



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Sportunterricht ist anders – Eine Einführung	6
Aufbau des Buches	8
1. Spezifischer Bildungsbeitrag sowie Ziele und Inhalte des Sportunterrichts	9
2. Bewegungspädagogische Grundlagen	10
2.1 Die Psychomotorik als grundlegendes Konzept	10
2.2 Bewegung als Dialog und Bewegungslernen als Erfahrungslernen	11
2.3 Gesundheitsförderung im Sinn von „Empowerment“	12
3. Inhalte des Sportunterrichts	15
3.1 Spielen	15
3.2 Turnen an Geräten und Bewegungskünste	20
3.3 Bewegen mit und ohne Gerät gymnastisch, rhythmisch, tänzerisch gestalten	25
3.4 Laufen, Springen, Werfen	32
3.5 Bewegen im Wasser	38
3.6 Rollen, Fahren, Gleiten	41
3.7 Miteinander und gegeneinander kämpfen	44
4. Sportunterricht inszenieren	49
4.1 Zusammenhänge zwischen Methode und Ziel	49
4.2 Inszenierungsformen und Anforderungen an den Lehrer	52
4.3 Phasen des Sportunterrichts	54
5. Besonderheiten des Fachs Sport	56
5.1 Unterrichtszeit	56
5.2 Unterrichtsbeginn	57
5.3 „Kleiderregeln“	57
5.4 Umgang mit „Turnbeutelvergessern“	58
5.5 Auf- und Abbauen	59
5.6 Mitmachen – Vormachen	59
5.7 Umgang mit Geschlechtern	60
5.8 Beanspruchung der Stimme	60
6. Besonderheiten des Unterrichts im 1. Schuljahr	62
6.1 Die ersten Wochen	62
6.2 Stundenanfang und Stundenende	65
6.3 Selbstständig arbeiten	



7. Anleitungen und Tipps zur Unterrichtsplanung	67
7.1 Methodenvielfalt – Tipps für eine abwechslungsreiche Unterrichtsgestaltung (Einstimmung/Hauptteil/Ergebnissicherung und Reflexion)	67
7.2 Gruppen und Teams bilden	73
7.3 Bewegungsfelder im Jahresplan	74
8. Exemplarische Stundenbilder aus verschiedenen Bewegungsfeldern für Einzel- und Doppelstunden	77
8.1 Spielen: Einzelstunde „Ein Fangspiel weiterentwickeln“	77
8.2 Spielen und Rollen, Fahren, Gleiten: Doppelstunde mit zwei Themen „Ballwerkstatt und Pedalo“	79
8.3 Turnen an Geräten und Bewegungskünste: Doppelstunde „Zirkus Pling-Plong“	85
8.4 Bewegen mit und ohne Handgerät gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten: Doppelstunde „Aller guten Dinge sind acht – Tanzpuzzle“, Einzelstunde „Im Land der Trolle“	88
8.5 Laufen, Springen, Werfen: Doppelstunde „Weitwerfen – aber wie?“, Doppelstunde „Schnelle Laufbahnen aus Kartons bauen“	95
8.6 Bewegungsfeldübergreifend: Doppelstunde „Bewegungsbedeutung Springen“ ..	100
8.7 Miteinander und gegeneinander kämpfen: Doppelstunde „Einführung in Partnerkämpfe – Abwehr und Angriff“	106
9. Leistungen im Fach Sport bewerten	109
9.1 Erzieherische Bedeutung des Leistens	109
9.2 Leistungen feststellen und bewerten	109
9.3 Gegenstände und Formen der Leistungsfeststellung und Bewertung	110
9.4 Leistungsfeststellung und Bewertung in verschiedenen Bewegungsfeldern	111
9.5 Bewertung überfachlicher Leistungen	115
10. Sportgeräteaufbau und allgemeine Sicherheitshinweise	118
10.1 Auf- und Abbau	118
10.2 Großgeräteaufbau – aber sicher	119
10.3 Absicherung von Geräteaufbauten	124
10.4 Kleingeräte	124
Literaturverzeichnis	127



Vorwort

„Sport ist das schwerste Fach, fachfremd zu unterrichten. Ich glaube, jedes Fach lässt sich irgendwie unterrichten, aber Sport ist am schwersten und deshalb ist auch das Problem mit der Fortbildung sehr schwierig.“

(Deutscher Sportbund e.V. 2006, S. 246)

Das angeführte Zitat aus einem Interview mit der Schulleiterin einer Grundschule, das im Rahmen der sogenannten SPRINT-Studie des DSB, einer großangelegten Untersuchung zur Situation des Schulsports in Deutschland, geführt wurde, drückt unsere Bedenken, die wir im Vorfeld der Arbeit an diesem Buch hatten, sehr gut aus. Sport(-Unterricht) ist an Leiblichkeit und Bewegung gebunden, daher lässt sich vieles nicht ausschließlich theoretisch erlernen beziehungsweise vermitteln.

Dies betrifft in erster Linie das eigene Bewegen, aber auch die Vermittlungsbemühungen des Lehrers¹ im Sportunterricht. Wir erachten es daher als äußerst problematisch, sich allein aufgrund von Fachliteratur auf dieses Unterrichtsfach vorzubereiten. Praktische Fortbildungen sollten unbedingt ergänzend dazukommen. Dennoch kann beides in keiner Weise das Fachstudium und die fachspezifische Lehrerausbildung ersetzen.

