



Was ist überhaupt eine Bewegungslandschaft?

Eine Bewegungslandschaft besteht aus vielen Geräteaufbauten und Bewegungsangeboten, die alle unter einem inhaltlichen Themenschwerpunkt stehen. Statt zum Beispiel einfach über eine Bank zu balancieren, flüchten die Kinder in einer Bewegungslandschaft vor dem ansteigenden Hochwasser über eine schmale Brücke ans andere Ufer des tosenden Flusses. In einer anderen Bewegungslandschaft dagegen könnten sie dieselbe Bewegung ausführen und dabei als Auto im Parkhaus über eine Rampe brausen.

Bewegungslandschaften haben zahlreiche Vorteile

Die motivierende Wirkung dieses Eintauchens in eine Fantasiewelt ist kaum zu überschätzen. Die meisten Schüler sind auf diese Weise zu zahlreichen Wiederholungen bereit, die sie sonst langweilten. Manche bringen hier sogar Leistungen zustande, die sonst undenkbar wären: An einem Seil hochzuklettern, auch wenn dies sehr anstrengend ist, wird zu mehr als einer Frage des Ehrgeizes, wenn es darum geht, sich vor blutdürstigen Haifischen oder einer Flutwelle in Sicherheit zu bringen.

Bewegungslandschaften ermöglichen es, den Interessen und Bedürfnissen der Schüler im Grundschulalter entgegenzukommen. Innerhalb der Landschaften können sich die Kinder individuell bewegen. Dadurch wird die Kreativität und die Selbstständigkeit der Schüler gefördert. Das einzelne Kind kann seinem Bedürfnis nach Bewegung nachkommen, neue Bewegungsmöglichkeiten entdecken, eigene Bewegungsvorstellungen entwickeln und sie erproben. Es kann aber auch beginnen, Ängste vor Geräten zu überwinden, und so mehr Selbstvertrauen entwickeln.

Da sich die Kinder nicht alleine in der Bewegungslandschaft bewegen, können und müssen sie mit ihren Mitschülern kommunizieren sowie mit ihnen zusammenarbeiten. Im Rahmen der Themenstellung fällt den Schülern in der Regel Rücksichtnahme und Hilfsbereitschaft gegenüber ihren Mitschülern relativ leicht und sie haben viel Spaß und Freude am Unterrichtsgeschehen.



Tipps für den Einsatz von Bewegungslandschaften

AUFBAU

- Am bestem bauen Sie die großen Geräte schon vor der Stunde auf.
- Beteiligen Sie die Kinder zu Beginn der Stunde am Aufbau der Kleingeräte; auf diese Weise findet sich die Klasse schon in das Thema ein und lernt die Stationen kennen.
- Wenn Sie mit Ihren Kolleginnen und Kollegen absprechen, dass eine Landschaft für einen ganzen Vormittag stehen bleiben kann, können mehrere Klassen davon profitieren und die Vorbereitung lohnt sich.
- Sie können, um erste Erfahrungen zu sammeln, mit wenigen Stationen anfangen.

SICHERHEIT

- Überprüfen Sie vor der Benutzung die Sicherheit von allen Bewegungsstationen!
- Weisen Sie die Schüler intensiv auf bestehende Gefahren hin!

EINFÜHRUNG IN DIE THEMENSTELLUNG

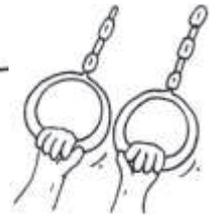
- Bewegungslandschaften sind wie Spielplätze, die unter einem Rahmenthema stehen.
- Zur Einführung in das Thema muss erklärt werden, was die einzelnen Stationen und Bewegungsangebote vor diesem Hintergrund bedeuten.
- Die Kinder brauchen oft einen bewussten Schritt in ihre Rolle (als Auto, Affe, Hochwasseropfer etc.), die sie in der Landschaft spielen.
- Steigen Sie mit ein! Wenn Sie kurzfristig selbst in eine Rolle schlüpfen, nehmen Sie auch dem schüchternsten Kind seine Hemmungen.

ES GEHT LOS – WAS JETZT?

