

Vorspiel

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

wir alle wissen, wie bedeutsam viel Bewegung für die körperliche und geistige Entwicklung von Grundschulkindern ist. Aber außerhalb des Sportunterrichts ist dafür oft nur wenig Raum vorhanden. Darum haben wir für diese Karteikartensammlung Spielideen zusammengetragen, die Sie meistens auch unter den engen räumlichen Bedingungen im Klassenraum durchführen können, die so gut wie keine Vorbereitung benötigen und für die auch keine schwierig zu besorgenden Materialien gebraucht werden – alles geht spontan, schnell und unkompliziert. Spielerisch, fröhlich und alltagstauglich. Aber deswegen nicht anspruchslos!

Die hier vorgeschlagenen Bewegungsspiele tragen nicht nur zur Kompensation von langem Stillsitzenmüssen bei, sondern fördern unterschiedlichste Aspekte der Motorik. Auf der nächsten Seite stellen wir Ihnen die fünf wichtigsten Förderbereiche dieser Spielesammlung genauer vor. Einen detaillierten Index aller mit den Spielen verknüpften Lernziele finden Sie am Ende des Buchs. Das ist ja das Besondere an unserer Spielauswahl: Es geht nicht um einseitige Tobespiele, sondern um Aktionen, bei denen Kopf und Bauch, Herz und Hand gefordert sind. Körper und Geist werden gefördert. Es geht um Wahrnehmung und sprachliches Verständnis, um Sich-Hineinfühlen und Sensibilität – und das alles mit viel Spaß und der einen oder anderen körperlichen Herausforderung. Mehrere Spiele können auch zu einer Spielkette kombiniert werden. Eine Planungshilfe dafür stellen wir Ihnen im Download-Material zur Verfügung ( M1).

Zwei weitere Besonderheiten kennzeichnen diese Spielesammlung: Sie können sie als Buch oder als Kartei nutzen. Die Kartenblätter sind perforiert und können – einzeln herausgetrennt – in den Unterricht mitgenommen werden. Außerdem haben wir auf jeder Spielkartei nach der Hauptspielregel Vorschläge für Differenzierungen und Varianten aufgeschrieben. Gerade bei körperbetonten Spielen sind einige Schüler im Vorteil und andere im Nachteil. Damit alle zu fairen Bedingungen mitspielen können, wurde jedes Spiel mit Ideen zur Vereinfachung, Abwandlung und Differenzierung ergänzt.

Bei der Formulierung der Spielregeln haben wir zugunsten der Lesefreundlichkeit nur die männliche Sprachform verwendet. Aber selbstverständlich sind immer alle Anwesenden gemeint und eingeladen, mit viel Freude und Energie mitzuspielen. Auch Sie, wenn Sie mögen.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Schülerinnen und Schülern dabei viel Spaß und Erfolg!

Ulrich Baer und Marietheres Waschk, im Juni 2014

Spielanlässe und -ziele

Auflockerung: Kurze, schnelle Bewegungsspiele verschaffen der ganzen Klasse die oft nötige Abwechslung und Aufmunterung. Diese Spiele bringen den Kreislauf in Schwung und regen damit auch die Gehirnaktivität an. Durch den Spielspaß tragen sie zu einer munteren, motivierenden Stimmung in der Klasse bei.

Körperwahrnehmung: Da die meisten physischen Aktivitäten des Menschen automatisch und unbemerkt ablaufen, gehört es zur Entwicklung von Identität und Persönlichkeit, seinen Körper bewusst wahrzunehmen und eine Sensibilität für Bewegungen und Berührungen zu erlangen. Die Spiele mit diesem Schwerpunkt verstärken die Aufmerksamkeit für den eigenen Körper und den der Mitspieler.

Entspannung und Konzentration: Besonders lebhafte Spiele sollten mit ruhigen Bewegungsspielen ergänzt werden. Sie bringen nicht nur Abwechslung, sondern tragen auch zur Differenzierung des Bewegungsspektrums der Schüler bei.

Kooperation und Abenteuer: Bei diesem Schwerpunkt geht es um körperliche und geistige Abenteuer: Die Spielaufgaben müssen durch klug abgesprochene und geschickt ausgeführte Aktionen bewältigt werden – womit sie zu geistiger Aktivität und zum sozialen Lernen anregen.

Fitness: Bei diesen Spielen entdecken die Schüler, dass gymnastisch anspruchsvolle Bewegung auch viel Spaß machen kann. Diese sehr lebhaften und ab und zu anstrengenden Spiele bewirken keine systematische, sondern eine unspezifische körperliche Ertüchtigung und fördern die allgemeine Motivation zum Bewegen.