Obwohl wir mit diesem Buch eine Grundlage für das fachfremde Unterrichten des Fachs Sport anbieten, plädieren wir dafür, dass Sport in aller Regel nur von für das Fach voll ausgebildeten Lehrkräften unterrichtet werden sollte.

Gleichwohl sind wir uns bewusst, dass Sportunterricht in der Grundschule aufgrund des Fehlens von Fachkräften in großem Umfang fachfremd unterrichtet wird. Diesen Lehrern hoffen wir, mit diesem Buch hilfreiche Hinweise und Tipps geben zu können und sie gleichzeitig zu motivieren, sich in Sport-Fortbildungen weiterzuqualifizieren.

Heike Beckmann und Andrea Probst



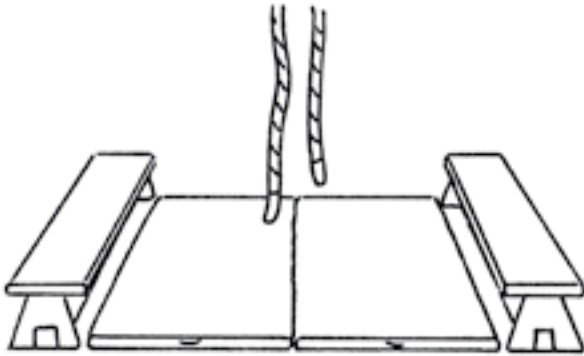
Um eine bessere Orientierung zu gewährleisten, werden Spiele und Bewegungs-ideen innerhalb der Einheiten dieses Buches mit diesem Symbol dargestellt.

¹ Aufgrund der besseren Lesbarkeit ist in diesem Buch mit Lehrer auch immer die Lehrerin gemeint.



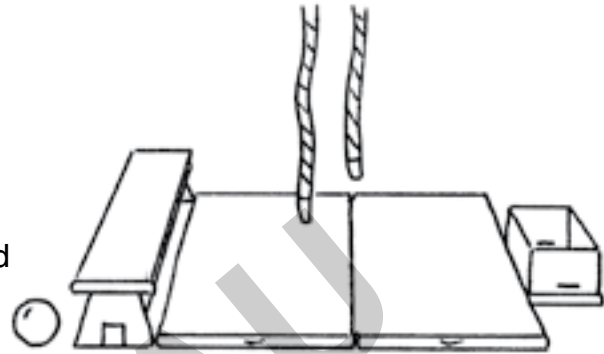
Spielerische Aufgaben zum Schwingen:

 **Über den Fluss**



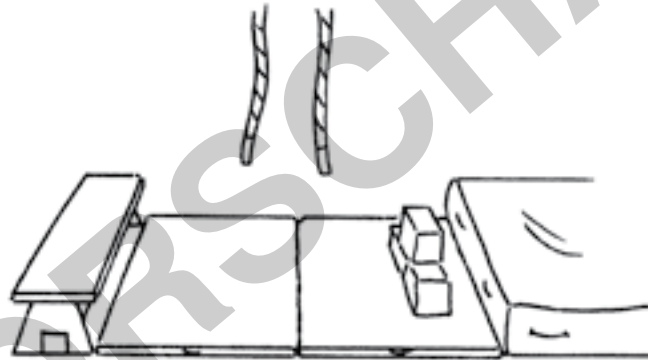
 **Schatztransport**

Der Ball soll zwischen den Füßen eingeklemmt und in den Kasten befördert werden.



 **Über etwas hinüber schwingen**

Die Schaumstoffteile dürfen nicht berührt und umgestoßen werden. Die Höhe und Breite des Turmes bestimmen die Kinder selbst.



 **„Kopfunter-Sein“**

Die Erfahrung, mit dem Kopf nach unten zu sein und sich aus eigener Kraft halten zu können ist eine spezifische Erfahrung des Lern- und Erfahrungsfeldes „Turnen und Bewegungskünste“. Die Welt wird quasi für einen Moment aus einem völlig anderen Blickwinkel betrachtet. Die bekanntesten Techniken aus dem Turnen sind das Rad sowie Kopf- oder Handstand. Diese Übungen erfordern Stützkraft und Körperspannung. So wird das gesamte Körpergewicht im Handstand auf den Händen ausbalanciert. Gerade die Kopfunter-Positionen werden oft als Bewegungskunststücke empfunden – wenn Kinder sie beherrschen, werden sie immer wieder gerne und stolz präsentiert. Entsprechend könnte man Übungseinheiten zum Thema Gestalten und Präsentieren inszenieren, z. B. im Rahmen des „Zirkus Pling-Plong“ (vgl. Kapitel 8).

