

Mit Piraten unterwegs – spielerische Förderung turnspezifischer Basiskompetenzen

Klassen 1 und 2

Ein Beitrag von Christiane Bohn, Münster

Illustrationen: Bettina Weyland, Wallerfangen und Julia Lenzmann, Stuttgart

Den Körper im Flug zu erleben, mit dem Kopf nach unten zu hängen oder sein eigenes Körpergewicht zu stützen, sind für viele Kinder neue, spannende Erfahrungen. Bewegungslandschaften bieten ihnen Möglichkeiten, sich diesbezüglich auszuprobieren. In eine Piraten-Geschichte eingebettet, werden erste turnerische Bewegungsgrundformen spielerisch angebahnt.



Auf der Suche nach dem Schatz

Das Wichtigste auf einen Blick

Lernbereich:

Turnen und Gymnastik, Bewegen an Geräten

Inhalten:

- Förderung grundlegender turnspezifischer Bewegungsformen
- Anbahnung erster turnerischer Fertigkeiten

Kompetenzen:

- den Körper im Gleichgewicht halten
- Körperspannung erfahren und aufbauen
- den Körper im Fliegen, Schwingen, Rollen, Schwingen, Schaukeln und Stützen erfahren
- den Körper in verschiedenen Positionen halten können

Klassen: 1 und 2

Dauer: 3 Unterrichtsstunden

Organisatorisches:

Der Aufbau kann zeit- und materialaufwendig sein. Es empfiehlt sich, vor Unterrichtsbeginn mit anderen Kollegen im Team aufzubauen und die Bewegungslandschaft mit mehreren Klassen über einen Tag zu nutzen.



Alle Materialien finden Sie auf der **beiliegenden CD 22** in veränderbarer Form.

Was sollten Sie zu diesem Thema wissen?

Grundlegende Bewegungserfahrungen durch Turnen

Kinder lieben es, zu klettern, zu schwingen und zu schaukeln und für sie ungewöhnliche Bewegungserfahrungen zu sammeln. Die veränderte Lebenswelt der Kinder, insbesondere das Spielen in und auf kleinem Raum, lässt viele dieser Bewegungen kaum noch zu. Nicht umsonst erfreuen sich Indoor- oder Abenteuerspielplätze großer Beliebtheit. Das Turnen bietet Kindern unterschiedlichen Alters spannende Erfahrungen, da es viele unterschiedliche Bewegungsformen, besonders an Großgeräten, ermöglicht. Beim Turnen im Schulsport können auch Schülerinnen und Schüler¹ erreicht werden, denen sich aufgrund ihrer Lebensumstände keine Möglichkeit bietet, solche grundlegenden Bewegungserfahrungen zu sammeln.

¹ Im weiteren Verlauf wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit nur „Schüler“ verwendet.

Bewegungslandschaften und -parcours im Schulsport

Die Unterrichtseinheit bietet den Kindern durch die Aufbauten und deren Variationsmöglichkeiten die Chance, erste grundlegende Erfahrungen im Umgang mit dem eigenen Körper in verschiedenen Positionen wie Hang oder Stütz zu machen, ihre Körperspannung zu regulieren oder sich im Gleichgewicht zu halten. Erste turnerische Bewegungsformen wie Rollen oder Stützen werden spielerisch erprobt. Durch offene Lösungswege beim Überwinden der Gerätearrangements erweitern sie ihr Bewegungsrepertoire, durch das gemeinsame Durchlaufen der Stationen zu zweit werden wichtige Grundlagen für das gegenseitige Helfen und Sichern im Turnen sowie Vertrauen und Kommunikation (Sozialkompetenz) geschaffen. Die Begleitung des Stationsbetriebs durch eine Bewegungsgeschichte oder das Sammeln von Stempeln o. Ä. an den einzelnen Stationen stellt einen weiteren Anreiz für das strukturierte Durchlaufen des Parcours dar.

Da sich Erstklässler sowohl hinsichtlich des Entwicklungsstands im Allgemeinen und erster turnerischer Vorerfahrungen im Besonderen unterscheiden, kann es sinnvoll sein, Variationen der Stationen, und damit des Schwierigkeitsgrades, anzubieten (z. B. unterschiedliche Absprunghöhen). Durch offene Bewegungsangebote und keine Vorgaben, wie die Kinder die Geräte überwinden sollen, können sie selbst Lösungsmöglichkeiten finden, die ihrem aktuellen psychophysischen Entwicklungsstand entsprechen. Dies kommt insbesondere unerfahrenen oder ängstlichen Kindern entgegen.

Worauf müssen Sie bei der Vorbereitung und Durchführung achten?

