besonders anerkannt werden will. Daher wird bei den Beschreibungen der Spiele (siehe S. 31 ff.) insbesondere für Jugendliche häufig eine getrenntgeschlechtliche Durchführung von Spielen empfohlen. Spiele mit bewusstem Körperkontakt sind bei Jugendlichen seltener erfolgreich durchführbar als bei Grundschulkindern.

Dennoch sind eine Vielzahl an Bewegungs- und Pausenspielen auch im Jugendalter durchaus möglich. Der Erfolg ist hier in besonders hohem Maß vom Verhalten des Stundenleiters, von der sorgfältigen und auf die Gruppe abgestimmten Auswahl sowie von der Präsentation der konkreten Spiele abhängig. Darüber hinaus erfolgt die Teilnahme hier nicht nur aufgrund des Erlebens von

Lust, Freude oder Spaß, sondern auch aufgrund einer kognitiven Erfassung der rationalen Gründe für die Durchführung des Spiels.

Grundlegende Überlegungen zu Bewegungs- und Pausenspielen

Die angeführten Spiele basieren auf einer Reihe von Prinzipien, die den Charakter und auch die Wirkung der Spiele aufzeigen.

Prinzip „Aktivierung von Körper, Geist und Bauch (Emotion)“

Das Spielen von Bewegungsspielen ist eine ganzheitliche Tätigkeit, durch die sinnliche Wahrnehmung, geistige Verarbeitung, gefühlsmäßige oder emotionale Verarbeitung und motorische Aktivität gleichzeitig und insgesamt gefordert und gefördert werden.

Ein zentraler Bestandteil von Unterricht ist die Vermittlung von Wissen. Wissen ist wiederum Grundlage für andere angestrebte Funktionen, wie z. B. im Rahmen von Patientenschulungen für die Änderung von Verhaltensweisen eines Patienten. So wird ein Jugendlicher mit Adipositas schneller, sinnvoller und dauerhafter sein Bewegungsverhalten ändern, wenn er weiß, welche Funktion eine hohe Aktivität im Alltag hat – wenn er dazu also Hintergrundwissen hat –, und wenn er von der Wirkung der Maßnahmen kognitiv überzeugt ist. Wissensvermittlung bedarf allerdings der Aufmerksamkeit des Schülers. Ein Schüler, der unaufmerksam ist, in Gedanken abschweift und sich nicht auf den Lernstoff konzentriert, wird in der Regel weniger lernen und behalten. Somit ist eine Voraussetzung für einen erfolgreichen Unterricht ein wacher Schüler, der sich auf den Unterrichtsstoff konzentrieren kann, aufmerksam und aufnahmefähig ist.

Hier kann sich der Unterrichtende eine enge Verbindung und Wechselwirkung zwischen Geist, Körper und Emotion zunutze machen, die sich im Wesentlichen durch folgende Wirkungen von körperlicher Aktivität oder Bewegung (im Sinne einer aktiven Pause) auszeichnet:

- Kreislaufaktivierung mit vermehrter Durchblutung und Sauerstoffsättigung im Gehirn.
- Aktivierung des Gehirnstamms und anderer Gehirnareale.
- Steigerung der Motivation.
- Verbesserung der Lern- und Leistungsbereitschaft.
- Ausschüttung wichtiger Hormone und Stoffwechselprodukte.
- Synapsenvermehrung in wichtigen Gehirnregionen.
- Optimierung des Aktivitätsniveaus von Gehirnzellen (nicht zu niedrig, was Schläfrigkeit bewirkt, und nicht zu hoch, was Aufregung nach sich ziehen würde).

Wird also der Körper aktiviert, so wird auch der Geist aktiviert – und zwar auf mindestens zwei Wegen:

Einerseits dadurch, dass jede körperliche Aktivierung (z. B. im Rahmen eines Bewegungsspiels oder einer Bewegungsübung) verstanden werden muss und in der Regel taktische Überlegungen für die Ausführung oder die Lösung notwendig sind. Da diese kognitive Aktivierung im Rahmen des Spiels erfolgt, wird sie von den Schülern nicht als anstrengend oder belastend erlebt.

Andererseits erfolgt die Aktivierung des Geistes im Rahmen von Bewegungsspielen durch die bereits oben genannten Stoffwechselveränderungen bei körperlichen Anstrengungen durch taktile, kinästhetische und andere Sin-

nesreize sowie durch eine Aktivierung von Gehirnarealen, die beim reinen Theorieunterricht weniger aktiviert sind.