Mithilfe der Turngeräte ist es für jeden Schüler möglich, Kopfunter-Positionen zu erfahren. Man kann in den Knien am Reck hängen, mit dem Kopf zwischen zwei Kästen eine Art Kopfstand ausführen, an den Tauen oder Ringen kopfunter hängen, mithilfe von anderen im Handstand stehen usw. So könnte man zunächst verschiedene Geräte zur Verfügung stellen. Die Kinder bekommen die Aufgabe, an jedem Gerät Kopfunterpositionen auszuprobieren. Danach könnte man thematisieren, welche Fähigkeiten wichtig sind, z. B. Körperspannung, Griffsicherheit etc.,





Vorschläge der Kinder könnten als Aufgabe und Anregung für die gesamte Klasse aufgenommen werden. Zum Beispiel könnte man die Ideen fotografisch festhalten und in der nächsten Stunde als Bewegungsvorschlag präsentieren. In einer Folgestunde sollen die Schüler nach einer kurzen Wiederholung in Kleingruppen die in den vorherigen Stunden gefundenen Positionen in repräsentative Standbilder einbauen (jedes Kind der Kleingruppe muss beteiligt sein). Der Lehrer gibt Tipps und unterstützt den Prozess. Die schönsten Standbilder jeder Gruppe werden präsentiert. Zusammen mit anderen Kindern ergeben sich schnell großartige Bilder.

Beispiele für Kopfunterpositionen:



3.3 Bewegung mit und ohne Handgerät gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten

Kernideen dieses Bewegungsfeldes sind die Auseinandersetzung mit dem eigenen Bewegungspotenzial und der Fähigkeit, Bewegung als Ausdrucksmittel zu nutzen. Bei der Benennung des Lernfeldes werden häufig drei Herangehensweisen zusammengefasst:

- Gymnastik,
- Rhythmik,
- Tanz.

Während Rhythmik eine eher übergreifende Kategorie ist, ist es schwierig, Gymnastik und Tanz scharf voneinander zu trennen. Gymnastik hat traditionell viel mit „Körpererfahrung und Bewegungsbildung“ zu tun. Im Bereich des Sports denkt man vielleicht an Rhythmische Sportgymnastik oder auch an gesundheits- und fitnessfördernde Angebote aus Studio und Verein. Tanz verbindet man eher mit dem Gestalten von Bewegung und mit Aufführungen, also einem expressiven Umgang mit Bewegung (vgl. Heusinger von Waldecke 2009). Eine klar definierte Trennung würde an dieser Stelle zu weit führen, aber beide Bereiche beinhalten ähnliche bildungsrelevante Erfahrungen, die im Unterricht thematisiert werden sollten. Die Schüler sollen lernen, den eigenen Körper und die eigenen Bewegungsmöglichkeiten bewusst wahrzunehmen, Bewegungen nach eigenen Vorstellungen zu formen und sich körperlich auszudrücken. Das bedeutet, dass die unterschiedlichen Disziplinen, die Tanz oder Gymnastik bieten – von Jazzdance, Ballett, Rhythmischer Sportgymnastik, funktioneller Gymnastik, Aerobic, bis hin zu Hip-Hop oder Volkstanz – zwar als thematischer Rahmen dienen können, aber niemals selbst das Lernziel darstellen.



Hüpfen

Beim Hüpfen ändern sich der Rhythmus der Fortbewegung und die Abfolge des Fußaufsatzes. Die Füße werden zweimal hintereinander belastet, also links-links, rechts-rechts, links-links, ... Der erste Schritt dauert etwas länger als der kleine Hüpfen (lang-kurz-lang-kurz).

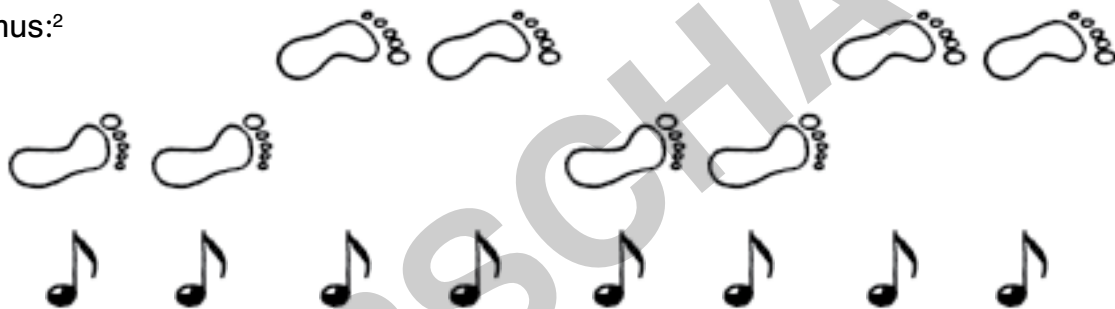
Rhythmus:



Federn

Beim Federn wird wie beim Hüpfen auch dasselbe Bein zweimal hintereinander belastet, also links, links; rechts, rechts usw. Allerdings sind die Schritte gleichbleibend lang, es erfolgt kein Hüpfen. Mit dem Spielbein wird meist eine Art Kickbewegung ausgeführt.

Rhythmus:²



Übungen zur Rhythmusschulung

Die ersten rhythmischen Bewegungsübungen können mit dem Sprechen von Versen verbunden werden. Zunächst wird der Vers ganz gleichbleibend gesprochen und geklatscht, sodass auf jeder gesprochenen Silbe ein Klatscher ist. Danach sollen die Kinder gehen anstatt zu klatschen, sodass auf jede Silbe ein Schritt erfolgt. Danach kann man eine Bewegungsfolge entwickeln.

