

Bekannte Spiele für draußen und drinnen

ohne Materialien zur Förderung verschiedener Bereiche der Aufmerksamkeit

Bewegungs-
erziehung im
Grundschul-
alter (KmmB)

12/02

Vorbemerkungen/Ziele

Die Aufmerksamkeit, die klare und lebhaft Inbesitznahme des Geistes, ist ein bedeutsamer Stützpfiler bei Alltagshandlungen. Vom Niveau der Aufmerksamkeit hängt es ab, ob Spielaktivitäten längere Zeit aufrechterhalten werden, ob angemessen reagiert wird, Aufgaben und Aktivitäten geplant, organisiert und gesteuert werden oder ob man sich ablenken lässt.

Die Aufmerksamkeit ist in Bewegungs-, Spiel- und Sportsituationen ein zentrales Mittel, um ausreichende Körper-Ich-, materiale, räumliche und soziale Kompetenzen erwerben zu können (ablenken, verlieren, zuhören, Wechsel von Aktivitäten). Sie ist die Voraussetzung für motorische Fertigkeiten und Kenntnisse. Weil sich das Aufmerksamkeitsniveau aus verschiedenen Komponenten zusammensetzt, sollten auch die verschiedenen Bereiche der Aufmerksamkeit gefördert und in Bewegungsstunden als Haupt- oder Teilschwerpunkte berücksichtigt werden.

Manche Konzentrationsspannen lassen sich beispielsweise bereits schon dadurch erweitern, dass auf eine altersangemessene Rhythmisierung von Spannung und Entspannung geachtet wird. Das gleiche bewirkt ein Schwerpunktwechsel bei bereits Bekanntem oder ein Wechsel der Sinne (Ohr, Auge), die angesprochen werden.

Manche der nachfolgenden Beispiele können verschiedenen Komponenten der Aufmerksamkeit zugeordnet werden. Entscheidend für die Einordnung ist das jeweilige Zeitmaß der Aufmerksamkeitsbereitschaft.

Zeit:

60 - 90 Minuten

Teilnehmer/innen: 6 - bis 8-jährige Kinder

Ort: Draußen oder drinnen



Stundenverlauf / Inhalte

● = Inhalt

□ = Organisation

EINSTIMMUNG

□ Kinder betreten das Bewegungsfeld und bewegen sich nach Lust und Laune

● Sitzkreis

● Geburtstagskinder werden beglückwünscht und ein Geburtstagslied gesungen

SCHWERPUNKT

□ **Spiel: Verkehrspolizist**

Es werden vier Gruppen gebildet, die in den Ecken eines quadratischen Raumes stehen. Der ÜL ist der „Polizist“, der in der Mitte steht. Wenn er die Arme ausbreitet, ist dies ein Signal für die Gruppen, ihre Ecke zu verlassen und in die jeweilige Ecke zu laufen, die durch die andere Gruppe frei wird.

(Weiteres mögliches Spiel: Ochs am Berg)

□ **Spiel: Rot und Grün**

Zwei Teams „Rot“ und „Grün“ stehen sich in der Raummittle, durch eine Zone getrennt (2 m), gegenüber. Wenn der ÜL „Rot“ ruft, versucht das Team „Rot“, die Flüchtenden der Mannschaft „Grün“ zu fangen. Diese versucht, eine rettende Linie zu erreichen.

(Weiteres mögliches Spiel: Komm mit - Lauf weg)

Absichten / Gedanken

● = Absichten / Gedanken

➤ = Hinweis

● Ausleben des Bewegungsbedürfnisses
➤ Festes Ritual zwecks Orientierung/
Gewohnheiten

● Förderung der Aufmerksamkeits-
aktivierung (Reaktionsbereitschaft
oder kurzfristige Aktivierung)
Aspekt: Nach vorherigem Hinweisreiz
reagieren
➤ Wechsel der Sinnesreize

● Förderung der Aufmerksamkeits-
aktivierung
Aspekt: Ohne vorherigem Hinweis-
reiz reagieren
➤ Wechsel der Sinnesreize



**Autor:
Dr. Klaus
Balsler**

Stundenverlauf / Inhalt

☐ Spiel: Atomspiel

Die Kinder laufen zur Musik durch den Raum. Bei Musikstopp ruft der/die ÜL eine Zahl, entsprechend der genannten Zahl finden sich die Kinder zusammen.

Variation: Die genannte Zahl wird mit einer Aufgabe verbunden, z.B. „drei Knie berühren sich“.

(Weiteres mögliches Spiel: Roboter)

☐ Kinder wählen zwischen Kreismeditation oder Ruhe-Oase

☐ Spiel: Schlangenkopffangen

Zwei Teams (ca.5-7 Kinder): Die Kinder jedes Teams (Schlange) stehen hintereinander und halten sich an den Schultern ihrer Vorderleute fest. Jede Schlange versucht nun, mit ihrem Kopf (erstes Kind) das Schwanzende der anderen Mannschaft (letztes Kind) zu fangen, ohne selbst gefangen zu werden. Zerrißt eine Schlange oder wird ihr Schwanzende abgeschlagen, hat die andere Mannschaft gewonnen.

Variation: Die Schlange hält sich an einem Seil fest.

(Weiteres mögliches Spiel: Schattenlaufen)



☐ Spiel: Fahrzeugspiel

Die Kinder spielen Autos, die sich in verschiedenen Geschwindigkeiten bewegen. Auf Zuruf „erster Gang“, „zweiter Gang“ etc. erfolgt eine Anpassung an die Geschwindigkeit.

(Weiteres mögliches Spiel: Hundehütte)

● Förderung der Daueraufmerksamkeit (Aktivierungsgrad gleichmäßig über einen längeren Zeitraum beibehalten)

➤ Wechsel der Sinnesreize

AUSKLANG

Entspannungsspiel; partnerweise massieren

☐ Spiel: Sonne und Regen:

Partnerweise (Partner selbst gewählt). Ein Kind sitzt auf dem Boden, das andere Kind kniet dahinter. Das dahinter kniende Kind legt seine Hände auf den Rücken, nicht auf die Wirbelsäule des sitzenden Kindes. Der ÜL erzählt eine kurze Geschichte und das kniende Kind überträgt die Symbolik auf das sitzende Kind, z.B. „Die Sonne scheint“ = Hände liegen rechts und links neben der Wirbelsäule; „Ein feiner Regen fällt“ = ganz zart mit den Fingerspitzen klopfen,etc.

● Festes Ritual zwecks Entspannung/ Nutzen der Ruhe



☐ Sitzkreis

Abschlussgespräch über die Schwerpunkte der Bewegungseinheit. Interessen und Wünsche der Kinder für die nächste Stunde erfragen

● Festes Ritual zwecks Orientierung/ Gewohnheiten/Übertragung in den Lebensalltag

Absichten / Gedanken

● Förderung der selektiven Aufmerksamkeit (schnell und zuverlässig auf wichtige Reize reagieren)

➤ Wechsel der Sinnesreize

● Festes Ritual zwecks Entspannung/ Nutzen der Stille

● Förderung der geteilten Aufmerksamkeit (zwei Aufgaben gleichzeitig bewältigen)

➤ Wechsel der Sinnesreize