Durch Bewegung und Aktivierung des Körpers im Rahmen eines Bewegungsspiels werden außerdem Emotionen hervorgerufen, z. B. Freude, Zusammengehörigkeitsgefühl, Lust (auf mehr Bewegung), Ehrgeiz, Rivalität oder Zufriedenheit. Das Erleben solcher Emotionen innerhalb von Unterrichtseinheiten, die evtl. zunächst nichts mit dem eingefügten Bewegungsspiel zu tun haben, kann die kognitiven Leistungen und das Behalten des Unterrichtsstoffs begünstigen. Menschen erinnern sich eher an Erlebnisse und Inhalte, die mit positiven Emotionen verbunden sind, als an solche, die mit negativen Emotionen belegt sind. Positive Stimmung wirkt sich darüber hinaus positiv auf die Problemlösefähigkeit aus. Somit können durch das Veranlassen positiver Emotionen oder einer positiven Stimmung der Unterrichtsverlauf und die kognitive Leistung der Teilnehmer positiv beeinflusst werden.

Zusammenfassend ermöglicht also eine Aktivierung von Körper und Emotion auch eine Aktivierung der Kognition im Sinne einer Steigerung der Aufmerksamkeit und der Konzentrationsfähigkeit.

Prinzip „Spielen“ im Rahmen von Bewegungsspielen

Zum Thema „Spiel“ sind bereits vielfältige Strukturierungs- bzw. Kategorisierungsversuche, theoretische Zugänge und wissenschaftliche Betrachtungsweisen publiziert worden. Huizinga*) hat eine frühe aber dennoch durchaus noch immer gültige Definition von „Spiel“ formuliert: „Spiel ist eine freiwillige Handlung oder Beschäftigung, die innerhalb

*) (J. HUIZINGA, 1938).

gewisser festgesetzter Grenzen von Zeit und Raum freiwillig angenommenen, aber unbedingt nach bindenden Regeln verrichtet wird, ihr Ziel in sich selber hat und begleitet wird von einem Gefühl der Spannung und Freude und einem Bewusstsein des ‚Andersseins‘ als das ‚gewöhnliche Leben‘.“

Grundsätzlich ist beim Spielen zunächst die Tätigkeit selbst das Ziel. Die beim Spielen beanspruchten, erworbenen und erweiterten Fähigkeiten haben also erst einmal keinen anderen Sinn und Wert, als den des Spielens des Spiels. Diese Fähigkeiten besitzen jedoch eine „Adaptive Potenz“, d. h. sie ermöglichen es den Schülern, sich an neue Situationen anzupassen bzw. mit einem verbesserten Verhalten in bekannten Situationen zu agieren.

Auch bei einer Vielzahl der in diesem Buch vorgestellten Spiele ist die Integration von Unterrichtsinhalten, die zunächst nichts mit dem Spiel zu tun haben (z. B. aus der Asthmaschulung), möglich und häufig sogar gewollt, sodass dieses adaptive Potenzial des Spiels zur spielerischen Einübung von Verhaltensweisen oder zur Wiederholung von Wissen genutzt wird. Somit ermöglichen Bewegungsspiele motorisches, soziales und kognitives Lernen gleichzeitig.

Spielen findet in der Regel abgehoben vom Ernst, vom Arbeiten und vom Lernen statt. Es beinhaltet Freiwilligkeit, Lustbegleitung und Spannungsgefühle. Lust, Freude und Spaß am Spielen sollten somit für die Teilnehmer im Mittelpunkt stehen. Das Spielen wird normalerweise von den Spielern so lange aufrecht erhalten, wie es Lust und Genuss bringt. Die Enttäuschung über eine Niederlage in einem Konkurrenzspiel sollte nie über die Lust und Freude am Spielen dominieren. Die Regeln beim Spielen

werden als „bewusst gesetzt“ gesehen. Sie ergeben sich also nicht aus der Tätigkeit des Spielens selbst, sondern sind künstlich erzeugt und werden kollektiv anerkannt.

Spielen – und insbesondere das Spielen von Bewegungsspielen – ermöglicht daher im Unterricht das „Betreten einer anderen Ebene“. Die Teilnehmer schlüpfen in eine andere Rolle, sie akzeptieren die künstlich (evtl. sogar willkürlich) gesetzten Regeln, sie „steigen aus dem Unterrichtsstoff aus“ und beschäftigen sich mit etwas scheinbar völlig Anderem. Für die Teilnehmer wird es möglich, das unterrichtsbedingt disziplinierte Verhalten mit Fokussierung ihrer Konzentration auf meist theoretische Inhalte abzulegen und natürlichen Bedürfnissen nach Bewegung, Spiel und „Zerstreuung“ – zumindest kurzfristig – freien Lauf zu lassen. Insbesondere im Rahmen von Bewegungsspielen kann dies zur kognitiven Entspannung in Form einer Ablenkung vom Unterrichtsstoff infolge einer Aktivierung anderer kognitiver Leistungen (z. B. Spielregeln, Spieltaktik) genutzt werden. Durch das Spielen werden die Unterrichtsinhalte im Sinne eines Transfers auf eine andere, spielerische Ebene gehoben, was die theoretische Wissensvermittlung sinnvoll ergänzt.