Beispiel: *Ein Papagei saß auf dem Ast,
er hielt dort eine kleine Rast.
Mit seinen Freunden flog er weiter,
jeder hat gern nette Begleiter.*



Beispiel zur ersten Zeile:

Ein	Pa	pa	gei	saß	auf	dem	Ast
klatsch	klatsch	klatsch	klatsch	klatsch	klatsch	klatsch	klatsch
Schritt	Schritt	Schritt	Schritt	Schritt	Schritt	Schritt	Schritt
Schritt	Schritt	Schritt	linker Arm hoch	Sprung	in die Hocke	Arm runter	Arm runter





Kämpfe mit direktem Körperkontakt

Stehenbleiben

Zwei Kinder stehen sich gegenüber und legen die Handflächen aneinander. Sie sollen nun durch Schieben, Drücken etc. versuchen, dass der Gegner den Fuß vom Boden lösen muss.

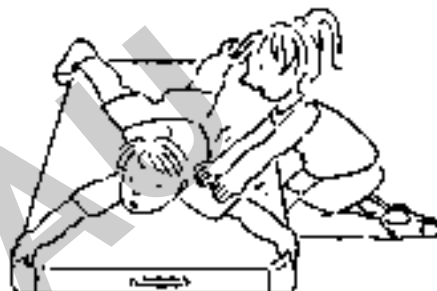


Rückenschieben

Zwei Kinder sitzen Rücken an Rücken und versuchen sich gegenseitig von der Matte zu drücken.

Dreh mich um

Ein Kind liegt auf dem Bauch oder kniet im Vierfüßlerstand. Das andere Kind versucht es auf den Rücken zu drehen. Hier kann man thematisieren, wie man versucht hat, sich zu stabilisieren bzw. welche Taktik man als Angreifer genutzt hat.



Entspannung

Wetter machen

Zwei Kinder arbeiten zusammen. Sie sollen abwechselnd verschiedene Wettersituationen auf dem Rücken des/der anderen simulieren. Zum Beispiel kann der Regen immer stärker werden (durch immer stärkeres Klopfen mit den Fingern), Wind könnte gepustet werden etc.

Ballmassage

Die Kinder sollen sich paarweise den Rücken mit einem Igelball/Tennisball massieren. Achtung: Beim Massieren die Wirbelsäule aussparen.



Bierdeckelbelag

Jeweils zwei Kinder arbeiten zusammen. Eines soll das andere mit Bierdeckeln belegen.



6. Besonderheiten des Unterrichts im 1. Schuljahr

Im Zentrum des Unterrichts im ersten Schuljahr steht ein freies Bewegen, bei dem es kein „richtig“ oder „falsch“ gibt. Auf diese Weise können Kinder, bevor sie sich mit dem Thema Sport auseinandersetzen und ihre eigene Beziehung zur Bewegungskultur entwickeln, „die unterschiedlichen Bedeutungen von Bewegung erfahren, um auf dieser Grundlage ein eigenes Bewegungsleben zu entfalten“ (Laging 1995, S. 133). Bei der Unterrichtsgestaltung sollte die Subjektivität der Kinder durch differenzierende Maßnahmen beachtet und Lernen durch Erfahrung und weniger durch Belehrung ermöglicht werden.

6.1 Die ersten Wochen

Insbesondere der Zeitraum vom Schulanfang bis zu den Herbstferien stellt an Lehrer eines ersten Schuljahres besondere Anforderungen. Dies gilt für den gesamten Anfangsunterricht und so auch für den Sportunterricht. Die ersten Schulwochen werden weniger durch thematische Aspekte geprägt sein, sondern durch das Kennenlernen:

- der Räumlichkeiten,
- der Klein- und Großgeräte inklusive des Übens und des Transportierens und Aufbaus der Geräte,
- bestimmter Organisationsformen,
- und durch das Besprechen bestimmter Umgangsregeln.

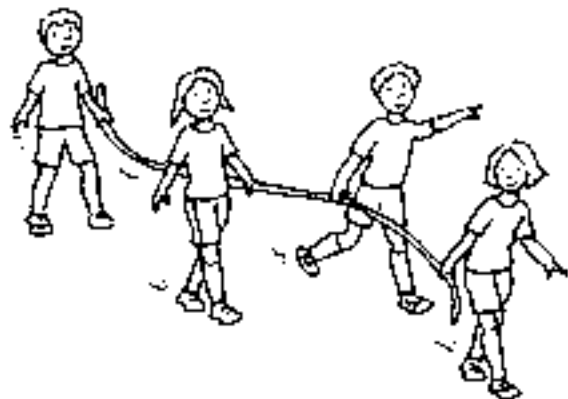
Folgende wesentliche Aspekte müssen in diesem Zeitraum besonders beachtet werden.

Räume kennenlernen

Das Kennenlernen der Räumlichkeiten steht in der ersten Stunde im Mittelpunkt. Neben der Sporthalle gehören dazu die Umkleieräume und die sanitären Anlagen. Weiterhin werden die Geräteräume und Materialschränke gezeigt, damit die Kinder später wissen, wohin die verschiedenen Dinge gehören. Spielerisch kann die Sporthalle anschließend mit der folgenden Aufgabe weiter erkundet werden.

