## Prinzip:

Hierbei handelt es sich um eine Reflexionsrunde mit vorgegebenen Satzanfängen. Diese Methode eignet sich als Zwischenauswertung, zum Beispiel nach einer Partner- oder Gruppenarbeit an Stationen, nach einem Mannschaftsspiel oder am Ende einer Sportstunde. In einer Gesprächsrunde mit Meldung durch Handzeichen sagt jeder Schüler, der möchte, kurz und knapp etwas zur Übung/zum Spiel/zum Ablauf. Dabei sollten die Aussagen von den anderen Kindern nicht kommentiert oder diskutiert werden.

## Vorgehen:

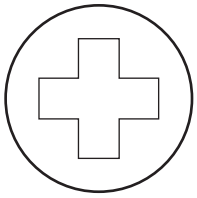
Mit einem stummen Impuls werden zum Beispiel am Ende der Stunde für alle sichtbar (1–4) Reflexionskarten passend zu den Stundeninhalten in die Kreismitte gelegt. In einem flotten Unterrichtsgespräch oder einer Art Blitzlichtrunde werden die Satzanfänge von den Schülern vervollständigt. Dabei können auch eigene Satzmuster verwendet werden. Auf Kritik sollte aber auch unbedingt immer ein Lob folgen.

## Vorteile:

Wenn den Kindern Zeit für einen Rückblick gegeben wird, kann das Erlebte und Erfahrene gut verarbeitet werden, zur Erinnerung werden und reifen. In der Reflexionsrunde werden die Kinder lernen, sich selbst einzuschätzen. Sie erkennen, wo ihre persönlichen Stärken und Schwächen liegen. Außerdem lernen sie, Kritik anzunehmen und auch selbst konstruktive Kritik zu üben. Ebenso wird das Reflektieren der Zusammenarbeit eingeübt. Die Schüler trainieren des Weiteren, über das neu erworbene Wissen zu reflektieren und ihren eigenen Lernzuwachs zu erkennen.

## Reflexionskarten

Besser wäre gewesen, wenn …



Ich fand leicht/schwer, dass …

VORSCHAU

Silvia Segmüller-Schwaiger: Sternstunden Sport – Klasse 1 und 2
© Auer Verlag

netzwerk lernen

zur Vollversion

Besonders gut gefallen
hat mir, dass …

Ich habe einen Tipp
zur Station …

Blanko-Reflexionskarten

VORSCHAU

ilvia Segmüller-Schwaiger: Sternstunden Sport – Klasse 1 und 2
© Auer Verlag

netzwerk lernen
zur Vollversion

# Dschungelgeschichte mit Yogastellungen

Hauptteil
(22 Minuten)

Du steigst in ein Taxi und machst dich auf die Reise in den Dschungel.

**Der Baum**
Mitten im Dschungel angekommen, lässt dich der Taxifahrer aussteigen und du stehst unter vielen Bäumen. Ein Baum fällt dir gleich auf. Er ist besonders groß und prächtig. Er hat tiefe Wurzeln und viele verzweigte Äste.

**Der Leopard**
Ein Leopard ruht sich auf einem seiner dicken Äste aus. Er genießt die Ruhe und den Schatten.

**Der Tiger**
Weiter entfernt siehst du einen Tiger. Er bewegt sich stolz und ruhig.

**Das Blatt** (Ausgleichsübung)
Ein Windstoß wirbelt die Blätter des großen Baumes durcheinander.

**Der Schmetterling**
Da fliegt ein wunderschöner Schmetterling aus dem Blätterwirrwarr über deinen Kopf hinweg.

**Die Kobra**
Wie der Schmetterling so seine Kreise flattert, entdeckt er am Boden eine schlafende Kobra und setzt sich auf sie. Das kitzelt die Kobra, sie wacht auf und erhebt sich.

**Das Blatt** (Ausgleichsübung)
Die Kobra schlängelt sich fort und versteckt sich auf einem Ast mit vielen Blättern.

**Der Löwe**
Noch ein anderes Tier ist an diesem Tag unterwegs. Es ist der König der Dschungeltiere, der Löwe. Er springt auf einen hohen Felsen. Mit erhobenem Haupt setzt er sich und brüllt.

**Die (Schulter)brücke**
Du legst dich ganz flach auf den Boden. Der Löwe hat dich nicht gesehen. (Die Kinder atmen tief in den Bauch ein und aus und entspannen.)
Da siehst du eine Brücke. Auf der anderen Seite der Brücke wartet schon das Taxi.
Die Reise durch den Dschungel hat dich entspannt. Du steigst in das Taxi und fährst nach Hause.

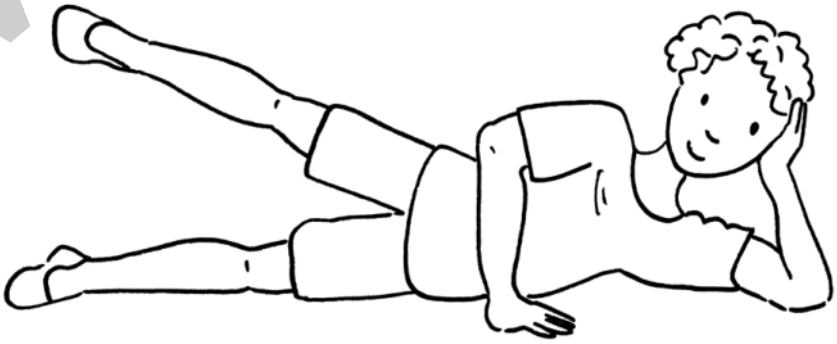
VORSCHAU

Silvia Segmüller-Schwaiger: Sternstunden Sport – Klasse 1 und 2
© Auer Verlag

netzwerk lernen
Eine entspan
zur Vollversion

## Der Baum

## Der Leopard



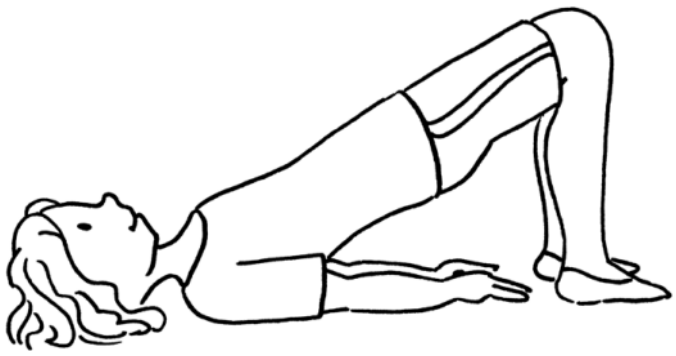
VORSCHAU

ilvia Segmüller-Schwaiger: Sternstunden Sport – Klasse 1 und 2
© Auer Verlag

netzwerk lernen
Eine entspan
zur Vollversion

## Der Löwe

## Die Schulterbrücke



VORSCHAU

ilvia Segmüller-Schwaiger: Sternstunden Sport – Klasse 1 und 2
© Auer Verlag

netzwerk lernen
Eine entspan
zur Vollversion