Festzuhalten ist, dass beim Spielen in der Regel zunächst keine Beziehung zur Realität vorhanden ist. Durch die Spielregeln, die „Verpackung“ bzw. „Präsentation“ des Spiels, seine Zuordnung zu realen Situationen oder die Integration von Elementen der Realität ist jedoch eine Verknüpfung mit realen Situationen oder Wirkungs-Folge-Gefügen möglich. Somit ist eine Bearbeitung, Wiederholung oder ein Transfer von Inhalten im Rahmen von Bewegungs- und Pausenspielen eine sinnvolle Ergänzung des Unterrichts.

Prinzip „Lust“

In der Didaktik wurden Unterrichtsverfahren entwickelt, in den Bewegungswissenschaften existieren effektive Trainingsmethoden und aus der Ernährungslehre wissen wir sehr genau, wie und was wir essen sollten. Und doch helfen das beste Training und das beste Unterrichtsverfahren nicht, wenn der Schüler aufgrund mangelnder Lust nicht daran teilnimmt bzw. sich nicht geistig daran beteiligt. Hier wird bewusst das Wort „Lust“ verwendet, da es am ehesten das beschreibt, was das Kind und teilweise auch den Jugendlichen dazu bewegt, an etwas teilzunehmen, sich auf etwas zu konzentrieren, sich Zeit für etwas zu nehmen (und dafür evtl. auf etwas anderes zu verzichten) und sich mit einem Thema zu beschäftigen. Durch das Erleben von Spaß, Freude, Gemeinschaft, Wettkampf und durch Wecken der Sinne im Rahmen altersgerechter, interessanter und attraktiver Bewegungs- und Pausenspiele kann Lust auf Unterricht erzeugt werden – die Grundvoraussetzung dafür, dass der Schüler gerne und im Sinne einer intrinsischen Motivation am Unterricht teilnimmt.

Durch die sinnvolle Integration von geeigneten Bewegungsspielen lässt sich Lust auf Unterricht somit steigern, was den Lernerfolg des Unterrichts wiederum positiv beeinflusst.

Prinzip „Lernen mit allen Sinnen“

Die Bearbeitung eines Unterrichtsthemas oder das Verinnerlichen von Unterrichtsstoff gelingt umso erfolgreicher, je mehr Sinne in diesem Lernprozess angesprochen und eingeschlossen werden. Somit ist mündlich vermittelter Unterrichtsstoff durch eine Visualisierung schon besser und schneller vom Schüler erfassbar und merkbar. Noch größere Lernleis-

tungen sind möglich, wenn weitere Sinne angesprochen werden und eine aktive Gestaltung des Unterrichts, ein Erarbeiten eines Themas oder das Erleben eines Sachverhalts ermöglicht werden.

Bewegungs- und Pausenspiele, deren Spielideen so verpackt und präsentiert werden, dass sie den Unterrichtsstoff der Unterrichtseinheit, in der sie integriert sind, aufgreifen, bieten eine hervorragende Möglichkeit, die Unterrichtsinhalte unter Aktivierung unterschiedlicher Sinne zu wiederholen, zu verinnerlichen und über weitere „Sinneskanäle“ spielerisch aufzunehmen.

Prinzip „Angebot vielfältiger Möglichkeiten und Ideen“

Die hier vorgestellten Bewegungs- und Pausenspiele zeichnen sich durch eine hohe Vielfalt, die große Bandbreite an Variations- und Differenzierungsmöglichkeiten und die Möglichkeit, andere Unterrichtsinhalte zu integrieren, aus. Fast alle vorgestellten Spiele können individuell und situations- oder themenspezifisch „verpackt“ oder „präsentiert“ werden. Die Geschichten, durch die ein Spiel präsentiert wird, sind dabei austauschbar und adaptierbar. Auch die Spielregeln sind meist einfach zu verändern, sodass unzählige Einsatzmöglichkeiten und Einsatzgebiete denkbar sind.

Andererseits bezieht sich dieses Prinzip auch auf die Schüler, die durch diese Vielfalt an Veränderungs- und Adaptionsmöglichkeiten dazu eingeladen und motiviert werden sollen, eigene Änderungswünsche und Regelveränderungen zu äußern, zu erproben und zu realisieren.