Raumschlange

Die Kinder bilden eine lange oder mehrere kurze Schlangen, die die ganze Halle „durchschlängeln“ sollen. Bei einer Schlange bietet es sich an, dass alle sich an einem langen Ziehtau festhalten. Bei kleinen Schlangen können die Schüler sich entweder an den Händen fassen oder sie halten jeweils ein Springseil zwischen sich. Die Schlange bzw. die Schlangen bewegen sich mal ganz schnell und mal langsam kreuz und quer und bis in alle Ecken der Halle. Wenn eine andere Schlange den eigenen Weg kreuzt, müssen beide sich vorsichtig aneinander vorbeischlängeln. Bei mehreren Schlangen mit Seilen können die Schüler die Seile auf den Boden legen und loslassen. Dann laufen alle kreuz und quer durcheinander und auf ein Signal hin (z. B. Trommelschlag) schnell wieder zur eigenen Seilschlange zurück.



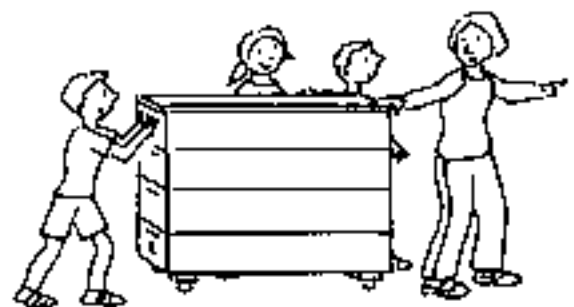
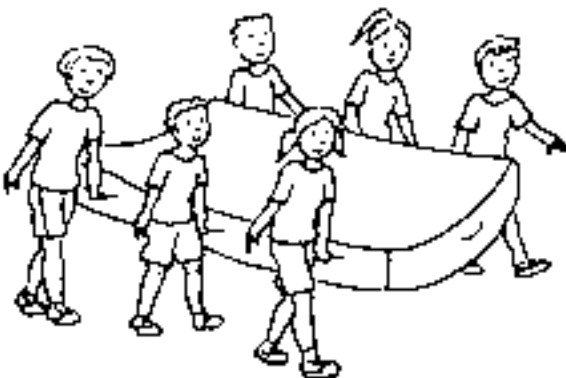
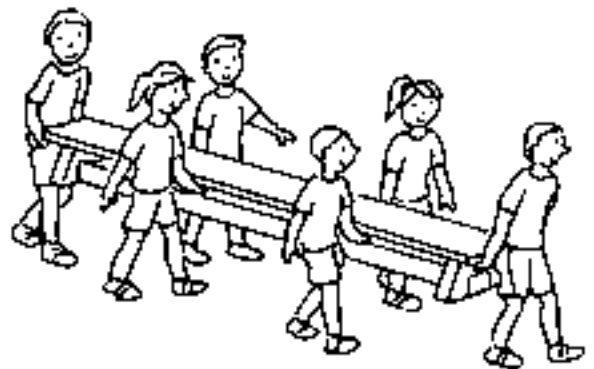
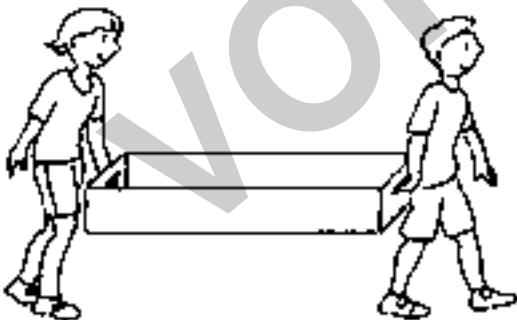
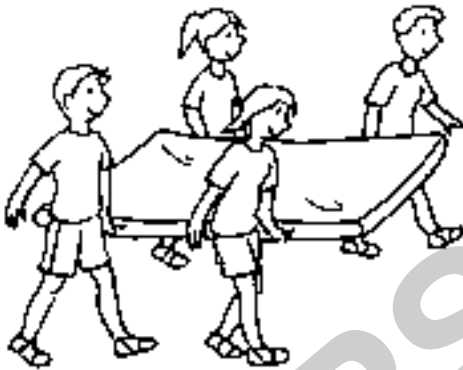


Umgang mit Geräten kennenlernen

Im Hinblick auf die Zielsetzung, die Schüler möglichst bald zu einem eigenständigen, kreativen Umgang mit vorhandenen Geräten zu bringen, ist es notwendig, den Umgang mit Geräten gezielt zu üben. Folgende Regeln stehen dabei im Zentrum:

- Eine Bank ist schwer, daher wird sie immer von sechs Kindern getragen.
- Viele Turnmatten haben vier Schlaufen – zu viert kann man sie daher am besten tragen.
- Der Mattenwagen ist kein Auto! Er wird von zwei Kindern geschoben und beim Aufladen der Matten festgehalten.
- Ein kleiner Kasten wird zu zweit getragen.
- Bei großen Geräten (großer Kasten, Barren, Weichbodenmatte etc.) hilft der Lehrer.

Die folgende Abbildung kann zur Erinnerung in den Stunden mit in die Besprechung genommen werden.





- Klare und prägnante Arbeitskarten mit Zeichnungen verwenden!
- Protokollbögen für jeden Schüler vorbereiten. Diese am Ende einsammeln!
- Auf den Arbeitskarten Bewertungsmöglichkeiten vorsehen!

