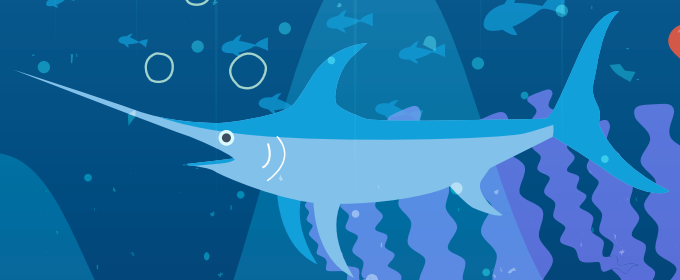


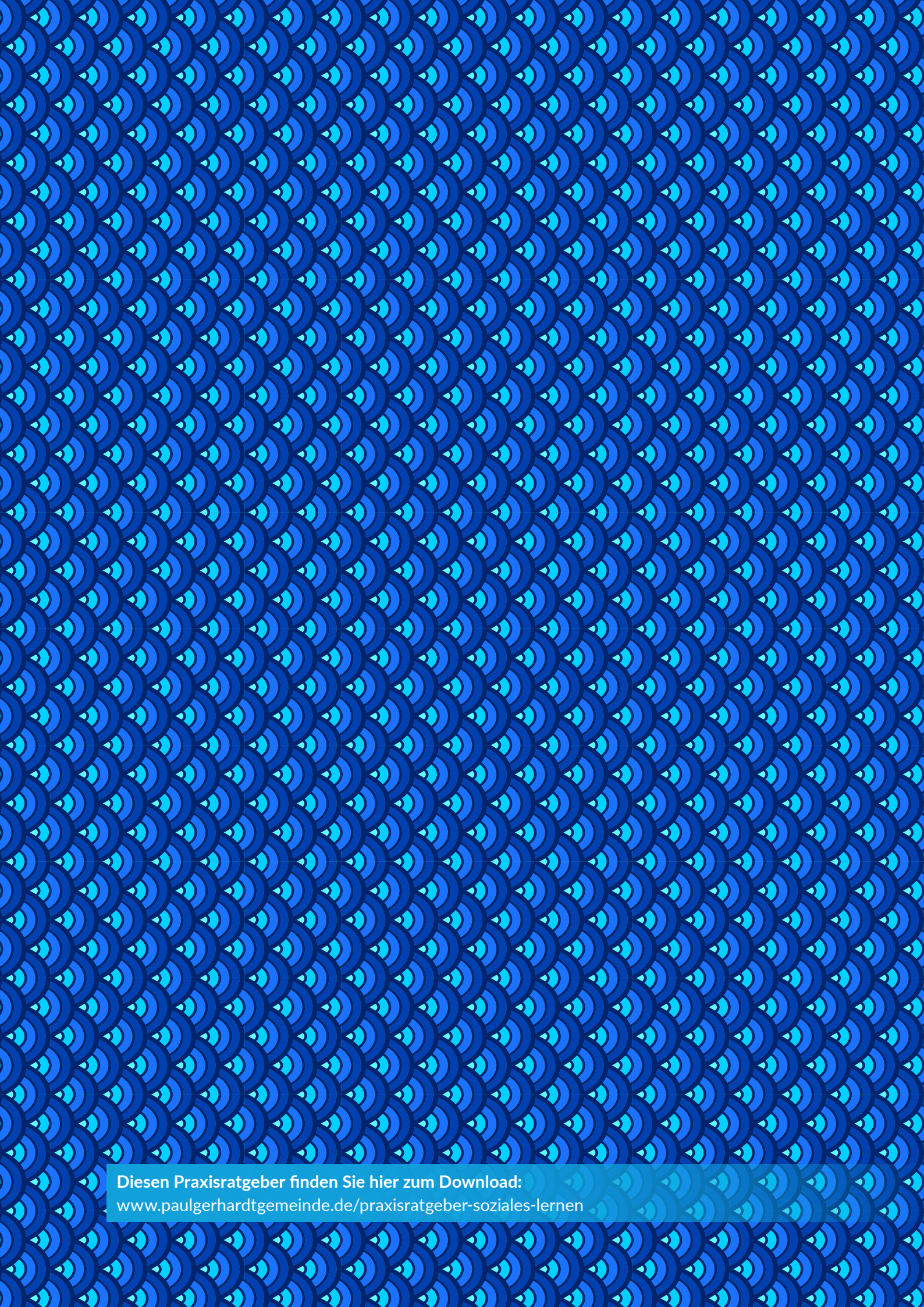


COOLE HAIE BEIßEN NICHT

SOZIALES LERNEN IN BEWEGUNG AM ÜBERGANG
VON DER KITA IN DIE GRUNDSCHULE

Ein Praxisratgeber mit Übungen, Spielen und
Materialien für Kinder von 4-10 Jahren





Diesen Praxisratgeber finden Sie hier zum Download:
www.paulgerhardtgemeinde.de/praxisratgeber-soziales-lernen

COOLE HAIE BEIßEN NICHT

SOZIALES LERNEN IN BEWEGUNG AM ÜBERGANG
VON DER KITA IN DIE GRUNDSCHULE

Vorwort

Liebe Leser*innen,

mit dieser Broschüre halten Sie gerade viel mehr als nur eine Einladung zu einer bezaubernden Entdeckungsreise der Meereswelt für Kinder im Kita- und Grundschulalter in ihren Händen. Diese Broschüre mit praktischen Übungen enthält das geballte Wissen vieler pädagogischer Fachkräfte. Über einen Zeitraum von mehr als fünf Jahren haben sie mit Kindern das "Soziale Lernen in Bewegung" in der Praxis erprobt und dabei das Konzept des Sozialen Lernens passend zu den Bedingungen vor Ort weiterentwickelt und verfeinert.

Im April 2016 trafen sich Vertreter*innen nahezu aller Einrichtungen für Kinder im Falkenhagener Feld, darunter Kita- und Grundschulleitungen, Erzieher*innen, Lehrer*innen und Sozialarbeiter*innen, Vertreter*innen der Familienzentren, der Stadtteilbibliothek, der Jugendfreizeiteinrichtungen und Nachmittagsbetreuungen sowie der Verwaltungen und Akteure der freien Kinder- und Jugendhilfeträger im Rahmen einer von den QMs organisierten Koordinierungsrunde. Im Austausch wurde schnell klar, dass alle vor ähnlichen Herausforderungen in ihrer Arbeit mit Kindern und Eltern stehen. Die Einrichtungen verständigten sich darauf, in Zukunft einheitlich zu gemeinsamen Kernthemen handeln zu wollen. Noch im selben Jahr startete das Projekt "Bildungsforum Falkenhagener Feld – Transferstelle für Theorie und Praxis", in den ersten zweieinhalb Jahren in der Trägerschaft von FiPP e.V., danach in der Obhut der Paul-Gerhardt Kirchengemeinde.

Seit Projektbeginn beschäftigt sich das Bildungsforum mit dem Kernthema "Soziales Lernen in Bewegung", im Jahr 2018 kam das Thema "Eltern erreichen" hinzu. Mit dem Bildungsforum wurde ein Ort für den Austausch von Fachkräften im Falkenhagener Feld geschaffen, in dem auch die Stimmen der Kinder und ihrer Angehörigen zu Wort kommen. Diese Arbeit mit Impulsen aus mehreren Blickwinkeln greift, indem das Bildungsforum die praktische Arbeit reflektiert. Somit wurde das Konzept des "Sozialen Lernens in Bewegung" auf seine Alltagstauglichkeit überprüft und verbessert. Ein Ergebnis dieser interdisziplinären, trägerübergreifenden Arbeit mit Beteiligung von Kinder und Eltern ist diese wunderbare Broschüre, die nun in einer neu überarbeiteten Version vorliegt.

Diese Broschüre soll dazu beitragen, noch mehr Menschen für das Soziale Lernen zu begeistern. Wir sind es bereits und wünschen Ihnen viel Freude beim Entdecken.

*Tina Waleschkowski (QM Falkenhagener Feld West) und
Nicole Heger (QM Falkenhagener Feld Ost)*

Inhalt

Nur in sauberem Wasser gedeihen bunte Fische	6
Zeitliche Rahmenbedingungen	6
Räumliche Rahmenbedingungen	6
Pflegeanleitung für coole Haie	7
Leitfaden	7
Hinweise für alle Spiele und Übungen	8
Gefühlskarte "Ich bin immer friedlich, ausser..."	8
Übersicht der Spiele	9/10
Lernfeld Begrüßung/Rituale	11
Spiele und Übungen zum Lernfeld Begrüßung/Rituale	12
Lernfeld Regelverständnis	15
Spiele und Übungen zum Lernfeld Regelverständnis	16
Lernfeld Selbstwahrnehmung	19
Spiele und Übungen zum Lernfeld Selbstwahrnehmung	20
Lernfeld Fremdwahrnehmung	23
Spiele und Übungen zum Lernfeld Fremdwahrnehmung	24
Lernfeld Teamwork	27
Spiele und Übungen zum Lernfeld Teamwork	28
Lernfeld Konfliktlösung	33
Spiele und Übungen zum Lernfeld Konfliktlösung	34
Lernfeld Handlungsalternativen	37
Spiele und Übungen zum Lernfeld Handlungsalternativen	38
Lernfeld Bedürfnisse	41
Spiele und Übungen zum Lernfeld Bedürfnisse	42
Lernfeld Kommunikation	45
Spiele und Übungen zum Lernfeld Kommunikation	46
Coole Haie auf Reisen	49
Kopiervorlagen	50
Gefühlskarte "Ich bin immer ..., ausser ..."	50
Kopiervorlage "Stopp-Regel"	51
Exemplarisches Stundenbild "Fütterung der Haifische"	52
Stundenbild-Vorlage "Fütterung der Haifische"	54
Quellen, Impressum & Danksagung	55

Nur in sauberem Wasser gedeihen bunte Fische

Rahmenbedingungen "Soziales Lernen in Bewegung"

Wir haben uns der Bildung der Kinder verschrieben. Wir möchten nach den Jahren, die wir mit ihnen verbracht haben, Menschen in ihren weiteren Lebensweg verabschieden, die in der Lage sind ein selbstbestimmtes Leben in sozialer Verantwortung zu führen.

Welche Rahmenbedingungen sind wünschenswert, damit das "Soziale Lernen" durchgeführt werden kann und die in den Übungen/Spielen des Sozialen Lernens angeregten sozialen Kompetenzen nachhaltig erlernt, verinnerlicht werden? Welche zeitlichen und räumlichen Gegebenheiten sind hilfreich, vorhanden oder werden im besten Fall noch geschaffen?

ZEITLICHE RAHMENBEDINGUNGEN

Hilfreich sind festgelegte Zeiten zu denen das Soziale Lernen stattfindet, die ritualisiert und dadurch verlässlich werden. Ein Baustein kann ein Morgenritual sein, mit einer respektvollen Begrüßung, einer Transparentmachung des Tagesablaufs, damit alle sich orientieren können ggf. unter Einbeziehung eines Kindes, wenn Materialien zur Visualisierung verwendet werden, sowie eine Nachfrage dringender Wünsche/Befindlichkeiten, die evtl. eine kurze Klärung vor Tages- bzw. Unterrichtsbeginn erfordern, beinhalten.

Die Gruppen- bzw. Klassenstunde ist in erster Linie das Forum, in dem gewaltfreie Kommunikation gelernt werden kann. In ihr werden die Kinder angeleitet zuzuhören, Lobenswertes anzuerkennen, Kritik als Wunsch zu äußern und Befindlichkeiten wahrzunehmen und auszudrücken.

Die Stunde "Soziales Lernen" bietet mit ihren Übungen/Spielen zu den verschiedenen Bereichen der sozialen Kompetenzen, wie sie in der Broschüre aufgegliedert sind, den Kindern die Möglichkeit, sich selbst und gegenseitig wahrzunehmen, zu erfahren, zu erproben und zu üben.

RÄUMLICHE RAHMENBEDINGUNGEN

Die Anforderungen an die Räume, in denen das Soziale Lernen stattfinden wird sind recht einfach. Die Möglichkeit zur Bildung eines Stuhlkreises, in dem sich alle anschauen können, als auch eine Freifläche, auf der sich bewegt und bestenfalls auch mal hingelegt werden kann, sind beinahe überall umzusetzen.

"Hat eine Einrichtung diese Bedingungen einheitlich und einvernehmlich hergestellt und in der Konzeption/dem Leitbild verankert, sind die Rahmenbedingungen geschaffen, sozial-emotionale Kompetenzen ihrer Schützlinge nachhaltig zu bilden." Denn damit die in den Übungen / Spielen des Sozialen Lernens angeregten Kompetenzen nachhaltig gelernt und verinnerlicht werden, ist es sinnvoll sie in einen Kontext sozial-emotionaler Reife und Kompetenz einzubetten, indem sie in beständiger Wiederholung geübt, auch zwischendurch

eingefordert und angeregt werden. Die alltägliche gegenseitige Achtsamkeit, die auch die Rückmeldung und Klärung von Überschreitungen beinhaltet, ist tragender Teil des Sozialen Lernens. Ein wichtiger Aspekt hierbei ist auch eine klare und zugewandte Arbeit mit den Eltern der Kinder. Themenelternabende können die Arbeit abrunden und noch erfolgreicher machen.

**„Kinder brauchen unsere Liebe am meisten,
wenn sie sie am wenigsten zu verdienen scheinen.“**

*frei nach Paul Eßer, dt. Schriftsteller *1939*

Pflegeanleitung für coole Haie

In dieser Broschüre finden Sie praxiserprobte und bewährte Spiele, Tipps, Anregungen und Hinweise für die Kita und Grundschule. Die ausgewählten Spiele sind unserer Einschätzung nach für den Einsatz in dieser Altersspanne geeignet und bringen den Kindern neben neuen Erfahrungen auch jede Menge Freude. Alle Spiele werden bereits vielfältig eingesetzt, sei es in der Arbeit mit Gruppen oder mit einzelnen Kindern.

Die Übungen und Spiele sollen dabei helfen, Theorien von Sozialem Lernen auch in die tägliche Praxis umzusetzen. Sie tragen dazu bei, Kommunikationsstrategien einzuüben und Konflikte schneller und auch gewaltfrei klären zu können, was zur Verbesserung der Gruppenatmosphäre und des eigenen Wohlbefindens beiträgt. Ein ritualisiertes Anwenden der Spiele oder auch einzelner Spielbausteine kann der Verfestigung und Automatisierung von Handlungsalternativen dienen.