- Es ist sinnvoll, mit der Klasse zu klären, ob sich jeder kreuz und quer durch die Landschaft bewegen darf oder ob es eine feste Route gibt.
- Haben Sie das Unterrichtsgeschehen ständig im Auge und greifen Sie bei sich anbahnenden Gefahren oder Regelverletzungen sofort ein!
- Wenn bewegungsschwache Kinder zu risikofreudig werden sollten, sollten Sie Hilfestellung leisten.
- Je mehr Spaß die Schüler an ihrer Rolle haben, desto intensiver üben und lernen sie.

REGELN FÜR DIE SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER

- Haltet euch unbedingt an die vereinbarten Regeln!
- Nehmt aufeinander Rücksicht!
- Helft euch gegenseitig!
- Seid vorsichtig mit euch selbst und den anderen!



Ab die Post!

TRAINIERT: Schnelligkeit, Ausdauer, Kraft und Gewandtheit, Sozialverhalten, Sprungkraft

DAUER: ●

Die Turnhalle stellt ein großes Postamt dar. In der einen Hälfte des Postamts findet die Briefabfertigung statt und in der anderen Hälfte die Paketabfertigung. Dies kann man kennzeichnen, indem man entsprechende Schilder in die jeweiligen Bereiche hängt. Alle Kinder sind nun Briefe oder Pakete.

MATERIAL UND BESCHREIBUNG DER STATIONEN – BRIEFABFERTIGUNG

1. Briefkastenschlitz

Drei MITTELTEILE VOM KASTEN werden mit etwas Abstand nebeneinander hingestellt und durch alle drei Teile wird EINE KLEINE MATTE gelegt. Die Briefe kriechen durch die Kastenteile – den Briefkastenschlitz – und gelangen so in das Postamt.

2. Briefwaage

MEHRERE GROSSE MEDIZINBÄLLE werden hingelegt. Die Briefe legen sich mit dem Bauch auf einen Medizinball und wiegen sich hin und her.

3. Stempelmaschine

EIN KASTENOBERTEIL mit EINEM KASTENTEIL wird hingestellt. Auf beiden Seiten des Kastenober-teiles wird eine BANK eingehängt. Die Briefe rutschen auf einer Bank hoch, legen sich auf das Kastenober-teil und werden von einem anderen Kind z. B. mit einem Markierungshut abgestempelt.

4. Briefrutsche

EIN KLEINER KASTEN wird vor EINEN GROSSEN KASTEN gestellt. Auf der gegenüberliegenden Kastenseite wird EINE BANK eingehängt. Unten vor die Bank wird EINE KLEINE MATTE gelegt. Die Briefe steigen erst auf den kleinen Kasten, dann auf den großen und rutschen dann auf der Bank nach unten.

5. Briefsortiermaschine

EINE BANK wird umgedreht auf MEHRERE STÄBE gelegt. Damit die Bank nicht wegrutschen kann, wird sie vorn und hinten jeweils durch EINE KLEINE MATTE gesichert. Die Briefe setzen sich auf die Bank und werden, indem sie mit den Füßen die Bank bewegen, sortiert.

6. Luftpost

EIN MINITRAMPOLIN wird aufgebaut und mit KLEINEN MATTEN gesichert. Die Briefe springen in das Trampolin und werden so als Luftpostbrief durch die Luft befördert.

7. Rohrpost

Die Briefe kriechen durch EINEN KRIECHTUNNEL.

8. Postautotransport

Die Briefe legen sich mit dem Bauch auf ROLLBRETT und fahren durch die Halle.



MATERIAL UND BESCHREIBUNG DER STATIONEN – PAKETABFERTIGUNG

1. Packtisch

MEHRERE KLEINE MATTEN werden zu einer Mattenbahn gelegt. Die Pakete legen sich auf die Mattenbahn und wälzen sich zum Verpacken und Verschnüren darauf herum.

2. Paketschalter

Auf jeder Seite werden mit etwas Abstand zueinander JE ZWEI KLEINE KÄSTEN übereinander gestellt und oben wird EINE KLEINE MATTE darüber gelegt. Dies stellt den Paketschalter dar. Die Pakete müssen sich durch den Schalter hindurch bewegen.

3. Paketwaage

Über einen KLEINEN KASTEN wird eine UMGEDREHTE BANK gelegt. An den Bankenden wird JEWEILS EINE KLEINE MATTE untergelegt. Die Pakete können sich auf die beiden Seiten der Bank (Waagschale) setzen und dann hin- und herwippen.