Beispiele für Werkstattkarten (Rola-Rola Werkstatt):

Rola-Rola Künstler 1

Mit Partnerhilfe aufsteigen und Balance halten



Selbsteinschätzung

- 1) Mit Partnerhilfe kann ich Balance halten.
- 2) Partnerhilfe brauche ich nur noch manchmal.

Rola-Rola Künstler 2

Ohne Hilfe Balance halten



Selbsteinschätzung

- 1) Kannst du bis fünf zählen, ohne den Boden zu berühren?
- 2) Kannst du bis zehn zählen?

Rola-Rola Künstler 3

Balance halten und die Arme kreisen



Selbsteinschätzung

- 1) Ich kann mit den Armen vorwärts kreisen.
- 2) Ich kann mit den Armen erst vorwärts und dann rückwärts kreisen.



Ballwerkstatt 1



Versuche den Ball im Stehen mit einer Hand zu prellen.
Der Ball prellt vor deinen Füßen auf und springt zur Hand zurück.
Wie oft schaffst du es?

Ballwerkstatt 2



Setze dich mit gegrätschten Beinen hin.
Prelle den Ball von einer Hand in die andere, er „prellt“ jedes
Mal zwischen den Beinen auf. Wie oft klappt das?

Ballwerkstatt 3



Prelle den Ball und gehe dabei vorwärts.
Wenn das klappt, kannst du auch schneller laufen oder die
Hand wechseln.
Schaffst du es von einer Seite der Halle zur anderen?
Schaffst du es auch mit deiner schwächeren Hand?

Ballwerkstatt 4



Hebe ein Bein hoch und prelle den Ball unter dem Bein durch –
von einer Hand zur anderen.
Probiere es auch mit dem anderen Bein.
Schaffst du es mehrmals hintereinander?

Ballwerkstatt 5



Stell dich nah genug an die Wand, so etwa einen halben bis
einen Elefantenschritt entfernt und versuche den Ball mehrmals
gegen die Wand zu prellen.
Wie oft klappt das?



Ballwerkstatt 6



Grätsche die Beine und bücke dich nach vorne.
Lass den Ball wie eine Acht um die Beine von Hand zu Hand wandern.

Ballwerkstatt 7



Lass den Ball um deine Hüfte kreisen, ohne dass er herunterfällt.
Wie oft kommt er zur rechten Hand?

Ballwerkstatt 8



Wirf den Ball hoch und fang ihn wieder auf.
Kannst du dabei auf der Stelle stehen bleiben?
Wie oft schaffst du es, den Ball hochzuwerfen und aufzufangen?

Ballwerkstatt 9



Lege dich auf den Rücken.
Wirf den Ball mit beiden Händen hoch und versuche ihn wieder aufzufangen.
Wie oft klappt das?

Ballwerkstatt 10



Suche dir einen Partner und stellt euch drei Elefantenschritte voneinander entfernt auf.
Dann werft euch den Ball gegenseitig zu.
Wie oft könnt ihr ihn hin- und zurückwerfen?



Beispiel für ein Protokoll zur Ballwerkstatt:



Protokoll „Ballwerkstatt“

Name: _____ Klasse: _____

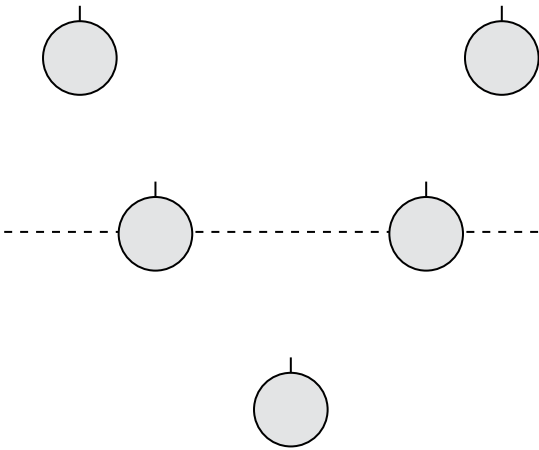
Übung		Datum	Datum	Datum	Datum
		_____	_____	_____	_____
		Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl
1	Ballprellen im Stehen				
2	Ballprellen im Sitzen				
3	Ballprellen im Laufen				
4	Ballprellen unter einem Bein				
5	Ballprellen gegen die Wand				
6	Achterkreise um die Beine				
7	Ballkreise um die Hüfte				
8	Ballhochwerfen im Stand				
9	Ballhochwerfen im Liegen				
10	Ballzuwerfen mit Partner				

Vorschläge zur Leistungsbewertung zu diesen beiden Themen finden sich in Kapitel 9.