Die Einübung und das Anwenden alternativer Handlungsmöglichkeiten können dazu beitragen, dass Kinder sich sicherer und geschützter fühlen und selbstbewusst durch ihr Leben gehen können, da bei erfolgreicher Umsetzung der daraus resultierende Stolz sowie die Motivation gesteigert werden, in Konfliktsituationen respektvoll und eigenverantwortlich zu handeln.

LEITFADEN

In der "Übersicht zum Inhalt und den Spielen" erfahren Sie, welche Spiele für welche Gruppengröße und welches Alter geeignet sind und welches Material außerdem benötigt wird. Die Anzahl der Kinder und Materialien sind natürlich nicht bindend.

Um eine schnelle und übersichtliche Orientierung zu gewährleisten, sind die Spiele in folgende Lernfelder unterteilt: Begrüßung/Rituale, Regelverständnis, Selbstwahrnehmung, Fremdwahrnehmung, Teamwork, Konfliktlösung, Handlungsalternativen, Wünsche und Bedürfnisse sowie Kommunikation.

Die einzelnen Lernfelder beinhalten mehrere Spiele und deren Ablaufbeschreibungen. Ebenfalls wird bei den einzelnen Spielanleitungen darauf hingewiesen, in welchem zeitlichen Rahmen sich das Spiel bewegt und welche Erfahrungen und auch Tipps es bereits dazu gibt. Ergänzt werden die

Lernfelder durch eine Materialsammlung und Kopiervorlagen, die Sie im Anhang finden. Diese können direkt verwendet werden. Die Fähigkeit zu lesen oder zu schreiben ist dafür nicht immer erforderlich.

Eine stringente Anwendung der Spiele ist nicht notwendig und die Übungen können flexibel gehandhabt werden. Die Einteilung der Lernfelder kann in Ihrer Planung dazu dienen, sie entsprechend der aktuellen Themen innerhalb der Gruppe einzusetzen, sodass die Spiele bedarfs- und situationsgerecht eingesetzt werden können. Die Lernfelder sind unsere Zuordnung und die Grenzen zu anderen Lernfeldern manchmal fließend, das bedeutet, es lohnt sich, diese für sich selbst nochmals abzustimmen. Die Angaben zu Gruppengröße und Alter beruhen ebenfalls auf unseren Erfahrungen und dienen der Orientierung.

Wir möchten Sie ermutigen, offen mit den Spielen und deren Einsatz umzugehen und auszuprobieren, denn Sie kennen Ihre Gruppe am besten und können erkennen, ob sich eine Übung eignet oder es sinnvoll ist, sie anzupassen.

Hinweise für alle Spiele und Übungen

- Die Erklärung und die Regeln nach Möglichkeit mit einer Geschichte verbinden und erzählen. Dadurch wird Motivation und Spannung erzeugt. Meistens wird dadurch auch die Spielidee, besonders bei Kindern, besser verstanden.
- Bei komplizierten Abläufen: Mit einem Kind demonstrieren oder in "Zeitlupe" durchspielen.
- In zwei Schritten spielen, d.h. mit einfachen Regeln beginnen und nach einiger Zeit eine Regel hinzufügen.
- Standpunkt so wählen, dass alle Teilnehmenden gut sehen und verstehen können.
- Kinder dürfen jederzeit (Verständnis-) Fragen stellen.
- Kinder die absolut nicht mitmachen wollen, zuschauen lassen und immer wieder zum Mitmachen einladen.

GEFÜHLSKARTE "ICH BIN IMMER FRIEDLICH, AUSSER..."

Diese Kopiervorlage dient dazu, verschiedene Gefühle und Stimmungen zu benennen, zu besprechen und danach auch gegebenenfalls im Gruppen-/ Klassenraum zu visualisieren. Hier kann individuell entschieden werden, ob der Name aufgeschrieben werden soll.

Die Gefühlskarte eignet sich auch sehr gut als Einstieg für einen Themen- Elternabend zur Gewaltprävention. Gefühle und Stimmungen wären: friedlich, wütend, ängstlich, sauer, tolerant, genervt, ruhig, fröhlich, vernünftig ...

Übersicht der Spiele

Was Haifische mögen

Spiel		Begrüßung / Rituale	Regelverständnis	Selbstwahrnehmung	Fremdwahrnehmung	Teamwork	Konfliktlösung	Handlungsalternativen	Bedürfnisse	Kommunikation	Dauer	Aktivitätslevel	Material	Anzahl Kinder	Alter	Seite
Bärenstarkes stehen	xx		x	x						+	nein	1	3	12		
Friesengruß	xx	x			x			x x	2	++	nein	5	3	12		
Lächelvirus	xx		x	x			x	x	5	+	nein	1	3	13		
Begrüßungszeremonie	xx					x		x	5	+	nein	6	4	14		
Meeressalat		xx	x	x						+++	ja	8	5	16		
Kunstflieger		xx				x		x		+++	ja	6	3	16		
Burgen bauen		xx	x	x	x				8	++	nein	6	3	17		
Elektroboot-Teststrecke		xx				x		x		+++	ja	6	3	17		
Perlen-Dieb		xx	x	x		x	x			+++	ja	6	5	18		
Laser-Blick-Duell			xx	x				x	2	+	nein	2	3	20		
Robben säubern		x	xx	x			x	x		+	ja	2	5	20		
Haifischhaut			xx			x		x			nein	6	6	21		
Seeigel			xx	x					5-10	+	ja	2	4	22		
Aufstehen				xx	x					+	nein	2	5	24		
Korallenriff bauen			x	xx				x	5-10	++	nein	2	4	24		
Spiegelbild		x		xx				x		++	nein	2	3	25		
Wasserpflanzen			x	xx					6-8	++	nein	2	4	25		
Gefühlschaos			x	xx						++	nein	6	3	26		
Aquarium					xx			x			ja	6		28		
Doppelrolle				x	xx					++	nein	2	5	28		
Schwimmen gegen den Strom					xx	x		x		++	ja	6	6	29		
Angel ablegen				x	xx				5	+	ja	6	5	29		
Raupenlaufen					xx					++	ja	6	5	30		

Hauptlernfeld: xx | weitere Lernfelder: x | Aktivitätslevel: hoch +++ / mittel ++ / niedrig + | Material: ja | nein | Dauer: Minuten
Anzahl der Kinder: Minimum | Alter: ab

Spiel	Begrüßung	Regelverständnis	Selbstwahrnehmung	Fremdwahrnehmung	Teamwork	Konfliktlösung	Handlungsalternativen	Bedürfnisse	Kommunikation	Dauer	Aktivitätslevel	Material	Anzahl Kinder	Alter	Seite
Eisberg erklimmen				xx	x				ja	6	6	30			
Eisberg (leicht)				xx	x		x	10-15	+++	ja	4	5	31		
Teamball		x		xx			x		+++	ja	8	6	32		
Seebeben		x		x	xx	x			+++	ja	10	5	34		
Planktonspiel		x		x	xx				+++	ja	8	4	34		
Hör auf damit!					xx	x	x	x	nein	2	3	35			
Luftblasentanz			x	x	xx			x	ja	6	4	36			
Bomben entschärfen			x			xx	x	5	++	ja	5	4	38		
Drachenschwanz-jagd				x	x	xx			+++	ja	8	4	38		
Haifischgriff					x	xx	x		nein	2	4	39			
Röhrenlabyrinth				x		xx		x	++	ja	8	4	39		
Doppelte Wasserschlange						xx	x		nein	2	4	40			
Igelspiel			x	x			xx		nein	2	3	42			
Pinguine wecken			x	x			xx		++	ja	2	4	42		
Stopp-Nein-Kreis				x	x	x	xx	5-10	++	nein	2	3	43		
Stopp-Regel					x	x	x	xx	++	ja	2	3	44		
Eisschollen schmelzen				x				xx	+++	ja	10	4	46		
Sitzschlange				x				xx	++	nein	10	6	46		
Riesen, Zwerge, Zauberer		x		x				xx	+++	ja	12	5	47		
Rückenpanzer-Massage			x	x			x	xx	+	nein	2	4	48		

Hauptlernfeld: xx | weitere Lernfelder: x | Aktivitätslevel: hoch +++ / mittel ++ / niedrig + | Material: ja | nein
Dauer: Minuten | Anzahl der Kinder: Minimum | Alter: ab

Lernfeld

BEGRÜSSUNG/RITUALE



Bärenstarkes Stehen

Damit sich die Kinder möglichst lange an ein paar Punkte erinnern, die ein selbstsicheres Auftreten ermöglichen, erfahren sie, dass der starke (Berliner) Bär folgende Dinge beachtet:

1. Skateboard-Stand: hüftbreit hinstellen, so dass sie einen festen Stand haben)
2. Reißverschluss nach oben: imaginär eine Jacke mit Reißverschluss schließen, dabei heben sie den Brustkorb leicht an
3. Laser-Blick: entschlossen nach vorn schauen

TIPP: Zwischen den einzelnen Spielen und Übungen immer mal wieder an das bärenstarke Stehen erinnern. Kinder erzählen lassen, in welchen Situationen das bärenstarke Stehen gut sein kann.

Zeit: 5 Minuten

Aktivitätslevel: +

Erfahrung:

Ein selbstsicheres Auftreten.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Statt Reißverschluss kann auch auf eine Marionette hingewiesen werden. Der Faden hebt den Kopf nach oben.

Friesengruß

Alle sitzen im Kreis auf dem Boden, die Füße sind angewinkelt. Dann stampfen alle im gleichen Rhythmus mit den Füßen auf den Boden und zählen dabei bis vier. Danach klatschen alle mit den Händen auf die Knie und zählen ebenfalls bis vier. Zum Schluß wird in die Hände geklatscht, während ebenfalls bis vier gezählt wird. Im Anschluss winken alle und sagen Moin, Moin, Moin.

Zu Beginn wird dieses Ritual zwei Mal wie beschrieben ausgeführt und anschließend zwei mal ohne dabei laut bis vier zu zählen. Nur das Moin, Moin, Moin wird gesprochen.

Zeit: 2 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Der Friesengruß ist ein ritualisiertes Begrüßungsspiel. Es wird durch die Wiederholungen zu einer Tradition.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Zur Verabschiedung sagen alle anstatt Moin, Moin, Moin Tschüss, Tschüss, Tschüss.

Lächelvirus

Alle sitzen gemeinsam im Kreis. Ein Kind wird bestimmt, dass als erstes den Rochenlächelvirus hat.

Dieses Kind darf sich ein anderes Kind aussuchen, sich vor das Kind stellen und es anlächeln. Daraufhin erwidert das sitzende Kind das Lächeln und steht auf.

Nun haben beide Kinder den Rochenlächelvirus und stecken andere Kinder an, bis alle Kinder den Rochenlächelvirus haben und stehen.

Zeit: 2 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Ein Lächeln ist Teil einer Sprache, die überall verstanden wird und kann helfen schneller Freunde zu finden.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Bei diesem Spiel kann eine kurze Aussprache und/oder Einführung zu ebenfalls ansteckenden Verhaltensweisen (Virus) durchgeführt werden.



Begrüßungszeremonie¹

Alle Kinder sitzen im Kreis. Den Kindern wird erklärt, dass es respektvoll ist, andere Menschen, z. B. morgens in der Kita/Schule, zu begrüßen. Dabei werden den Kindern verschiedene Möglichkeiten gezeigt, dieses zu tun. Sich die Hand geben und sagen: "Guten Morgen". Oder man gibt sich High-Five und sagt: "Hallo" usw. Ganz wichtig ist es dabei, dem Gegenüber immer in die Augen zu schauen.

Ein Kind wird bestimmt, das beginnen darf. Dieses steht auf und geht zu einem noch sitzenden Kind um es zu begrüßen. Welche Art der Begrüßung es wählt bleibt ihm überlassen. Nachdem das sitzende Kind den Gruß erwidert hat, steht es ebenfalls auf und begrüßt nun seinerseits ein anderes Kind. Nun sind es zwei Kinder, die neue Kinder zum begrüßen wählen, usw.

Das Spiel ist beendet, wenn alle Kinder stehen und somit jeder begrüßt wurde.

TIPP: Kinder können sich auch in anderen Sprachen begrüßen. Hier besonders auf die verschiedenen Familiensprachen achten.

Zeit: 5 Minuten

Aktivitätslevel: +

Erfahrung:

Eine freundliche Begrüßung ist ein erster Bestandteil für einen respektvollen Umgang miteinander. Unterschiedliche Begrüßungen in Art und Sprache kennenlernen.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Diese Begrüßung kann immer zu Beginn einer Einheit des Sozialen Lernens gemacht. Eignet sich aber auch für die tägliche Begrüßung im z. B. Morgenkreis in der Kita.



Lernfeld

REGELVERSTÄNDNIS



Meeresalat

Alle Kinder stehen/sitzen im Kreis. Jedem Kind wird ein Meereslebewesen (z. B. Delfin, Krabbe, Muschel, Koralle) zugeteilt. Wird von den Anleitenden ein Meereslebewesen genannt, laufen die Kinder, die dieses Lebewesen sind, durch die Kreismitte und suchen sich einen freien anderen Platz im Kreis. Dabei soll kein Kind ein anderes berühren.

Treffen sich dennoch 2 Kinder, müssen sie den anderen mit den Worten "Entschuldigung, ich habe dich nicht gesehen", um Verzeihung bitten. Besonders knifflig wird es, wenn Meeressalat gerufen wird, denn dann müssen alle Kinder durch den Kreis laufen und sich einen neuen freien Platz suchen.

TIPP: Dieses Spiel eignet sich besonders nach längeren intensiven Lernphasen, da es mit viel Bewegung verbunden ist. Außerdem lieben es die Kinder, wenn die Anleitenden mitspielen.

Zeit: beliebig

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung:

Hier üben die Kinder einen behutsamen Umgang ein.

Material:

Evtl. Sitzkissen zur Begrenzung eines Platzes. Dies ist bei kleineren Kindern sehr hilfreich, damit sie einen freien Platz erkennen.