Sichten Sie im Vorfeld, welche Geräte in welcher Anzahl vorhanden sind. Im Idealfall kann die Bewegungslandschaft vor Unterrichtsbeginn mit Kollegen im Team aufgebaut werden, um dann über den ganzen Schultag von verschiedenen Klassen genutzt zu werden. Die Kinder können in den Aufbau eingebunden werden, benötigen diesbezüglich aber erste Vorerfahrungen mit dem Transport und dem Aufbau von Geräten. Das Ausfahren der schwingenden Ringe und der Aufbau des Minitrampolins müssen durch Sie oder einen zweiten Erwachsenen erfolgen.

Alle Aufbauten sind im möglichen Sturz- bzw. Fallbereich ausreichend mit Matten abzusichern. Zu berücksichtigen ist auch, dass sich Belastungsgrenzen einzelner Geräte durch eine „Zweckentfremdung“ (z. B. Einhängen einer Langbank in eine Sprossenwand) verändern können. Beachten Sie dazu die Sicherheitsvorgaben der Unfallkassen (siehe Medienhinweise).

Generell sollten Sie die Aufbauten vor Inbetriebnahme, insbesondere wenn die Kinder mitgeholfen haben, nochmals auf deren Sicherheit überprüfen, z. B.: Sind Barrenholme, Reckstangen und Ringe fixiert? Wurden Stolperfallen durch Mattenüberlappungen ausgeräumt? Sind die Abstände zwischen den Stationen ausreichend? Sie sollten nicht an einer Station zur Sicherheits- oder Hilfestellung gebunden sein und sich frei bewegen können, um die Übersicht zu behalten und um jederzeit eingreifen zu können.

Mit Piraten unterwegs – die Unterrichtseinheit im Überblick

| Std. | Worin liegt der Stundenschwerpunkt? | Was benötigen Sie? | Was müssen Sie vorbereiten? |
|------|-------------------------------------|---|---|
| 1 | Schatzsuche auf der Pirateninsel | <p>M 1: Piraten-Geschichte M 2: Piraten-Gymnastik M 3: Lehrmaterial: Hinweise zu den Stationen M 4: Stationskarten</p> <p><u>Geräte:</u> 1 Parallelbarren, 1 Bock/Pferd, 2 große Kästen, 3 kleine Kästen, 3 Langbänke, 10–12 Medizinbälle, 2 Weichbodenmatten, kleine Matten</p> <p><u>Zusatzmaterial:</u> ca. 8 Gymnastikseile, ggf. Sandsäckchen</p> | <p>ggf. Geräteaufbau vor Unterrichtsbeginn ggf. Laufzettel, Aufkleber/Stempel bereitlegen Schatz vorbereiten (Kästchen mit Süßigkeiten o. Ä.)</p> |
| 2 | Piraten-Olympiade | <p>M 5: Lehrmaterial: Hinweise zu den Stationen M 6: Stationskarten</p> <p><u>Geräte:</u> 1 Minitrampolin, 1 Kanne, 1 Sprungbrett, 3–4 große Kästen, 4–5 kleine Kästen, 1 Weichboden-/Niedersprungmatte, kleine Matten</p> <p><u>Zusatzmaterial:</u> 6–8 Gymnastikreifen</p> | <p>ggf. Geräteaufbau vor Unterrichtsbeginn ggf. Laufzettel, Aufkleber/Stempel bereitlegen</p> |
| 3 | Mit dem Piratenschiff auf hoher See | <p>M 7: Lehrmaterial: Hinweise zu den Stationen M 8: Stationskarten</p> <p><u>Geräte:</u> 1 Reck, 1 Parallelbarren, 1 Kanne, 1 Tau, 2 große Kästen, 2 Weichboden-/Niedersprungmatten, 1–2 kleine Kästen, kleine Matten</p> <p><u>Zusatzmaterial:</u> Gymnastikseile, ggf. Sandsäckchen</p> | <p>ggf. Geräteaufbau vor Unterrichtsbeginn ggf. Laufzettel, Aufkleber/Stempel bereitlegen</p> |



Wie können Sie den Aufbau der Einheit variieren?

Die Stunden können beliebig variiert und die Rahmengeschichte entsprechend angepasst werden. Weitere Variationen ergeben sich durch das Weglassen oder den doppelten Aufbau einzelner Stationen und einer veränderten Aufgabenstellung (strukturierter Stationsbetrieb oder freies Ausprobieren).

M 2

Piraten-Gymnastik

Bevor die mutigen Piraten an Land gehen, müssen sie testen, wie stark sie sind. Geht zu zweit zusammen und probiert die folgenden Übungen aus. Wechselt euch ab.

Eine Planke anheben

Umfasst die Fußgelenke eures Partners, der sich wie ein Brett anspannt. Hebt ihn langsam an.



Proviand an Land karren

Fasst euren Partner an den Oberschenkeln. Er spannt seinen ganzen Körper an. Versucht, ihn wie eine Schuttkarre vorwärtszuschieben.



Schaukelnder Matrose

Geht zu dritt zusammen. Einer von euch stellt sich in die Mitte und macht sich steif wie ein Brett. Schaukelt ihn vorsichtig hin und her.