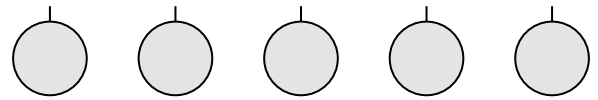


Beispiele für Aufstellungsformen mit fünf Kindern:

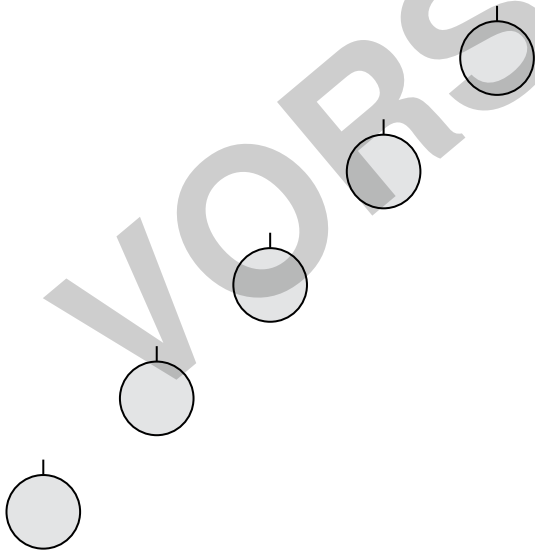
Aufstellung 1



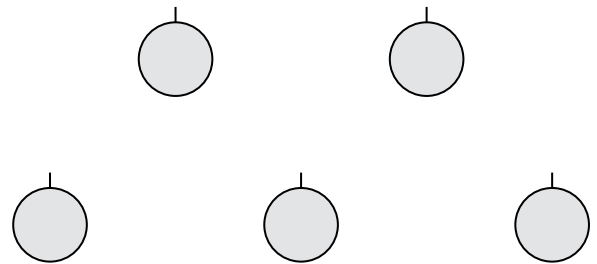
Aufstellung 2



Aufstellung 3

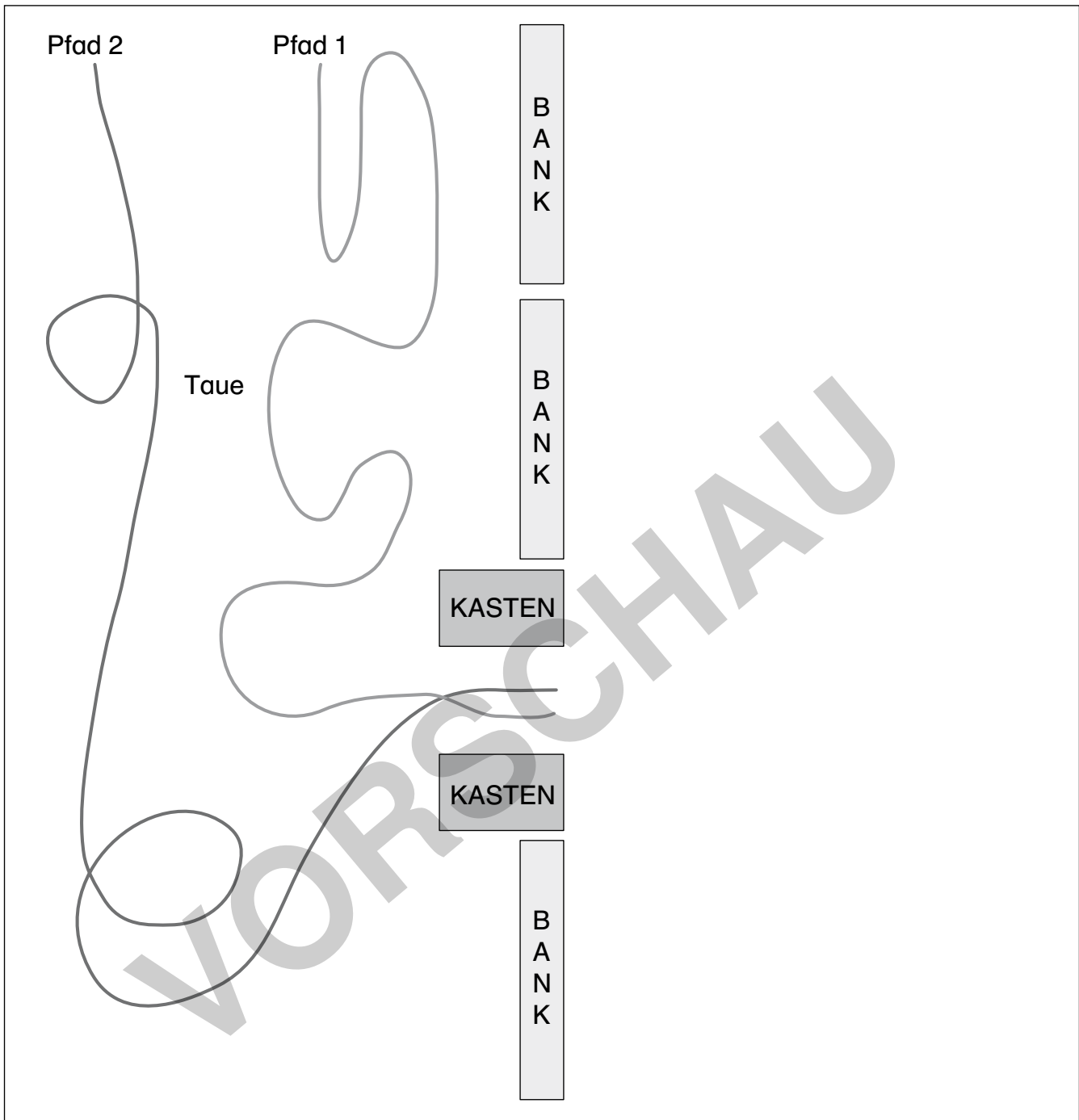


Aufstellung 4





Beispiel für einen Hallenaufbau – Reise in das Land der Trolle:





Einzelstunde: „Reise in das Land der Trolle“⁷



Klassenstufe: 1./2. Klasse



Ziele: Die Kinder sollen Besonderheiten von Musik hören und in Bewegung mit Tüchern umsetzen.