Hinweise/Alternativen:

Im Verlauf des Spiels kann auch ein Kind in die Mitte des Kreises gehen und hat somit keinen Platz. Nun sagt dieses Kind die Meeresbewohner an und versucht einen frei gewordenen Platz suchen. Ein anderes Kind hat nun keinen Platz und steht in der Mitte, usw.

Kunstflieger

Die Kinder sollen sich vorstellen, dass sie Kunstflugzeuge wären (Kinder breiten die Arme als Flügel aus) und so kleinen, auf den Boden liegenden Inseln, ausweichen müssen. Die Techniken, wie sie ausweichen müssen wird vorge macht, z. B.:

Mit spannenden Sprüngen über die Insel springen und rückwärts an den Inseln vorbeilaufen etc.

Dabei dürfen die Flugzeuge keinen anderen Flieger berühren. Passiert es doch, wird sich mit den Worten "Entschuldigung, ich habe dich nicht gesehen" um Verzeihung gebeten.

TIPP: Dieses Spiel kann ein guter Einstieg in das Thema sein "Was passiert manchmal, wenn sich angerempelt und dann nicht entschuldigt wird?"

Zeit: Bis zu 10 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung:

Bei diesem Spiel können die Kinder ihrem Bewegungsdrang nachkommen, gleichzeitig aber üben aufeinander zu achten und sie lernen was sie machen können, wenn sie versehentlich jemanden anrempeln.

Material: Pione oder Markierteller für die Inseln

Hinweise/Alternativen:

Wer 3x einen anderen angerempelt hat, muss zur Wartung kurz in den Hangar.

Burgen bauen²

Es werden Zweierpärchen gebildet, die zusammen eine Burg bauen. Ein Kind bildet das Fundament der Burg. Hierzu positioniert es sich mit den Händen und Füßen bzw. Knien auf dem Boden.

Das andere Kind bildet nun einen Turm und darf dabei den Boden nur noch mit einem Fuß berühren und hat die Aufgabe gleichzeitig ein Körperteil des anderen Kindes zu berühren, ohne dem Kind wehzutun.

In dieser Pose sollen sie es schaffen bis 10 zu zählen. Dann werden die Rollen getauscht.

TIPP: In der ersten Spielphase können die Kinder selber entscheiden, welches Körperteil beim Fundament berührt wird. Im zweiten Schritt kann durch Vorgabe der zu berührenden Körperteile und Ansage welcher Fuß oder welche Hand den Boden berühren darf die Schwierigkeit erhöht werden.

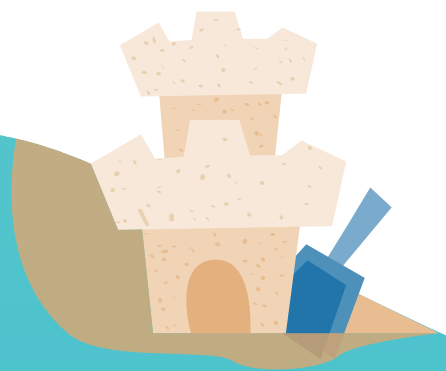
Zeit: 5 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Die Kinder lernen eine Aufgabe zu lösen, ohne sich gegenseitig wehzutun. Die Kinder verstehen, warum die Regeln sinnvoll sind. Sie üben, auf sich und den Spielpartner zu achten. Außerdem ist Teamwork gefragt, damit die Burg auch 10 Sekunden stabil stehen kann.

Material: keins



Elektroboot-Teststrecke

Die Kinder bekommen runde Gegenstände z. B. Bierdeckel als Lenkräder ihrer Elektroboote in die Hand und der Übungsraum wird zur Rennstrecke. Nun befahren sie die Teststrecke. Im Wasser befinden sich noch Segelboote, Paddelboote, Stand Up-Paddler und auch Schwimmer (Markierungen auf dem Boden), denen immer ausgewichen werden muss. Die Techniken, wie ausgewichen werden soll, werden vorgemacht, z. B. springen, seitlich dran vorbei, rückwärts drüber, mit einem Seitgalopp etc. Die Kinder hierbei mit einbeziehen.

Die Elektroboote dürfen kein anderes Boot berühren. Passt es doch, wird sich mit den Worten "Entschuldigung, ich habe dich nicht gesehen" um Verzeihung gebeten.

TIPP: Dieses Spiel kann ein guter Einstieg in das Thema sein "Was passiert, wenn sich angerempelt und dann nicht entschuldigt wird?"

Zeit: Bis zu 10 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung:

Spaß haben, sich bewegen und dabei aufeinander achten und gleichzeitig lernen, wie einfach eine Entschuldigung sein kann.

Material: Markierteller oder Bierdeckel als Lenkrad

Hinweise/Alternativen:

Wer 3x gerempelt hat, muss zur Wartung kurz in die Werkstatt und überlegt sich einen weiteren Satz zur Entschuldigung.



Perlen-Dieb³

Die Kinder bilden Zweierpärchen. Ein Kind setzt sich auf den Po, die Hände hinter sich auf den Boden. Zwischen die Füße soll es die "Perle" (einen kleinen Ball) klemmen. Das zweite Kind soll nun nach einem Startsignal versuchen, die "Perle" zu stehlen.

Der Dieb darf nur die "Perle" berühren und er darf das am Boden sitzende Kind nicht festhalten. Das am Boden sitzende Kind darf sich auf dem Po drehen, damit die "Perle" vom Dieb nicht erreicht werden kann. Schafft es der Dieb oder ist die Zeit vorbei, werden die Rollen getauscht.

TIPP: Zu Ostern kann aus der "Perle" auch einfach ein "Osterei" gemacht werden. Dann wird der "Perlendieb" zum "Ostereierdieb".

Zeit: 5-10 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung: Dieses Spiel aktiviert verschiedene Themenbereiche: Das Thema Handlungsalternativen, da ein Weg gefunden werden muss, regelkonform an die Perle zu kommen und andersherum dies zu verhindern. Außerdem wird die Fremdwahrnehmung der Kinder angesprochen. Sie müssen auf die (möglichen) Bewegungen des anderen Kindes eingehen, um das Spiel zu gewinnen.

Material: Einen (kleinen) Ball

Hinweise/Alternativen: Alternativ kann auch ein Stift zwischen die Füße geklemmt werden.



Lernfeld

SELBSTWAHRNEHMUNG



Laser-Blick-Duell

Die Kinder stellen sich in Zweierpärchen mit etwa einer Schrittlänge Abstand gegenüber auf. Die Füße sind dabei etwa schulterbreit aufgestellt. Das sorgt für einen festen Stand (Skateboard Stand).

Die Brust wird nach oben gezogen. Das funktioniert am besten, wenn man sich vorstellt, den Reißverschluss seiner Jacke zuzuziehen.

Nun schauen sich die Kinder in Zweierpaarungen entschlossen und ernst in die Augen (Laser-Blick).

Wer zuerst lacht oder wegschaut hat verloren. Mit dem nächsten Partner oder Partnerin erneut üben.

Zeit: 2 Minuten

Aktivitätslevel: +

Erfahrung:

Mit diesem Spiel wird geübt, dem Gegenüber in die Augen zu schauen. In alltäglichen Gesprächen bzw. in Konfliktsituationen ist dies wichtig. Einigen Kindern fällt dies jedoch nicht so leicht und kann hier spielerisch geübt werden. Obwohl das Aktivitätslevel niedrig ist, macht es viel Spaß und Gelächter ist vorprogrammiert.

Material: keins

Robben säubern

Alle Kinder sind Robben, die lange am Strand gelegen haben und nun sehr schmutzig sind.

Jeweils 2 Kinder erhalten einen Softball und säubern sich nun nacheinander gegenseitig. Das Kind, das die Robbe sauber macht, geht sehr vorsichtig vor.

Das Kind das gesäubert wird äußert sich, wenn eine Stelle berührt wird, die ihm nicht angenehm ist. Es sagt ganz deutlich: "Nein, da bitte nicht!"

Wurden 3 Stellen gefunden, wo ordentlich gesäubert werden durfte, werden die Rollen getauscht.

Zeit: 5 Minuten

Aktivitätslevel: +

Erfahrung: Kinder lernen hier einen besonders achtsamen Umgang bei Berührungen mit anderen Kindern und lernen klar und deutlich zu benennen, was ihnen nicht gefällt.

Material: Softball oder zusammengerollte Socke

Hinweise/Alternativen:

Ein weiterer Wechsel unter allen Kindern. Das Kind mit dem Ball sucht sich eine neue Robbe (Kind ohne Ball).

Haifischhaut⁴

Alle Kinder stehen im Kreis. Der/die Anleitende erklärt kurz, warum der Haifisch (Beschaffenheit seiner Haut) so schnell durch das Wasser schwimmen kann. Danach werden die Kinder in Gruppen eingeteilt. Werden nun die einzelnen Gruppen aufgerufen, sollen die Mitglieder der Gruppe durch den Kreis gehen, während sie von dem/der Anleitenden beleidigt werden. Dabei sollen die Kinder auf die Provokationen nicht reagieren.

Um es schwerer zu machen, kann der/die Anleitende sich auch in die Mitte des Kreises stellen oder die Kinder rufen, die dann erst zu ihm gucken sollen, bevor sie beleidigt werden. Auch dann sollen sie einfach gelangweilt weitergehen, denn Beleidigungen perlen an der Haifischhaut ab.

TIPP: Dieses Spiel eignet sich sehr gut, wenn in der Klasse oder Gruppe vorher bereits das Thema Beleidigungen behandelt wurde. Im Vorfeld genau klären, welche Beleidigungen gesagt werden dürfen.

Zeit: 2 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Zunächst sollte den Kindern vermittelt werden, dass eine der klügsten Möglichkeiten auf Provokationen, Beleidigungen und Erniedrigungen zu reagieren, das Ignorieren ist. Die Kinder können sich als Gewinner fühlen, wenn sie einen Provokateur nicht beachten.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Eine besonders schöne Variante ist, wenn ein Kind später allein durch den Kreis laufen darf, während ein anderes Kind eine Beleidigung sagt. Schafft das Kind durchzulaufen ohne zu reagieren, bekommt es von der ganzen Gruppe einen Applaus.



Seeigel

Die Kinder bilden Zweierteams. Sie erhalten 3 Wäscheklammern. Ein Kind macht die Augen zu. Das andere klemmt vorsichtig Wäscheklammern an die Kleidung des/der Partner*in. Das Kind, das die Augen zu hat, darf raten, an welche Stellen die Klammern festgesteckt wurden.

Dann werden die Augen geöffnet und überprüft, ob man richtig lag. Danach wird getauscht.

Dann suchen die Kinder, die die Klammern in der Hand haben einen neuen Partner*in, usw.

TIPP: Folgende Geschichte könnte zur Einführung des Spiels erzählt werden:

"Unser Haifisch ist viel im Meer umhergeschwommen. Einmal hat er einen Taucher gesehen, der ganz viele Seeigel an seinem Anzug kleben hatte. Der Haifisch hat sehr gelacht und sich gefragt, warum der Taucher die an ihm haftenden Seeigel nicht abgemacht hat. Hat er vielleicht gar nicht gemerkt, wie sie an den Anzug gekommen sind?"

Jetzt testen wir mal, wie gut ihr im Aufspüren von Berührungen seid und ob ihr genauso vorsichtig sein könntet wie die Seeigel, die sich fast unbemerkt anheften konnten.

Zeit: 8-10 Minuten

Aktivitätslevel: +

Erfahrung:

Vorsichtig mit anderen umzugehen sowie wachsam für Berührungen zu sein wird hier besonders geschult.

Material:

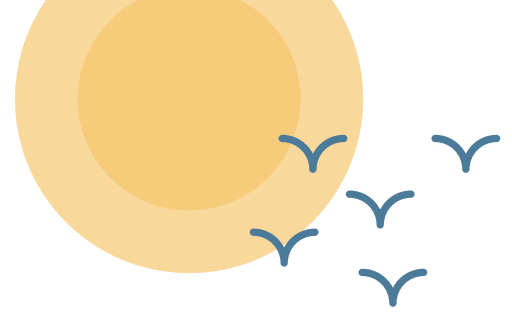
3 Wäscheklammern pro Paar, wenn vorhanden: Augenbinden oder Augenmasken



Lernfeld

FREMDWAHRNEHMUNG





Aufstehen

Es werden Zweierpärchen gebildet, die mit angewinkelten Beinen Rücken an Rücken auf einer Matte bzw. auf einem weichen Untergrund sitzen. Nun wird versucht gemeinsam aufzustehen, ohne die Arme zu Hilfe zu nehmen.

Variante 1:

Es kann hilfreich sein, sich zusätzlich an den Armen unterzuhaken.

Variante 2:

Die Hände beim Aufstehen auf die eigenen Knie legen.

Variante 3:

Die Arme beim Aufstehen in die Luft strecken.

Zeit: 15 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Sich abzustimmen und etwas gemeinsam zu schaffen ist eine wichtige Erfahrung, die Kinder hier machen können.

Hoher Spaßfaktor!

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Der Schwierigkeitsgrad dieses Spiels wird erhöht, indem bis zu vier Kinder Rücken an Rücken und untergehakt versuchen aufzustehen.

Korallenriff bauen⁵

Die Kinder gehen zu zweit zusammen. Das eine Kind ist eine Koralle, das andere der Erbauer. Der Erbauer darf 10 Sekunden lang die Koralle vorsichtig und langsam formen. Zum Beispiel durch Bewegen von Armen, Beinen, Hände oder Kopf.

Nach 10 Sekunden bleiben alle Korallen stehen und die Erbauer betrachten und loben nun die anderen Riffe. Danach erfolgt ein Wechsel.

TIPP: Das Titelbild für die Erklärung von Korallen nutzen.

Zeit: 10-15 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Beim Korallenriff lernen die Kinder ihre Kräfte zu dosieren (Korallen sind ganz empfindliche Meereslebewesen) sowie den vorsichtigen Umgang im Berühren anderer Kinder.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Die Einführung dieses Spiels ist besonders eindrücklich, wenn die Anleitenden einmal als Erbauer auftreten und wie Künstler handeln; z. B. sein Werk betrachtet, einen Schritt zurück geht, vielleicht den Kopf schüttelt, danach dann etwas verändert. Oder eine tolle Idee hat und dies darstellt.