Prinzip „Indikationsspezifität“

Bei der Auswahl der Spiele und Übungen müssen die angestrebten Zielset-

zungen sowie die vorliegenden Bedingungen berücksichtigt werden (siehe S. 15 ff.). Eine Vielzahl von Unterrichtssituationen findet außerhalb des regulären Schulunterrichts statt. So wendet sich dieses Buch insbesondere an Trainer und Betreuer im Rahmen von Patientenschulungen (z. B. Asthmaschulungen, Neurodermitisschulungen, Diabetes-schulungen, Adipositas-schulungen, etc.). In diesen Unterrichtssituationen stehen indikationsspezifische Inhalte im Vordergrund. Im Rahmen von Pausen- und Bewegungsspielen bieten sich hervorragende Möglichkeiten, Schulungsinhalte zu wiederholen, anzuwenden oder zu

überprüfen. Auf der anderen Seite sind manche Spiele nur nach einer Veränderung der Regeln für Patienten mit besonderen Indikationen geeignet. So kann es z. B. bei Kindern mit Formen des Asthma bronchiale notwendig sein, durch eine Regeländerung die körperliche Belastung für die Teilnehmer so zu reduzieren, dass es zu keinen anstrengungsbedingten Asthmaanfällen kommt. Grundsätzlich sind in den Beschreibungen der Spiele eine Vielzahl an Differenzierungs- und Variationsmöglichkeiten – teilweise unter Benennung konkreter Indikationen – dargestellt.

Einsatz der Bewegungs- und Pausenspiele

Die Durchführung eines Bewegungsspiels ist nicht automatisch bzw. selbstverständlich mit Erfolg und positiven Effekten gekoppelt. Vielmehr hängen Erfolg oder Misserfolg von einer Vielzahl an Faktoren ab, wie beispielsweise der Auswahl des richtigen Spiels, der optimalen Vorbereitung und Erläuterung sowie einer sinnvollen situationspezifischen Differenzierung.

Besonderheiten und Einsatzmöglichkeiten von Bewegungs- und Pausenspielen

Die Mehrheit der hier beschriebenen Bewegungs- und Pausenspiele unterscheidet sich von „großen“ oder „umfangreicheren“ Spielen bzw. so genannten „Sportspielen“ dadurch, dass sie in der Regel

- geringe materielle, räumliche und organisatorische Anforderungen stellen,
- einen geringen Zeitbedarf haben,
- schon mit wenigen Mitspielern gespielt werden können,
- einfache Regelwerke haben und
- große Differenzierungs- und Variationsmöglichkeiten bieten.

Durch diese Eigenschaften sind die Spiele sehr flexibel in einer Fülle von Situationen anwendbar und jederzeit adaptierbar.

Die zentralen Einsatzmöglichkeiten von Bewegungs- und Pausenspielen werden schon durch ihren Namen benannt. Viele hier vorgestellte Spiele aktivieren den Körper (und wie bereits beschrieben in der Regel auch die Emotion und den Geist), einige „schärfen die Sinne“ in

Form von Wahrnehmungsübungen, andere können zur Wissensüberprüfung eingesetzt werden, wieder andere fördern die Kooperation oder die Vertrauensbildung in der Gruppe und einige sind als Reflexionsübungen einsetzbar. Dabei haben die beschriebenen Spiele gemeinsam, dass sie sich nahezu alle zur Durchführung in kurzen oder längeren Pausen eignen und dass sie alle den Körper ansprechen bzw. ihn in das Spiel einbeziehen. Nur einige wenige Spiele sind etwas umfangreicher, sodass der organisatorische Aufwand und die Spieldauer den zur Verfügung stehenden zeitlichen und strukturellen Bedingungen einer normalen Schulpause nicht gerecht werden.

Somit sind die Einsatzmöglichkeiten der beschriebenen Spiele höchst variabel. Alle Spiele wurden erfolgreich im Rahmen von Schulunterricht, Projekten zur Pausengestaltung, Patientenschulungen, Tagungen, Vorträgen, Kongressen, Workshops, Seminaren, im Sportunterricht, auf Kinderfesten oder Jugendreisen durchgeführt und erprobt. Insbesondere in Situationen, in denen mehrere Kinder, Jugendliche oder Erwachsene eine längere Zeit unter hoher Konzentration sitzend an einem Thema theoretisch arbeiten, entfalten die Spiele ihre größte Wirkung. Grundsätzlich wird der Erfolg jedoch von der Auswahl eines geeigneten Spiels oder von einer situationspezifischen Differenzierung abhängen.

Welches Spiel in welcher Situation?

Um eine Entscheidung darüber treffen zu können, welches Spiel in welcher Situation optimal geeignet ist, müssen



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Lust auf Bewegung

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