Vorbereitung: Eine Hälfte der Halle wird mit Bänken abgegrenzt und aus zwei Kästen wird eine Gasse gestellt – als Eingangstor zum Land der Trolle. Mehrere Taue werden auf dem Boden ausgelegt, sie stellen die Pfade zum Land der Trolle dar.



Material: Taue, zwei Kästen, Tamburin, Musik (z. B. „Edvard Grieg: Peer Gynt Suite No. 1, Op. 46 – 4. In The Hall Of The Mountain King. Berliner Philharmoniker“), Papier (DIN A3), schwarzer Filzstift

Phase	geplanter Verlauf	Hinweise und Kommentare
Einstimmung	Die Schüler bewegen sich zu Beginn in der freien Bewegungszeit mit verschiedenen Kleingeräten.	Die Schüler kennen diese freie Zeit. Sie ist geeignet zum Vorbereiten und Beobachten der Kinder sowie zum Ausgleich unterschiedlicher Umziehzeiten.
Hinführung	<p>Im Sitzkreis werden verschiedenfarbige Tücher verteilt. Der Lehrer leitet das Thema ein:</p> <ul style="list-style-type: none"> „Ihr werdet heute in das Land der Trolle reisen. Trolle lieben Musik und haben immer ein Tuch bei sich. Deshalb sollt ihr zuerst eure Tücher tanzen lassen, zu der Musik, die ich euch einspiele.“ <p>Jedes Kind probiert für sich verschiedene Bewegungen mit dem Tuch aus.</p> <p>Nach einer kurzen Proberphase ruft der Lehrer die Kinder zusammen und alle machen sich auf den Weg in das Land der Trolle: Dazu sollen die Schüler barfuß am besten mit geschlossenen Augen über eines der Taue balancieren. Wenn sie beim Tor (Kästen) angekommen sind, treten sie ein in das Land der Trolle.</p> <p>Der Lehrer spielt dabei bereits die Musik ein.</p>	<p>Die Tücher erleichtern das selbstständige Tanzen, da die Tücher tanzen und nicht die einzelne Person.</p> <p>Das Land der Trolle wird durch vorbereitete Geräte (Tor, Pfad) gekennzeichnet (siehe Hallenplan).</p>
Experimentierphase I	Der Lehrer begrüßt die Schüler im Land der Trolle. Er gibt den Kindern die Aufgabe, sich zu zweit zur Musik mit den Tüchern zu bewegen.	



Phase	geplanter Verlauf	Hinweise und Kommentare
Auswertung I	<p>Die Schüler werden befragt, welche Besonderheiten sie in der Musik gehört haben. Diese werden auf vorbereitete Plakatzettel notiert.</p>	<p>Die Schüler werden unterschiedliche Lautstärken hören und unterschiedliche Geschwindigkeiten feststellen.</p> <p>Der Lehrer hat Plakatzettel und dicke schwarze Stifte dabei, um die Unterscheidungen zu notieren, also z. B. auf einen Zettel „laut“ und auf den anderen „leise“ zu schreiben.</p>
Experimentierphase II	<p>Die Musik wird ein zweites und drittes Mal abgespielt.</p> <p>Nun sollen die Schüler Lösungen finden, ihre Bewegungen den entsprechenden Musikabschnitten anzupassen.</p> <p>Als Hilfestellung kann der Lehrer die Plakatzettel aus der ersten Auswertung hochhalten.</p>	
Auswertung II	<p>Verschiedene Bewegungslösungen zu den einzelnen Unterschieden werden präsentiert.</p> <p>Der Lehrer fragt die Schüler nach Beispielen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Zeigt mir Beispiele dafür, wie ihr euch leise/laut/schnell/langsam bewegt habt.“ <p>Entweder können einzelne Paare etwas vormachen oder die gesamte Gruppe reagiert auf Zuruf des Lehrers bzw. auf Hochhalten der einzelnen Plakatzettel.</p>	
Reflexion und Abschluss	<p>Die Kinder sollen nun das Land der Trolle wieder verlassen, indem sie diesmal mit geöffneten Augen über die „Pfade“ zurückbalancieren. Sind alle in der Realität angekommen, wird abgebaut.</p> <p>Im anschließenden Sitzkreis erklärt der Lehrer noch einmal, dass Bewegungen an Musik angepasst werden können.</p> <p>Zum Abschluss spielt er auf dem Tamburin und variiert laut/leise, langsam/schnell. Die Kinder sollen sich entsprechend am Platz bewegen. Wenn sie vom Lehrer ihren Namen hören, dürfen sie entsprechend der Tamburinvorgabe die Halle verlassen.</p>	<p>Das Tamburin ist eine gute Möglichkeit, individuell Bewegungsbegleitung anzupassen. Der Lehrer kann, wenn er es sich nicht zutraut ein Tamburin zu spielen, klatschen oder ohne Begleitung wieder die Plakatzettel verwenden.</p>