Spiegelbild⁶

Die Kinder finden sich zu zweit zusammen. Ein Kind ist zuerst das Original und das andere ist sein Spiegelbild. Das Original macht sechs Bewegungen vor. Das Spiegelbild-Kind macht diese Bewegungen jeweils unmittelbar nach.

Nach den sechs Bewegungen tauschen die Kinder ihre Rollen: das Spiegelbild-Kind wird zum Original und darf sechs Bewegungen vormachen, die das andere Kind ihm nachmacht. Danach erfolgt ein neuer Partnerwechsel.

Variante 1:

Den Kindern werden die sechs Bewegungen einmalig vorgemacht und damit vorgegeben.

Variante 2:

Es geht immer nur ein Paar in die Kreismitte und führt ihre Spiegelbilder für die anderen vor.

TIPP: Zu Beginn je nach Setting darauf hinweisen, dass die Bewegungen den Raummöglichkeiten entsprechen müssen d. h. die Paare sich nicht untereinander stören.

Zeit: 5 Minuten (Variante 1),
Pro Paar ca. 1 Minute (Variante 2)

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Hier wird vor allem das aufmerksame Beobachten der Kinder geschult.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Variante 1:

Der Schwierigkeitsgrad dieses Spiels wird dadurch erhöht.

Variante 2:

Die Bewegungsabläufe werden konzentrierter und genauer.

Wasserpflanzen

Es werden Zweierteams gebildet, jedes Team stellt eine Wasserpflanze dar. Alle Teams ergeben einen Wasserpflanzenwald. Die Kinder fassen sich an die Hände, die Füße bleiben fest auf dem Boden.

Durch die gemeinsamen Körperbewegungen wird versucht, den anderen aus dem Gleichgewicht zu bringen. Macht einer einen Schritt, weil er das Gleichgewicht verloren hat, beginnt eine neue Runde.

TIPP: Bewegungen einer Wasserpflanze erstmal alleine ausprobieren, dann zu zweit. Thematisch kann hier gut über Bewegungen im Wasser gesprochen werden. Kinder fragen, wie sich Bewegungen im Wasser anfühlen.

Zeit: 5 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung: Förderung des Gleichgewichts, körperliche Standfestigkeit üben.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Dieses Spiel kann wunderbar eingesetzt werden, wenn Kinder unruhig werden und etwas Bewegung brauchen.

Gefühlschaos⁷

Alle Kinder sitzen im Kreis. Der/die Anleitende geht in die Kreismitte und stellt pantomimisch Gefühle dar. Um den Kindern bewusst zu machen, dass ihre Körpersprache Einfluss darauf hat, ob ihr Gegenüber ihnen mit Respekt begegnet, üben sie nun ein, verschiedene Emotionen selbst darzustellen.

Die Kinder bekommen die Aufgabe durch den Raum zu gehen ohne zu sprechen und dabei eine Emotion, die angesagt wurde, darzustellen. Auf ein Zeichen bleiben alle Kinder in ihrer Position stehen. Nun kann typische Mimik und Gestik in einer Art Auswertung beispielhaft an den Darstellungen der Kinder beschrieben und benannt werden. z. B. fröhlich (offene Augen, beschwingte Körperbewegungen, ein Lächeln im Gesicht, etc.).

Mögliche weitere darzustellende Gefühle können sein: müde, wütend, ängstlich, traurig, angeberhaft, provozierend...

TIPP: Einzelne Kinder diese Gefühle bei der Auswertung vormachen lassen.

Zeit: 10-15 Minuten

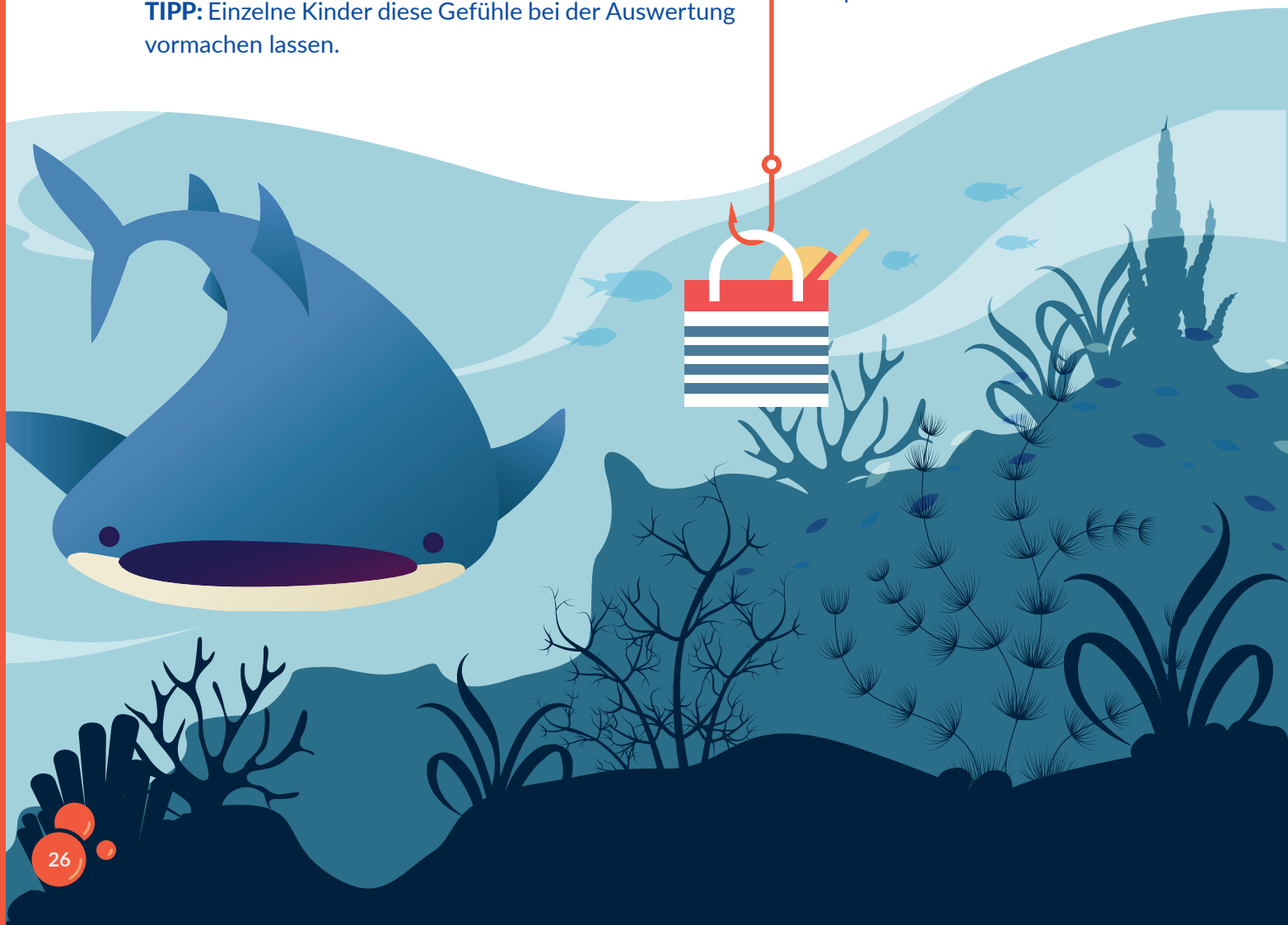
Aktivitätslevel: ++

Erfahrung: Die Kinder lernen, Gefühle besser zu erkennen und diese auch auszudrücken. Auch die, die einem klaren, bestimmten Auftreten zum Beispiel in Konfliktsituationen entgegenstehen würden, z. B. mit hängenden Schultern dastehen und sagen: "Ja, mir geht es super."

Material: keins

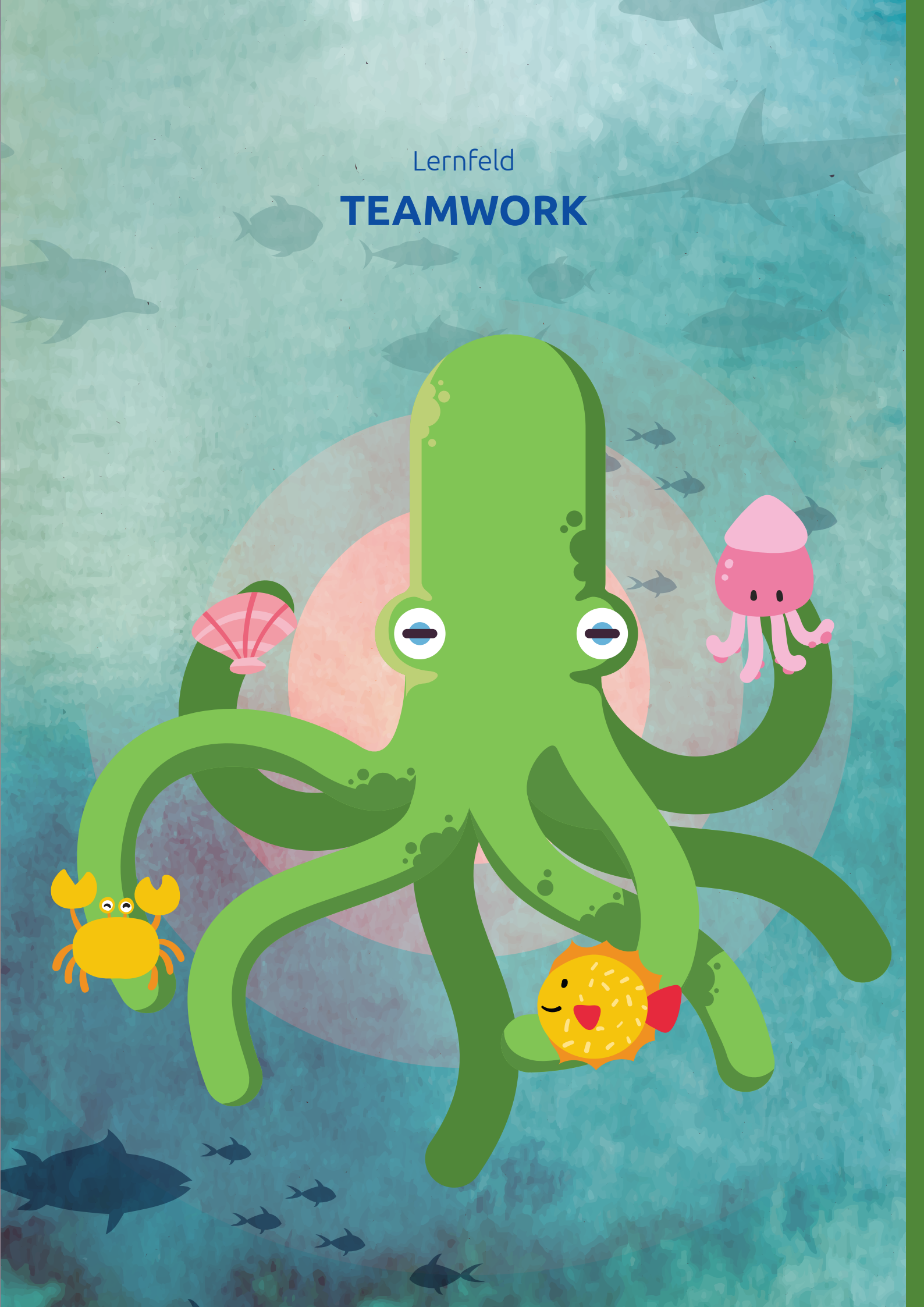
Hinweise/Alternativen:

Es empfiehlt sich, die Gefühle im Vorfeld anhand von Geschichten und Bildern zu benennen und zu besprechen.



Lernfeld

TEAMWORK



Aquarium

Der/die Anleitende erzählt eine selbst ausgedachte, einleitende Geschichte.

Im Raum liegt eine Matte (Aquarium). Für das Spiel werden zunächst zwei Fänger*innen bestimmt. Sie sind "Angelnde" und haben die Aufgabe, alle anderen Kinder (Fische) zu fangen. Wenn ein Fisch geangelt wurde, legt er sich auf den Boden und ruft nach Tierpflegern, um wieder im Wasser mitschwimmen zu können. Nun müssen sich 2-4 Fische zusammentun und den Fisch auf dem Trockenen an Armen und Beinen tragend ins "Aquarium" (Matte) bringen. Während der verletzte Fisch ins Aquarium gebracht wird, dürfen die Tierpfleger nicht geangelt werden. Der verletzte Fisch ist, sobald er im Aquarium angekommen ist, direkt geheilt und kann wieder am Spiel teilnehmen.

TIPP: Ein sehr turbulentes, kurzweiliges und spaßiges Spiel.

Zeit: 10-15 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung:

Eignet sich durch viel Bewegung besonders gut zum Aufwärmen. Raum sollte groß genug sein, damit sich die Kinder nicht gegenseitig stoßen.

Material: 1-4 Matten

Hinweise/Alternativen:

Zeitliche Begrenzung des Spiels: die geheilten/erlösten Fische bleiben im Aquarium und am Ende ist kein Kind mehr übrig.

Variante: Die Kinder bewegen sich z. B. nur hüpfend fort.

Variante: Es werden mehrere Matten im Raum verteilt.



Doppelrolle

Es werden Zweierpärchen gebildet, die sich auf den Boden legen und mit den Füßen berühren. Ziel ist es, eine vorgegebene Strecke zusammen über den Boden zu rollen ohne dabei den Kontakt zueinander zu verlieren.

Möglichst viele verschiedene Paarungen bilden.

TIPP: Bei einer ungeraden Zahl an Kindern ein Kind als Schiedsrichter einsetzen. Derjenige, der dann nicht den Kontakt gehalten hat, wird ausgewechselt und ist nun Schiedsrichter und hat dann auch wieder die Gelegenheit ins Spiel zu kommen.

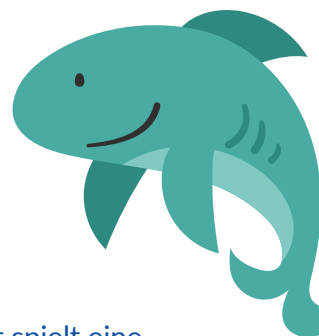
Zeit: 10-15 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Die Zusammenarbeit spielt eine wichtige Rolle. Die Pärchen sind aufgefordert sich aufeinander zu konzentrieren, damit die Füße nicht ihren Kontakt verlieren. Gleichzeitig ist Kommunikation nötig, sonst rollen sie nicht gleichzeitig bzw. gleich schnell. Durch die Berührung an den Füßen nehmen sie außerdem das andere Kind wahr. Fremdwahrnehmung ist somit auch ein Teil dieses Spiels.