4. Paketrutsche

In EINEN BARREN mit zwei gleich hohen Holmen werden in den einen Holm DREI BÄNKE eingehängt. EINE DICKE WEICHBODENMATTE wird unter den anderen Holm geklemmt und liegt dann auf den drei Bänken. EINE ZWEITE WEICHBODENMATTE schließt sich an die erste an und führt auf den Hallenboden. An eine Seite des Barrens werden DREI KLEINE KÄSTEN zu einer Kastentreppe zusammengestellt. Die Pakete können hierüber auf den Barren gelangen und dann nach unten rollen oder rutschen.

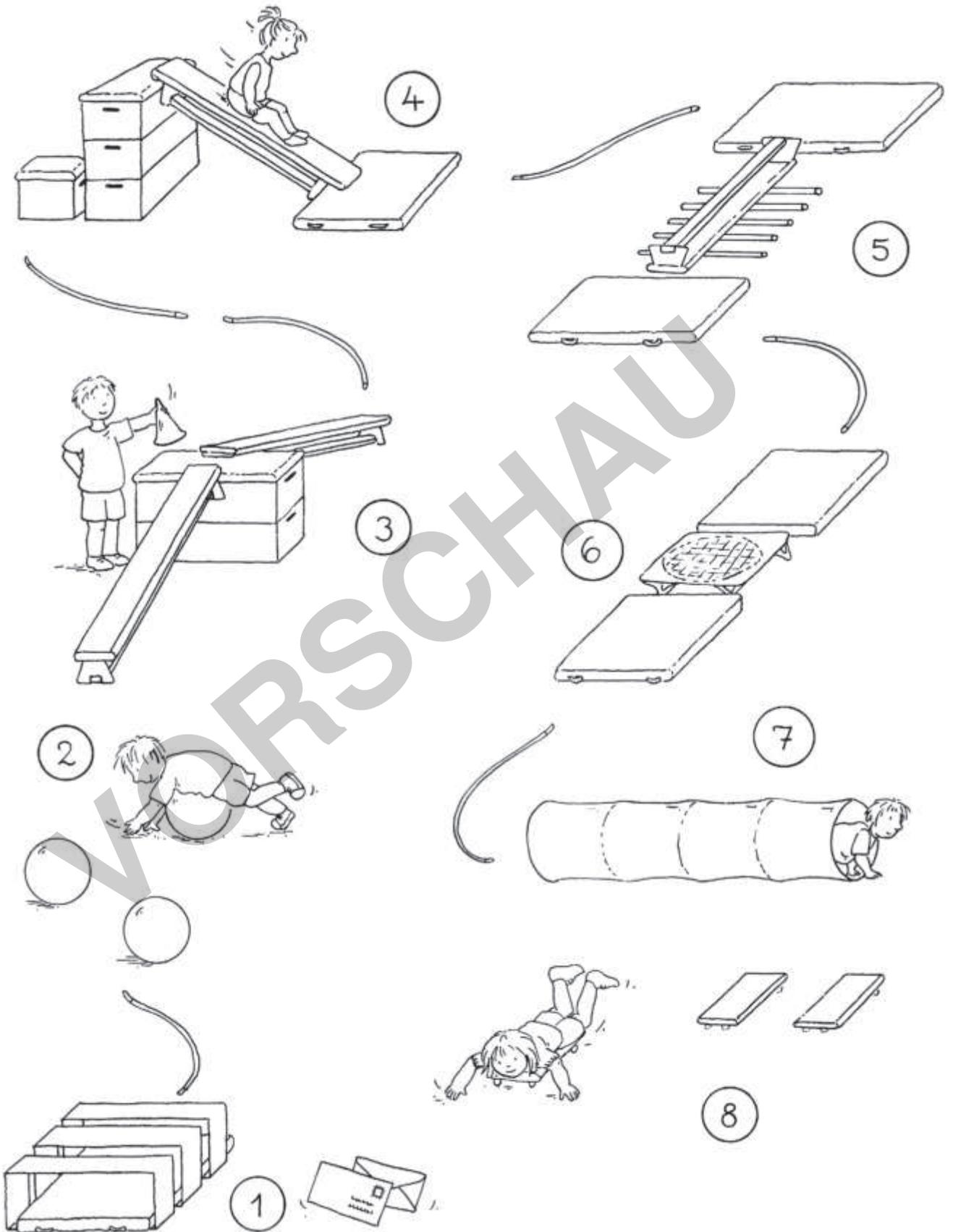
5. Sortiermaschine

An die Paketrutsche schließt sich die Sortiermaschine an. TEPPICHFLIESEN, THERAPIESCHEIBEN, KLEINE KÄSTEN und KASTENTEILE werden in einem Kreis aufgebaut. Mit SPRINGSEILEN werden Wege um diese Kleingeräte herumgelegt, die die Pakete zum Sortieren zurücklegen müssen.