Material: keins



Schwimmen gegen den Strom

Alle Kinder stehen auf einer Bank. Sie sind kleine Fische, die durch einen schmalen Felsenspalt (Bank) schwimmen wollen. Nun sehen sie plötzlich einen großen Fisch auf sich zukommen und wollen schnell wieder weg. Sie versuchen ihre Plätze spiegelverkehrt zu tauschen, um so dem großen Fisch zu entkommen: das Kind ganz rechts soll nun ganz links stehen usw. Keiner darf die Felsenspalte verlassen und den Meeresboden berühren.

Wie die Kinder dies machen, sollen sie selbst entscheiden.

TIPP: Spannend ist hierbei zu beobachten, wie die Kinder das Problem lösen. Einzelne erzählen lassen, wie sie darauf gekommen sind.

Zeit: 5-10 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung:

Die Kinder lernen im Team zu arbeiten. Gleichzeitig müssen sie nach Handlungsalternativen suchen, um einen Weg zu finden nicht von der Bank zu fallen.

Material: 2-3 Bänke

Hinweise/Alternativen:

Bei zu vielen Personen, können kleinere Gruppen gebildet werden.



Angel ablegen

Die Kinder stellen sich in zwei gegenüberliegenden Reihen nahe beieinander auf und strecken einen Finger nach vorne. Die Angel (Holzstab) wird auf die Finger der Kinder gelegt. Ihre Aufgabe ist es nun, die Angel auf dem Boden abzulegen. "Schafft ihr es, die Angel gemeinsam abzulegen, und dabei den Finger die ganze Zeit unterhalb der Angel zu lassen?"

Achtung: Die Angel darf nur gelegt werden, werfen oder abrollen lassen ist nicht erlaubt.

TIPP: Im Vorfeld, bei der Einführung des Spiels, verschiedene Lösungsansätze sammeln: z. B. einer der Gruppe sagt an, wann in die Knie gegangen wird.

Hier kann das Spiel auch genutzt werden, Teamleader-Kompetenzen zu schulen.

Zeit: 10 Minuten

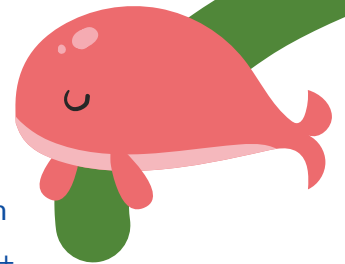
Aktivitätslevel: +

Erfahrung: Die Kinder lernen konzentriert zusammen zu arbeiten, Bewegungen zu koordinieren und sich miteinander abzustimmen. Oft wird die Angel nach oben gehoben und es wird schwer, die Richtung nach unten zu korrigieren. Nur durch detaillierte Absprachen, Konzentration, Selbstorganisation und Moderation ist das Ziel erreichbar.

Material: Leichter Holzstab

Hinweise/Alternativen:

Je nach Länge des Holzstabes kann in mehreren Kleingruppen und auch als kleiner Wettstreit gespielt werden. Welche Gruppe ist schneller erfolgreich?



Raupenlaufen

Alle Kinder stellen sich hintereinander auf:

Variante 1: Sie knien sich hin und jeder umfasst die Fesseln des vorderen Kindes. Nun setzt sich die Raupe in Bewegung und krabbelt durch den Raum, so lange bis die Verbindung reißt. Jetzt beginnt man von Neuem.

Variante 2: Jeder nimmt ein Bein des vorderen Kindes in die Hand und die Raupe setzt sich hüpfend in Bewegung, so lange bis die Verbindung reißt.

Variante 3: Die Kinder halten sich am Bauch fest. Somit entsteht eine Raupe mit vielen Beinen, die koordiniert werden muss.

Der Erste in der Schlange gibt immer den Takt vor. Nach einer bestimmten Zeit wird gewechselt und der Spieler am Ende der Raupe darf nun der Kopf sein und die Geschwindigkeit angeben.

TIPP: Wenn genug Spieler da sind, können auch zwei Raupen gegeneinander als Wettkampf laufen. Welche ist die schnellere Raupe und warum? Was haben die anderen besser oder anders gemacht?

Zeit: 5 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Hier steht das synchrone Bewegen im Vordergrund, da die Raupe sonst ins Straucheln kommt.

Material: evtl. kleine Hindernisse, wie z. B. Pylonen, kleine Kästen etc.

Hinweise/Alternativen:

Die Schwierigkeit kann erhöht werden, wenn ein Parcours vorgegeben wird und die Raupe Hindernisse überwinden muss. Bei schnellem Laufen aufpassen, dass nicht das ein oder andere Kind über seine eigenen Füße fällt.



Eisberg erklimmen

In der Hallenmitte werden 3 große Kästen parallel zueinander aufgestellt. Auf die Kästen wird eine Weichbodenmatte gelegt, was den Berg darstellt. Um den Berg werden zur Sicherung die Matten verteilt.

Ziel des Spiels ist es, dass alle Kinder den Mattenberg (Eisberg) gemeinsam erklimmen.

TIPP: Die Kinder werden animiert im Team zu arbeiten und sich gegenseitig zu helfen, um den Eisberg schneller zu erklimmen. Dies sollte auch als Tipp gegeben werden.

Zeit: 10-15 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung: Durch die gegenseitige Unterstützung beim Erklimmen des Eisbergs wird die Bedeutung von Teamwork verdeutlicht und der Zusammenhalt wird gefestigt.

Material: 3 große Kästen, 1 Weichboden, 8 kleine Matten

Hinweise/Alternativen:

Die Zeit zu stoppen kann eine Motivation sein, besser und effektiver zusammenzuarbeiten.



Eisberg (leichte Variante)

In der Mitte der Halle wird eine Weichbodenmatte gelegt, aussen herum (entsprechend der Anzahl der Kinder) Teppichfliesen verteilt. Jedes Kind sucht eine Teppichfliese und stellt sich drauf. Die Spielleitung erzählt folgende kurze Einführungsgeschichte:

"Wir waren mit unserem Forschungsschiff in der Arktis unterwegs, als es an einem Eisberg zerbrach. Zum Glück konnten wir uns alle auf kleine Eisschollen (Teppichfliesen) retten, die im eiskalten Wasser umhertreiben. Unsere einzige Hilfe ist nun ein rettendes Floß, auf das die gesamte Besatzung gebracht werden muss (Weichbodenmatte). Die Eisschollen sind so klein, dass sie bewegt werden können, jedoch nur, wenn sich darauf niemand befindet. Es ist jedoch möglich, mit mehreren Kindern auf einer Eisscholle zu stehen. Aber Achtung: das Wasser ist eiskalt, es sollte also kein Fuß ins Wasser geraten."

Wie die Kinder auf das Floß kommen, wird ihnen selbst überlassen.

Bewegungsaufgabe: Wie könnt ihr es schaffen, alle Kinder auf das Floß zu retten?

Zeit: 10-15 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung:

Gegenseitige Hilfe ist wichtig.

Material: Teppichfliesen/Reifen, Weichbodenmatte

TIPP:

Mehrere Fliesen erleichtern die Übung. Der Schwierigkeitsgrad kann erhöht werden, indem die Fliesen weit weg von der Matte verteilt werden.



Teamball

Gespielt wird in 2 Teams. Die Teams dürfen sich auf dem gesamten Spielfeld bewegen, während sie versuchen, sich den Ball zehnmal im Team hintereinander zuzuspielen. Schnappt sich ein Mitglied der gegnerischen Mannschaft den Ball oder fällt er auf den Boden, bevor die zehn Pässe geschafft sind, ist die gegnerische Mannschaft an der Reihe und kann sich den Ball zehnmal zupassen.

Der Ball darf nicht an dieselbe Person zurückgespielt werden und muss innerhalb von fünf Sekunden abgepielt werden (das gegnerische Team zählt). Andernfalls muss der Ball an die gegnerische Mannschaft übergeben werden. Es ist nicht erlaubt jemandem den Ball zu entreißen. Die Spieler*innen zählen die Würfe laut mit. Schafft ein Team zehn Pässe hintereinander, so erhält es einen Punkt. Daraufhin erhält die andere Mannschaft den Ball. Die Mannschaft, die am Ende der Spielzeit die meisten Punkte hat, gewinnt das Spiel.

Ziel ist es, als Team so viele Punkte wie möglich zu erhalten. Es gibt einen Punkt, wenn der Ball ohne Unterbrechung so oft im Team kursiert ist, wie das Team Mitspieler hat. Dann bekommt das andere Team den Ball.

TIPP: Um Ausgrenzung bei der Wahl der Teams zu vermeiden, können die Teams auch von den Anleitenden durchgezählt werden. Dafür stellen sich die Kinder in einer Reihe oder einem Kreis auf, und zählen immer abwechselnd auf 2 oder 3, je nachdem wie viele Teams spielen sollen.

Zeit: 15–20 Minuten

Aktivitätslevel: +++

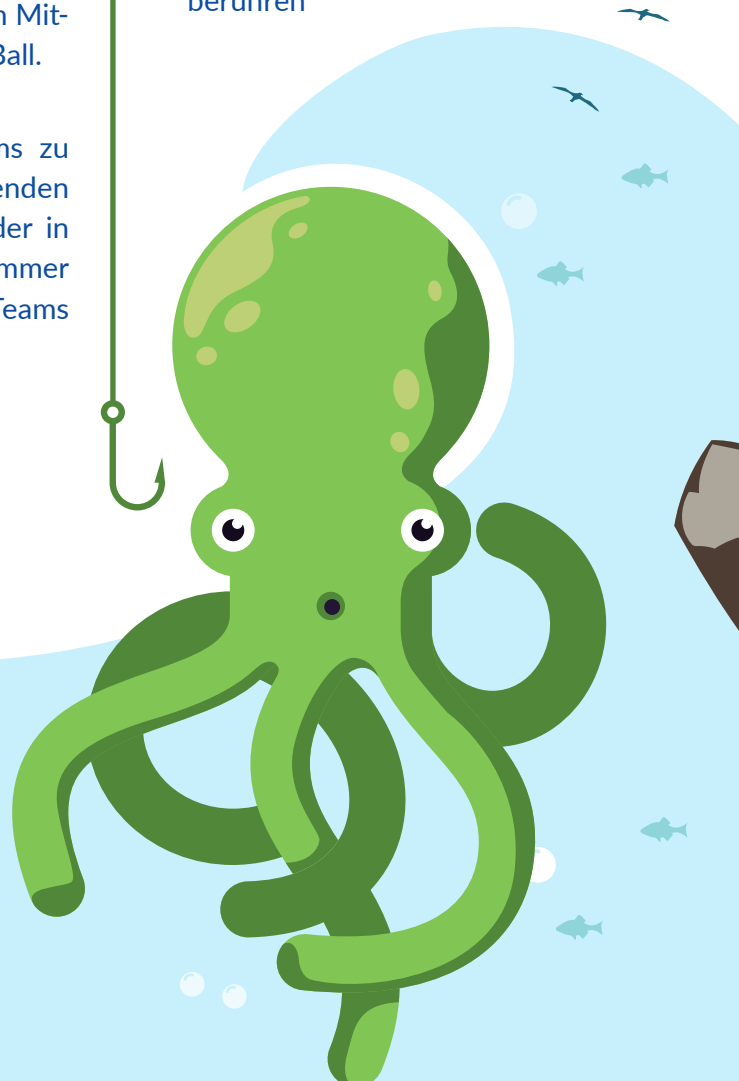
Erfahrung:

Die Kinder lernen bei viel Bewegung ALLE mit einzubeziehen, da es nur Punkte gibt, wenn alle im Team "am Ball waren". Regeln zu beachten und einzuhalten ist ebenfalls eine intensive Erfahrung bei diesem Spiel.

Material: Softball, Markierungsleibchen oder -bänder

Hinweise/Alternativen:

1. Statt 10 Ballwechsel können auch 7 oder 8 Ballwechsel zum Ziel erklärt werden
2. Spiel mit 3 Teams gleichzeitig
3. Der Ball darf den Boden berühren



Lernfeld

KONFLIKTLÖSUNG



Seebeben

Die Kinder stellen sich so auf, dass sie zu dritt ein Haus bauen. Ein Haus besteht aus einer rechten und einer linken Wand, die ein Dach bilden, sowie einem Bewohner.

Die jeweiligen Rollen werden vor dem Spiel festgelegt und die Kinder werden mit farbigen Bändchen markiert.

Ein Kind gehört zu keinem Haus und startet das Spiel. Es ruft nun entweder "linke" oder "rechte Wand" oder "Bewohner". Nun müssen die jeweils Aufgerufenen sich ein anderes Haus suchen.

In dieser Zeit versucht das Kind, das noch zu keinem Haus gehörte, sich in ein Haus einzubauen. Somit bleibt ein anderes Kind übrig und ist nun der neue Signalgebende. Es kann auch "Seebeben!" gerufen werden. Dann müssen ALLE ein neues Haus suchen.

Zeit: 5-10 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung:

Gut zuhören und aufmerksam sein wird gefördert.

Material: Farbige Bändchen oder Shirts

Hinweise/Alternativen:

Variante 1: Es können zeitgleich zwei zu tauschende Ansagen gemacht werden, z. B. "Linke Wand und Bewohner".

Variante 2: Bei "Seebeben" dürfen auch die Rollen getauscht werden. Die Bänder werden dann wieder neu vergeben und die Kinder müssen sich wieder etwas neues merken.

Planktonspiel

Die Kinder rennen durch den Raum. Auf ein Zeichen der Spielleitung bleiben alle Kinder stehen. Dann gibt die Spielleitung vor, wie viele Kinder sich zu einer Gruppe zusammenfinden sollen und mit welchen Körperteilen sie sich berühren sollen.

Beispiel: "Wir gehen zu dritt zusammen und die Hände berühren sich" oder "Zu zweit, Rücken an Rücken". Wie die Kinder die Aufgabenstellung erfüllen, bleibt ihnen überlassen.

TIPP: Die Kinder anregen ihre Gefühle angemessen zu äußern, wenn sie Berührungen nicht möchten.

Es können auch Kinder die Spielleitung übernehmen.

Zeit: 15-25 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung: Neben dem Austoben können die Kinder hier üben, sich behutsam zu berühren und mit wechselnden Partnern kleine Aufgabenstellungen kreativ zu lösen.

Material: evtl. Musik oder Tamburin

Hinweise/Alternativen:

Schwierigkeitsgrad erhöhen: Figuren Bauen/Akrobatik, z. B. bei der Ansage "5 Körperteile" werden jeweils 3 Füße und 2 Hände aneinander gebracht.

Hör auf damit!

Manchmal passt das, was wir sagen, gar nicht zu dem wie wir nach außen wirken. Ein Kind, das lachend und kichernd sagt "Hör auf damit", wird es nicht erreichen, dass der Streitende von ihm ablässt. Es fordert geradezu heraus, dass weiter geärgert oder getrietzelt wird.

Die Kinder stellen sich zu zweit auf. Ein Kind hält ein anderes Kind fest. Das gehaltene Kind sagt einen Satz, der betont, dass es ihm weh tut oder es ihm unangenehm ist, z. B. "Nein, lass mich los, das tut mir weh." Hierbei darf das sprechende Kind entscheiden, ob es den Satz lachend und albern, selbstbewusst und bestimmend oder ärgerlich sagt (siehe Spiel "Laser Blick Duell").

Das festhaltende Kind entscheidet, ob der/die andere die Tipps zur Körpersprache und Sprache umgesetzt hat oder nicht. Tut er es, so lässt der Haltende los. Werden die Tipps nicht umgesetzt, wird weiter festgehalten. Dann wird gewechselt.

Möglichst viele verschiedene Durchgänge mit unterschiedlichen Paarungen machen.

TIPP: Einzelne Varianten werden vom Anleitenden stark übertrieben vorgeführt. Meist löst das ein allgemeines Kichern bei den Kindern aus. Hier kann super angeknüpft und die Wichtigkeit dieser Übung hervorgehoben werden.

Zeit: 5-10 Minuten

Aktivitätslevel: +

Erfahrung:

Die Körpersprache, sowie der verbale Ausdruck wird geschult.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Besonders zurückhaltende Kinder haben Schwierigkeiten mit der klaren Wort- und Körpersprache. Sie gilt es besonders zu loben und zu motivieren.

Viele verschiedene Sätze einüben.



Luftblasentanz

Die Kinder gehen zu zweit zusammen. Ein Luftballon wird zwischen die Bäuche der Paare geklemmt. Die Hände dürfen den Luftballon nicht mehr berühren. Am besten ist es, wenn die Kinder beide Hände hinter den Rücken nehmen, so ist ein Schummeln nahezu ausgeschlossen.

Es wird Musik angestellt. Die Paare tanzen zur Musik. Dabei dürfen sie den Luftballon nicht verlieren. Die Paare, die den Luftballon verlieren, sich mit den Händen berühren oder sich garnicht bewegen, scheiden aus. Es gewinnt das Paar, das am Längsten durchtanzt.

TIPP: Da die Ballons gerne mal (absichtlich) zum Platzen gebracht werden, gleich darauf hinweisen, dass es dann nur noch einen weiteren Ballon gibt. Natürlich gilt auch hier die Partnerwechselregel: "Der erste der dich fragt, dem sagst du zu."

Zeit: 10–15 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Neben dem Austoben können die Kinder hier üben, sich behutsam zu berühren und mit wechselnden Partnern kleine Aufgabenstellungen kreativ zu lösen.

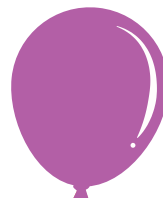
Material: Luftballons, Musik, evtl. Pione zur Markierung eines Parcours

Hinweise/Alternativen:

Die Spielleitung kann auch von den Kindern übernommen werden.

Schwierigkeitsgrad erhöhen:

1. Drei oder vier Kinder mit einem Luftballon tanzen lassen
2. Vorgeben, mit welchem Körperteil der Ballon gehalten werden muss (z. B. nur seitlich mit den Schultern)
3. Einen Parcours mit dem Ballon absolvieren lassen



Lernfeld

HANDLUNGSAalternativen



Bomben entschärfen⁸

Die Kinder sitzen oder stehen im Kreis. Sie halten den Luftballon in der Hand. Jedes Kind nennt etwas, das es wütend macht, z.B. Dinge, die wütend machen, Wörter die wütend machen, etwas über das man sich geärgert hat, schlechte Gedanken...

Die Kinder packen ihre Wutauslöser fiktiv in den Ballon und bei jeder Äußerung pusten sie den Ballon ein bisschen mehr auf.

Anschließend lassen die Kinder ihren Ballon los.

Indoor: Nicht zugebunden loslassen, hier verpufft die Wut dann ganz eindrücklich.

Outdoor: Zusammen mit dem Ballon fliegen nun auch alle wütenden Gedanken einfach davon.

TIPP: Zusätzlich kann der Ballon auch noch mit einem wütenden Gesicht bemalt werden.

Zeit: 2 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Die Kinder können ihre Wut loswerden.

Material:

Pro Kind 1 Luftballon, optional 1 Stift

Hinweise/Alternativen:

Sehr gut geeignet, wenn sich Kinder gestritten haben.

Drachenschwanzjagd

Die Teilnehmenden stellen sich in zwei Reihen auf. Der erste in der Reihe führt den Drachen als Drachenkopf an. Alle legen ihre Arme auf die Schulter des vorderen Spielers. Der letzte in der Reihe steckt sich ein Halstuch in den Hosenbund am Rücken, so dass der größte Teil des Tuches frei heraushängt.

Der Drachenkopf wird nun versuchen, das Halstuch des anderen Drachens zu erwischen und dabei aufpassen, dass der eigene Drachenkörper verbunden bleibt. Hat er das Tuch erwischt, wird er zum Schwanz und das Kind an zweiter Stelle ist nun der Drachenkopf.

TIPP: Ein Kind kann dazu Trommeln/Musik als Begleitung einsetzen. Die Drachen sollten max. 12 Kinder lang sein, da es sonst zu lange dauert bis derjenige, der zu Beginn der Schwanz war, zum Kopf wird.

Zeit: ca. 1-2 Minuten pro Drachenkopf

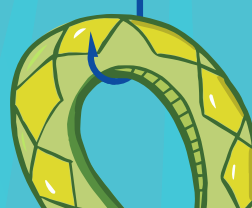
Aktivitätslevel: ++

Erfahrung: Förderung der Konzentration, an einem gemeinsamen Vorhaben teilhaben, gemeinsam etwas bewirken.

Material: Farbige Halstücher

Hinweise/Alternativen:

Für kleinere Kinder:
Jedes Kind erhält ein Halstuch, läuft durch den Raum und versucht ein weiteres Tuch zu erwischen.



Haifischgriff

Der Haifischgriff dient einem Kind zur Befreiung, wenn es am Handgelenk festgehalten wird und das verbale "Stopp, nimm deine Hände da weg" nicht geholfen hat. Sollte der andere weiterhin festhalten, geht der Haifischgriff als Befreiung folgendermassen:

1. Das Kind stellt die Hand des festgehaltenen Gelenks so auf, dass die Finger nach oben zeigen: **Haifischflosse hoch!**
2. Dann greift die Hand des freien Arms in einer großen Bewegung von oben in die Handfläche des fixierten Arms: **Der Haifisch schnappt zu!**
3. Danach die Arme gemeinsam nach oben aus dem Griff ziehen. Die Hände des Gegners werden so ausgehebelt. **Der Haifisch schwimmt nach oben weg!**

TIPP: Viele Partnerwechsel und die Sätze immer laut sprechen lassen helfen, sicher in der Ausführung zu werden.

Zeit: 5-30 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Die Kinder lernen, sich gewaltlos aus einem festen Griff zu befreien. Das stärkt ihre Selbstwirksamkeit und ihr Selbstbewusstsein.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Nach dem Vorzeigen der Befreiung üben alle die Befreiung ohne Partner*in stehend im Kreis. Danach wird paarweise, aber nicht mit voller Kraft, geübt.

Röhrenlabyrinth

Die Kinder stellen sich in einen Kreis und fassen sich an den Händen. Man nimmt einen Hula-Hoop Reifen, der um den Arm eines Kindes im Kreis gegangen wird. Nun ist es die Aufgabe, diesen Reifen einmal um den Kreis wandern zu lassen, ohne dass die Hände der Kinder gelöst werden.

TIPP: Eine Ansage zum Richtungswechsel bringt ebenfalls neuen Schwung ins Spiel.

Zeit: 8-10 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung: Durch ausprobieren und nachahmen werden Handlungsalternativen erlernt. Es kommt auf gute Zusammenarbeit mit dem nebenstehenden Kind an.

Material: 1-3 Reifen oder Seil

Hinweise/Alternativen:

Variante 1: Schwierigkeitsgrad erhöhen: anstatt Reifen ein als Kreis geknotetes Seil mit ähnlichem Durchmesser benutzen.

Variante 2: Mehrere Reifen in den Kreis hängen und diese sich jagen lassen.

Doppelte Wasserschlange

Sich in Konfliktsituationen richtig zu verhalten, keine Gewalt anzuwenden und die Situation selbstbewusst sowie gewaltfrei zu beenden, ist nicht immer einfach.

Sollte ein Kind von einem anderen an beiden Handgelenken festgehalten werden, kann es sich mit der Doppelten Schlange lösen. Die darf allerdings erst dann angewendet werden, wenn die "Stoppsätze" nicht beachtet wurden, z.B. "Nein, das tut mir weh. Lass mich los!"

Für den Fall, dass das andere Kind nicht loslässt, können die Kinder sich mit der doppelten Schlange befreien:

1. Das Kind, das festgehalten wird, ballt beide Hände zu Fäusten und führt die Fingerknöchel der Fäuste zusammen: **"Die Schlangen küssen sich."**
2. Dann nimmt das Kind die Ellenbogen zusammen, so dass sich die Unterarme berühren: **"Die Schlangen kuscheln miteinander."**
3. Danach werden die Fäuste nach oben gedrückt, um sich aus dem Griff des anderen zu lösen: **"Die Schlangen zum Himmel."**

TIPP: Viele Partnerwechsel und viel Übung geben den Kindern mehr Sicherheit bei den Befreiungsgriffen.

Zeit: 15 Minuten

Aktivitätslevel: ++

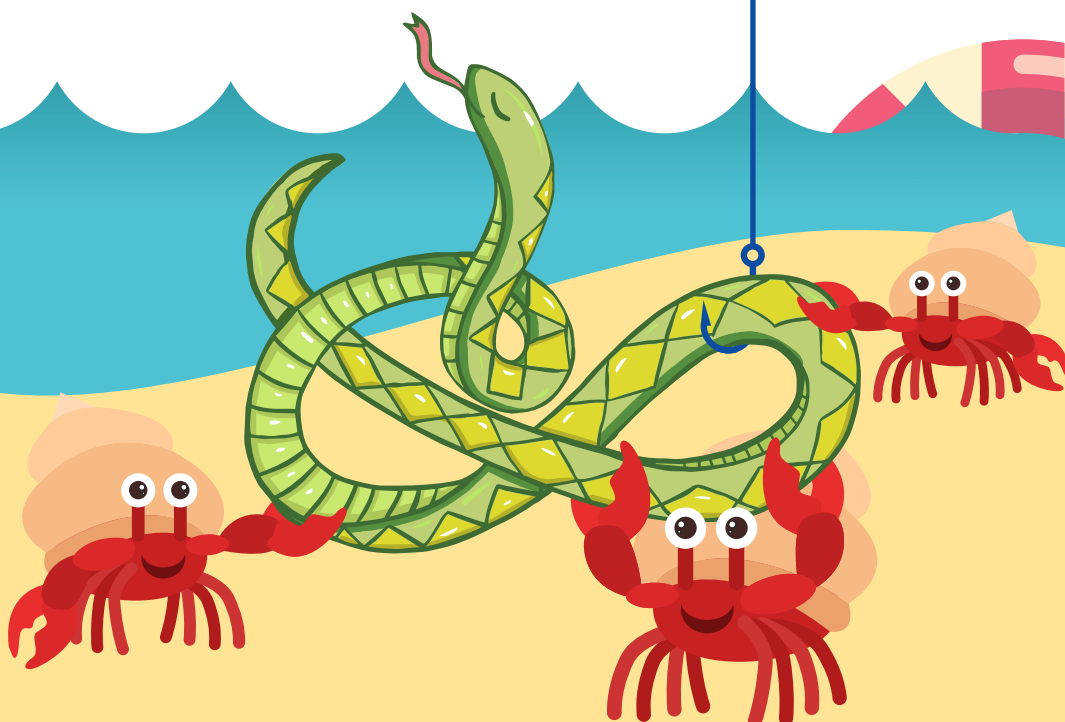
Erfahrung:

Kinder lernen einen einfachen Befreiungsgriff als Alternative zu Treten, Schlagen, Spucken etc.; sie werden handlungsfähig gemacht. Konfliktmanagement für Pausen und den Schulhof/Kitagarten.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Die Übung vormachen und dann mehrfach ohne Partner üben lassen.



Lernfeld

BEDÜRFNISSE



Igelspiel

Ein Igel sitzt etwas traurig auf der Wiese, weil er aus seiner Winterruhe gekommen ist und jetzt friert er ein wenig und er ist hungrig, weil er nicht so richtig was zu essen gefunden hat. Wir wollen ihn trösten und er darf anschließend sagen, welcher Trost ihm am besten gefallen hat.

Ein Kind sitzt eingerollt (Knie unterm Bauch, Kopf zwischen den Armen) mit geschlossenen Augen in der Kreismitte. Der/die Anleitende zeigt ohne den Namen zu nennen auf eines der Kinder, die sich melden, weil sie das Igelkind trösten wollen. Das entsprechende Kind geht leise zu dem Igel und streicht ihm über den Rücken oder massiert es oder was ihm Schönes einfällt und geht dann wieder zurück an seinen Platz.

Drei Kinder dürfen so nacheinander den Igel trösten und anschließend darf der Igel sagen, welcher Trost für ihn am schönsten war. Das Kind darf dann der nächste Igel sein (oder ihn auswählen) und so weiter bis alle Kinder, die wollen, dran waren.