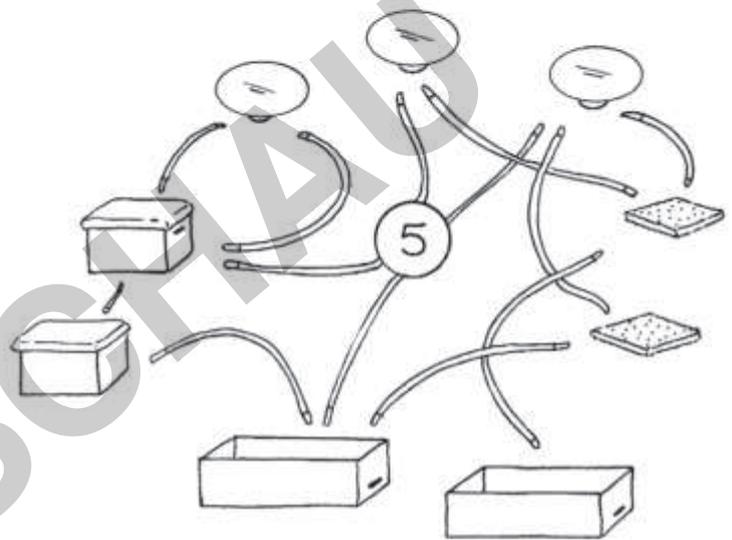
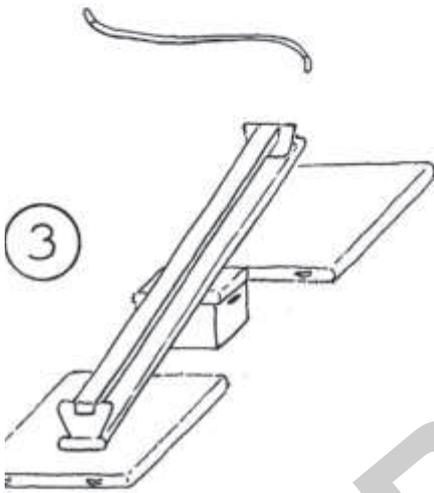
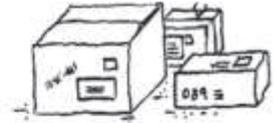
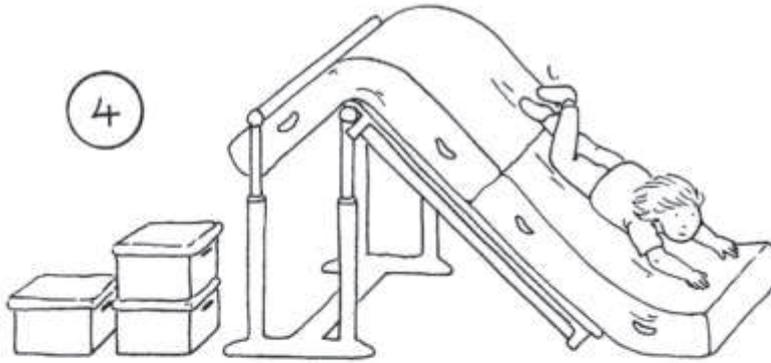
6. Paketauto

Auf den MATTENWAGEN wird EINE KLEINE MATTE gelegt. Ein Kind ist der Fahrer und andere Kinder sind die Pakete, die sich im Paketauto befinden und gefahren werden.

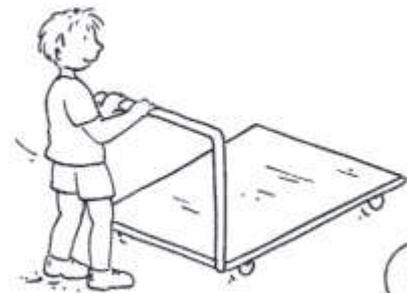
Ab die Post: Briefe



Ab die Post: Pakete



2



6



1