Zeit: 15 Minuten je nach Gruppengröße

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung: Schulung der sozial-emotionalen Kompetenz, Konzentration und Selbstwahrnehmung.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Die Geschichte kann aus der Sicht eines Seeigels erzählt werden.



Pinguine wecken

Die Kinder bilden Zweierpärchen. Ein Kind ist der Pinguin und liegt auf dem Bauch. Im ersten Schritt sitzt das andere Kind neben dem Pinguin und ruft: "Aufwachen Pinguin!"

Nun wird der Pinguin langsam wach und richtet sich auf, bis er im Vierfüßlerstand ist. Dann legt sich der Pinguin wieder hin und das andere Kind legt sich auf den Rücken des Pinguins, so dass beide Körper ein Kreuz bilden.

Nun ruft das oben liegende Kind wieder "Aufwachen Pinguin!" Jetzt versucht sich der Pinguin in die gleiche Position zu bringen wie beim ersten Mal.

Zeit: 15 Minuten

Aktivitätslevel: ++

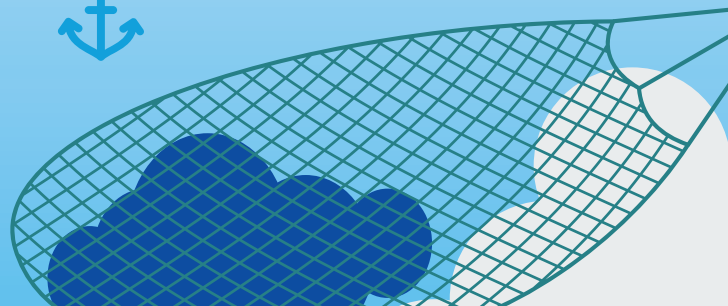
Erfahrung: Die Kinder erfahren wie schwierig es werden kann, wenn etwas von außen auf einen einwirkt.

Material:
weicher Untergrund

Hinweise/Alternativen:

Der obere Pinguin darf nicht hinunterfallen.

TIPP: Einhaltung von festgelegten, fairen Regeln.



Stopp-und-Nein-Kreis⁹

Damit die Körpersprache die Worte unterstützt, gibt der/die Anleitende in Phrasen vor, die die Kinder danach wiederholen.

Die Phrasen werden nach folgendem Muster gebildet: *Stopp* bzw. *Nein* oder *Halt* und was stört bzw. was das Gegenüber unterlassen soll.

Beispiele:

"Stopp! Las mich los!",

"Nein! Fass mich so nicht an!"

Um die Aussagen noch zu bekräftigen, nutzen die Kinder die Hand mit gespreizten Fingern (Stopp-Hand) und halten sie wie eine Begrenzung vor den Körper.

TIPP: Ein Hinweis für Kinder kann sein, dass die Stopp-Hand nicht auf das Gesicht zeigt, damit sie sich bei der Übung in die Augen sehen können. So kann auch die ernste Mimik besser geübt werden.

Zeit: 5–10 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung: Neben der Körpersprache ist es in Konfliktsituationen wichtig, dass die Kinder benennen können, was sie nicht möchten bzw. was ein anderes Kind unterlassen soll.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Diese Übung kann gut zu zweit eingeübt werden (siehe auch "Hör auf damit", S. 35, Lernfeld Konfliktlösung). Dadurch, dass kein Material benötigt wird, braucht es keinen großen Raum und kann in den Alltag integriert werden.



Stopp-Regel in 3 Schritten

Diese Übung zum Umgang mit Konflikten ist für das Konfliktmanagement auf dem Schulhof/Kitagarten und bei Pausenzeiten wichtig. Sie wird erst im großen Kreis eingeübt und danach in Zweierpärchen. Jede Zweierpärchen tauscht jeweils die Rolle und danach gibt es möglichst viele Partnerwechsel.

Wird ein Kind geärgert, dann lernt es hierbei dem anderen Kind in die Augen zu sehen, ein stoppendes Handzeichen zu machen und mit ernster Stimme zu sagen:

Stufe 1: "Stopp ... (Name), schubs/ärgere etc. mich nicht!"

Stufe 2: "Stopp, schubs/ärgere etc. mich nicht, sonst hole ich DIE AUFSICHT!"

Stufe 3: "Jetzt reicht es mir, ich hole die Aufsicht!"

Bevor die Aufsicht etwas unternimmt muss das Kind aber folgenden "Zauberspruch" sagen: "Das Kind ärgert mich und ich habe schon die drei Stopp-Sätze gesagt!" Nun wird die Aufsichtsperson dem Kind helfen.

TIPP: Bei der Einführung der Regel zuerst mögliche Situationen und bisherige Verhaltensweisen bei kleinem Ärger abfragen und besprechen. Ganz oft wird aus kleinem Ärger sehr großer Streit.

Zeit: 15 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung:

Kinder lernen größeren Streit zu vermeiden.

Material:

Kopiervorlage "Stopp-Regel" von S.49

Hinweise/Alternativen:

Es ist interessant zu beobachten, wie die Kinder in der jeweiligen Rolle agieren. Hier sind auch gute Ansätze für weitere Gespräche oder Aktionen zu nutzen.

Verschiedene Sätze einüben:

"Stopp, gib mir das bitte wieder",

"Stopp, kneif mich nicht",

"Stopp, ärgere mich nicht"

etc.



STOPP, HÖR AUF!

Lernfeld

KOMMUNIKATION



Eisschollen schmelzen

Zur Einleitung eignet sich folgende Geschichte: "Auf einem großem Schiff werden immer wieder Rettungsübungen gemacht, damit möglichst viele Personen einen Unfall überleben. Das üben wir jetzt auch."

Die Kinder laufen zum Klang einer Trommel oder Musik durch die Halle/Raum. Bei "Stopp" setzen/stellen sich alle Kinder auf die Matten bzw. in einen Reifen, der auch mit mehreren Kindern belegt sein kann. Nach jeder Runde wird ein Reifen oder eine Matte entfernt. Wenn nicht mehr alle Kinder einen Platz auf der Matte oder im Reifen finden ist das Spiel zu Ende.

TIPP: Eine Liste führen, wie viele Kinder es beim ersten Durchgang waren, die auf die Matte oder in den Reifen gepasst haben und wie viele beim 3. oder 4. Durchgang. Das spornt an und legt Kreativität frei, wie man sich unterstützen und/oder festhalten kann.

Zeit: 10 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung: Die Gruppe muss zusammenarbeiten, um das Spiel zu gewinnen. Somit wird hier das Gefühl für gegenseitige Hilfe und Zusammenarbeit gefördert. Außerdem ist es sehr aktivierend, da sich die Kinder fast ununterbrochen bewegen.

Material: Je nach Gruppengröße max. 10 Reifen und 6 Matten, ggf. Trommel und Klanghölzer.

Hinweise/Alternativen:

Das Spiel ist analog zu "Reise nach Jerusalem". Der Unterschied: es gibt keinen einzelnen Gewinner (und viele Verlierer).

Sitzschlange

Alle Kinder bilden einen Kreis, indem sie sich an den Händen anfassen und auseinandergehen. Nun lassen sie ihre Hände los und führen eine Vierteldrehung nach rechts (im Uhrzeigersinn) aus, so dass jeder den Rücken seines Vordermannes sieht. Jetzt gehen sie seitwärts solange Schritt für Schritt der Mitte des Kreises entgegen, bis nicht einmal eine Briefmarke zwischen sie und ihre jeweiligen Nachbarn passen.

Stufe 1: Es gehen alle leicht in die Hocke, so dass ihr Körpergewicht zu 50% vom Hintermann und zu 50% von einem selbst getragen wird.

Stufe 2: Die Kinder setzen sich mit vollem Körpergewicht auf den Schoß des Hintermannes.

Stufe 3: Im Sitzen wird von allen auf Kommando gleichzeitig ein Schritt mit dem linken und dann auf Kommando mit dem rechten Bein gemacht, so dass sich die Sitzschlange im Kreis bewegt.

Zeit: 5-10 Minuten

Aktivitätslevel: ++

Erfahrung: Vertrauensvoll miteinander umgehen.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

Einen möglichst ebenen Untergrund, damit die Kinder einen stabilen Stand haben.

Hinweise/Alternativen:

Sinnvoll ist, die Rechtsdrehung und einen sicheren Stand in der Hocke mit den Kindern vor Beginn der eigentlichen Übung zu üben.

Riesen, Zwerge, Zauberer

Es gibt drei Figuren, die von den Anleitenden gemeinsam mit 3 Kindern vorgemacht werden:

- 1. Der Riese:** Die Arme werden nach oben gestreckt und die Hände etwas angewinkelt, so dass die Fingerspitzen nach vorne zeigen. Dabei macht ihr euch möglichst groß.
- 2. Der Zwerg:** Ihr geht dazu leicht in die Hocke und formt auf eurem Kopf mit zwei flachen Händen einen kleinen Hut.
- 3. Der Zauberer:** Ein Bein wird in die Luft gestreckt und leicht angewinkelt, als ob ihr einen langen Schritt machen wolltet. Dazu wird ein Arm nach vorne gestreckt, so als ob sich in der Hand ein Zauberstab befinden würde.

Die Kinder werden in zwei gleich große Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe soll nun für sich eine Figur überlegen, die sie gerne darstellen möchte. Die andere Gruppe darf dabei nicht hören, welche Figur gewählt wird.

In der Mitte des Spielfeldes befinden sich zwei Linien (in den Sand gezogen, mit Hütchen markiert o. ä.). Diese Linien sollten ca. 2-3m voneinander entfernt sein. Beide Gruppen stellen sich gegenüber an den Linien auf. Der/die Anleitende zählt bis drei. Daraufhin stellen alle die vorher in der Gruppe besprochene Figur dar. Jetzt kommt es darauf an:

1. Riesen jagen Zwerge
2. Zwerge jagen Zauberer
3. Zauberer jagen Riesen

Eine Gruppe läuft weg, die andere jagt. Welche Gruppe was tun muss, ergibt sich aus der Figurenkonstellation. Alle Teilnehmer aus der Weglaufgruppe, die vor Erreichen einer vorher vereinbarten Grenze getickt werden, gehören bei der nächsten Runde der anderen Gruppe an. Zeigen beide Gruppen die gleiche Figur, geschieht nichts. Es wird dann lediglich in einer neuen Runde eine neue Figur überlegt. Es werden so viele Runden gespielt, bis es nur noch eine Gruppe gibt.

TIPP: Ein tolles Spiel zum Austoben.

Zeit: 5-10 Minuten

Aktivitätslevel: +++

Erfahrung:

Schnelles Reagieren ist hier gefordert. Auch eine ausgeklügelte Taktik kann zum Erfolg führen. Das Spiel eignet sich auch hervorragend, um Außenseiterproblematiken spielerisch zu thematisieren, da sich zwangsläufig irgendwann einige wenige mit einer großen Gruppe konfrontiert sehen. In einer Auswertung können dann Befindlichkeiten diesbezüglich erfragt werden.

Material:

Markierungen für die Spielfelder, (Kreide, Bänder o. Ä.)

Hinweise/Alternativen:

Das Spiel ist analog zu "Schere, Stein, Papier". Ein Kind das Spiel erklären lassen, da Kinder das, was sie anderen erklären und beibringen können, zu 90% besser abspeichern.



Rückenpanzer-Massage

Einleitende Geschichte: Die große Wasserschildkröte ist lange geschwommen und fühlt sich nun sehr schlapp. Außerdem hat sie auch ein wenig Muskelkater. Ihre Freundin, die Krabbe, möchte ihr gerne helfen und massiert ihr den Panzer und die Flossen. Einmal packt sie zu doll zu und die Wasserschildkröte sagt: "Au, das tut mir an dieser Stelle weh". Sofort hört die Krabbe mit der Massage auf und entschuldigt sich. Nun seid ihr jeweils Wasserschildkröte und Krabbe.

Es werden Zweierpärchen gebildet. Ein Kind sitzt in der Päckchenstellung auf dem Boden und wird nun vorsichtig vom anderen Kind am Rücken massiert. Bei einem Signal wird aus der sanften Massage mit den Händen dann eine ziemlich heftige Massage mit den Unterarmen. Das massierte Kind wird mitteilen, dass es ihm wehtut und sagt "Stopp! Hör auf, das tut mir weh", worauf die Massage sofort gestoppt wird.

Dann werden die Rollen gewechselt. Danach finden sich dann wieder neue Zweierpärchen zusammen.

Zeit: 5-10 Minuten

Aktivitätslevel: +

Erfahrung:

Die Kinder lernen hier vorsichtig mit anderen Personen umzugehen. Gleichzeitig lernen Sie wie wichtig es im Leben ist, eigene Grenzen zu kommunizieren und die Grenzen anderer Personen zu respektieren.

Material: keins

Hinweise/Alternativen:

In der Päckchenstellung berühren die Schienbeine den Boden, der Po ruht auf den Füßen und die Stirn liegt auf den Knien.

Es ist wichtig den Kindern im Laufe des Spiels zu erklären das sofort aufgehört wird, wenn jemand sagt "Stopp! Hör auf, das tut mir weh".



Cooler Haie auf Reisen

Ganz besonders gut lassen sich die *Übungen und Spiele zum Sozialen Lernen in Bewegung* auf Kita- und Klassenfahrten einsetzen, was wir während einer 10-tägigen Sommer-Ferienfreizeit 2019 erprobt haben. Die teilnehmenden Kinder waren begeistert dabei.

Dank der tatkräftigen Unterstützung durch unseren coolen Hai, einem Trainingspartner im Haifischkostüm, konnten wir die Gruppe von 30 Kindern im Alter von 7-12 Jahren, die sich vorher größtenteils nicht kannten, gut zusammenbringen und Regeln aufstellen. Das tägliche Üben und Wiederholen inklusive der Rituale haben dem Umgang innerhalb der Gruppe sehr gut getan. Wir hatten weniger Konflikte und Streitereien als auf den vorherigen Freizeiten.



Foto: Renata Fandré

Übungseinheiten/Dauer: täglich am Vormittag/ca. 45-60 Minuten

Wo/Sitzgelegenheiten: auf der Wiese/Getränkekisten

Ablauf: siehe exemplarisches Stundenbild S.52/53. Auf den Wechsel von ruhigen und bewegungsreichen Spielen achten.

Besonderheiten:

- 1) Beginn und Abschluss immer mit Friesengruß.
- 2) Am 1.Tag Einführung der Regeln des Partnerwechsels und des respektvollen Umgangs.
- 3) Nutzung eines Tamburins mit verschiedenen Trommelrhythmen für Start und Stopp der Übungen. Das Tamburin ist bei großen Gruppen sehr hilfreich und die Stimme wird geschont.



- 4) Aufgetretene Streitereien wurden als Theaterstück in die Übungseinheiten integriert und Lösungen und Alternativen wurden spielerisch ausprobiert.
- 5) Nach jeder Einheit haben die Kinder einen Haifischstempel auf ihr Basecap, das für alle im Vorfeld gekauft wurde, bekommen.
- 6) Zum Ende der Fahrt durften die Kinder ihre Lieblingsspiele wählen und benennen, was ihnen daran besonders gefallen hat.

Tipps und begleitende Themenimpulse:

- 1) Die Gefühlskarten wurden genutzt und sichtbar aufgehangen.
- 2) T-Shirts wurden per Siebdruck mit einem Haifisch bedruckt.
- 3) Das Scheunentor bekam ein Graffiti verpasst.

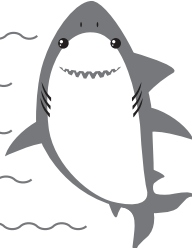
Alles in Allem eine Super-Ferienfreizeit mit großer Nachhaltigkeit zur Gewaltprävention!

Sabine Clausen

GEFÜHLSKARTE

Name: _____

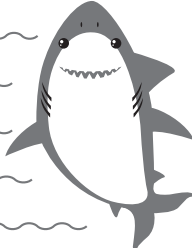
Ich bin immer _____, ausser ...



GEFÜHLSKARTE

Name: _____

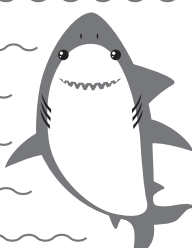
Ich bin immer _____, ausser ...



GEFÜHLSKARTE

Name: _____

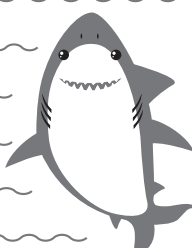
Ich bin immer _____, ausser ...

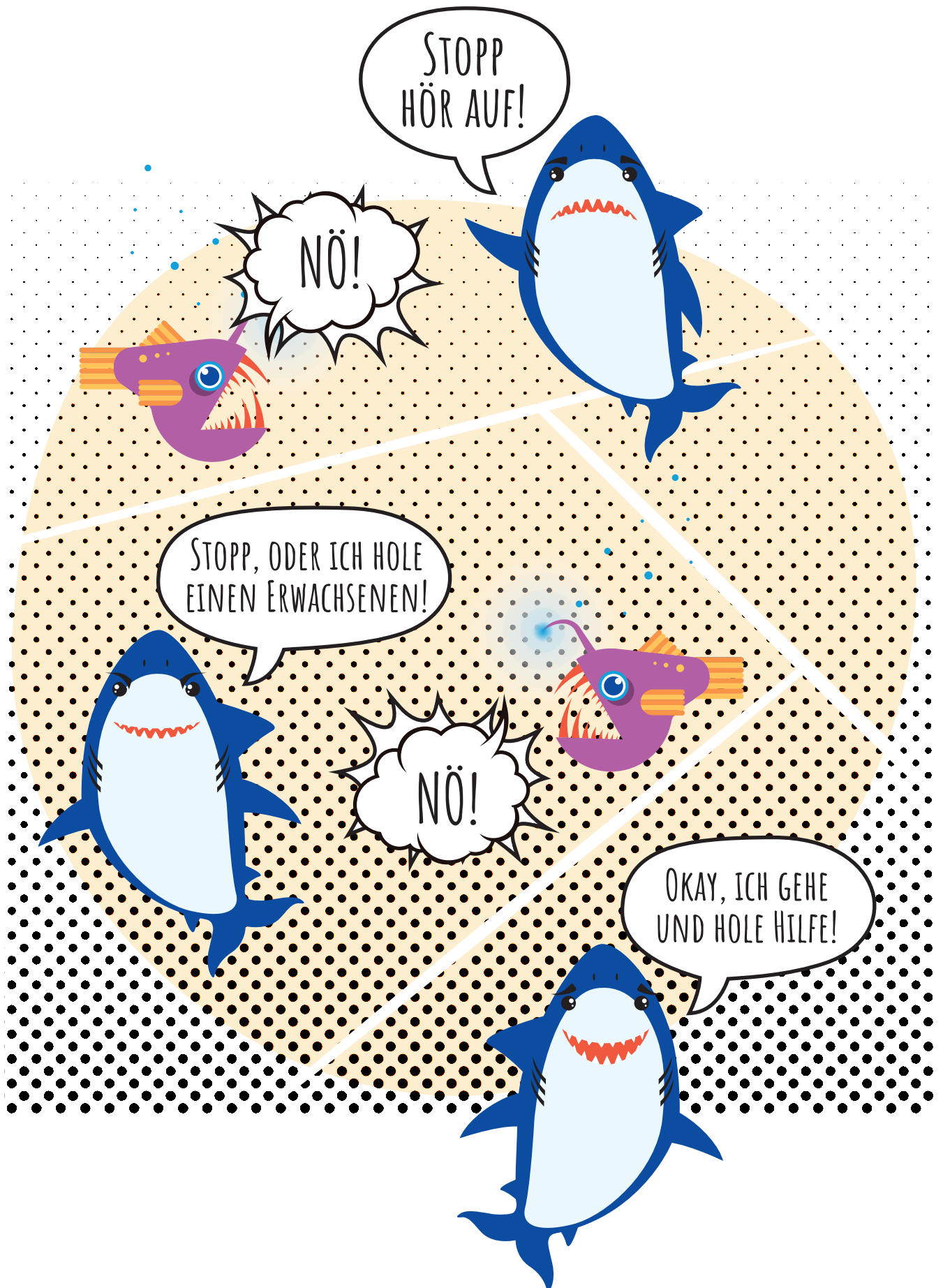


GEFÜHLSKARTE

Name: _____

Ich bin immer _____, ausser ...





Fütterung der Haifische

Stundenbild 45 Minuten exemplarisch "Coole Haie beißen nicht"

Begrüßung/Rituale (Variante 1): Hier empfiehlt es sich einen Kreis zu bilden, da die Kinder sich dann alle anschauen können. Besonders unruhige Kinder können hier gut direkt neben den Anleitenden sitzen, oder neben ruhigere Kinder gesetzt werden. "Schön, dass ihr alle da seid. Heute beginnen wir wie immer mit dem Friesengruß, damit alle merken, dass wir jetzt starten."

Zeit	Spiel	Inhalt
3 min	Friesengruß mit Moin	Einfach beginnen und die Kinder machen automatisch mit. 2x mit und 2x ohne sprechen durchführen.

Begrüßung/Rituale (Variante 2): "Prima, jetzt sind alle dabei, nun wollen wir uns noch einmal gegenseitig begrüßen, denn das gehört zu einem freundlichen Miteinander dazu." Wir schauen denjenigen, den wir begrüßen auch immer an, denn das ist nett und respektvoll!"

Zeit	Spiel	Inhalt
5 min	Lächelvirus	Die Kinder sitzen noch im Kreis, 1 Kind beginnt, und geht zu einem anderen Kind, das lächelt es an, und sagt "Schön, dass du da bist." Das angesprochene Kind lächelt zurück uns steht auf. Weiter wie auf Seite 13 beschrieben bis alle Kinder stehen.

Einführung (oder Wiederholung): "Bei den Begrüßungen eben ist mir aufgefallen, dass noch nicht alle das mit dem Anschauen und dem geraden und aufrecht Stehen geschafft haben. Das üben wir noch einmal mit dieser Übung:"

Zeit	Spiel	Inhalt
2 min	Bärenstarkes stehen	Skateboard-Stand: hüftbreit hinstellen, so dass alle einen festen Stand haben (weiter siehe Seite 12), Laser-Blick: entschlossen nach vorn schauen. Einmal rumgehen und jedes Kind anschauen. "Wow, das macht ihr richtig gut."
1 min	Partnerwechselregel	Für alle Spiele gilt folgende tolle Partnerwechsel-Regel: "Der erste der dich fragt, ob du mit ihm zusammengehst, dem sagst du zu." Warum sagen wir nicht nein? Wie könnte sich der andere fühlen? Ein NEIN macht traurig, und wir wollen doch alles Spaß haben. Und außerdem könnte es passieren, dass immer die gleichen Kinder zusammen üben und spielen und das wäre echt schade. So, und für das nächste Spiel sucht sich jeder einen Partner*in.

1. Spiel (Handlungsfeld Fremdwahrnehmung)

Zeit	Spiel	Inhalt
8-10 min	Spiegelbild	Jeder hat jetzt ein Gegenüber. Einer ist ein Spiegel und der andere steht vor dem Spiegel. "Ich mache euch das jetzt einmal mit Name vor. Wie groß und welche 6 Bewegungen ihr macht, könnt ihr entscheiden: Arm hoch, Mund verziehen, Bein anwinkel ...! Nun legt mal los und ihr macht 6 Bewegungen, die euer Spiegel nachmacht. Danach wechselt ihr die Rollen. Prima, das sah sehr gut aus. PARTNERWECHSEL. Ich glaube das war jetzt zu einfach: bei eurem nächsten Partnerwechsel werden 5 Bewegungen hintereinander gemacht und der Spiegel wartet einen Moment, bis er ebenfalls diese 5 Bewegungen nachmacht. Los geht's!" Noch 2- 3 Partnerwechsel spielen lassen.

2. Spiel (Handlungsfeld Fremdwahrnehmung)

Zeit	Spiel	Inhalt
8-10 min	Gefühls-chaos	"Ich brauche euch jetzt alle wieder im Kreis. Ich zähle dafür von 5-0 runter: 5, 4, 3, 2, 1, o! Sehr gut, Ihr geht jetzt im Kreis durcheinander, dabei wird nicht gerempelt, geschubst oder sich auf den Boden gelegt. Wenn ich sage, wie ihr umhergehen sollt, macht ihr dies und wenn FREEZE (einfrieren) gesagt wird, dann bleibt ihr schockgefrostet stehen. Ihr seid jetzt alle ganz müde! FREEZE!" Umhergehen und einzelne Kinder anschauen. Erklären und gute Beispiele zeigen, wie müde aussieht und woran man das gut erkennen kann. "Weiter geht's: ihr seid jetzt ganz ängstlich! FREEZE! (Siehe Hinweise Seite 26)." Es folgen: fröhlich, angeberhaft, albern, wütend, traurig. "Das hat mir viel Spaß mit euch gemacht und wir können uns jetzt wieder im Kreis aufstellen. Blick in die Kreismitte."

3. Spiel (Bedürfnisse und Regelverständnis), Material: Kopiervorlage "Stopp-Regel"

Zeit	Spiel	Inhalt
10 min	Stopp-Regel oder Stopp-Nein-Kreis	"Wir haben jetzt sehr gut geübt, wie ihr erkennen könnt, wie sich ein anderer fühlt. Was machen wir aber, wenn das, was wir wollen oder wie wir uns fühlen nicht akzeptiert wird?" Mit den Kindern kurzen Austausch darüber! "Ja, manchmal muss man dann genau sagen, was man nicht möchte, oder Hilfe holen. Das üben wir jetzt mal hier im Kreis. Ihr wurdet z. B. geschubst. Wir schauen dem anderen Kind in die Augen, machen ein stoppendes Handzeichen und sagen mit ernster Stimme: ... (Die Stopp-Regeln von Seite 44). Das üben wir jetzt noch ein wenig im Kreis: ich sage euch vor, ihr wiederholt: Stopp, Name ..., das tut mir weh, lass das nicht! Wer hat noch weitere Vorschläge und einen Satz dazu?"

4. Spiel (Regelverständnis und Kommunikation), Geräte: Markierteller oder Bierdeckel

Zeit	Spiel	Inhalt
5 min	Elektroboote	"Sehr gut, ich denke, wir brauchen jetzt alle zum Abschluss noch ein wenig Bewegung. Zuerst setzt ihr euch in den Kreis und ich gebe jedem von euch ein Lenkrad in die Hand, da ihr jetzt ein Elektroboot fahren dürft. Das besondere an diesen Booten ist, dass man sie kaum hört, sie sind ganz leise. Erinnert ihr euch noch an unsere Regeln? Kein Anremplein und sollte es doch passieren, entschuldigen wir uns (Beschreibung siehe Seite 17)." Spiel beenden: "Auf mein Zeichen haltet ihr alle eure Boote im Kreis an und legt euch das Lenkrad auf den Kopf. Ich mache eine Polizeikontrolle: Alle nehmen ihren Zeigefinger und berühren die Nase und zählen leise 3x bis 10. Währenddessen gehe ich rum und nehme euch die Lenkräder vom Kopf. Derjenige, der kein Lenkrad mehr auf dem Kopf hat setzt sich hin."

Abschluss (Rituale)

Zeit	Spiel	Inhalt
2 min	Friesengruß mit Tschüss	Ich finde, wir hatten heute eine sehr schöne Stunde. Nun fehlt nur noch ein schöner Abschluss. Einfach anfangen: 2x mit und 2x ohne sprechen durchführen. Ansage machen, wie der Tag, Stunde etc. weitergeht.

Fütterung der Haifische Stundenbild-Vorlage für 45 Minuten "Coole Haie beißen nicht"

Begrüßung/Rituale

Zeit	Spiel	Inhalt

Einführung (oder Wiederholung)

Zeit	Spiel	Inhalt

1. Spiel – Handlungsfeld:

Zeit	Spiel	Inhalt

2. Spiel – Handlungsfeld:

Zeit	Spiel	Inhalt

3. Spiel – Handlungsfeld:

Zeit	Spiel	Inhalt

4. Spiel – Handlungsfeld:

Zeit	Spiel	Inhalt

Abschluss (Rituale)

Zeit	Spiel	Inhalt

Quellen

1. nach "Begrüßungszeremonie", in: Zimmer/Zimmer 2006, S. 17
2. nach "Schiefe Türme bauen", in: Wanders 2013, S. 62
3. nach "Haifisch und Krebs", in: Wanders 2013, S. 49
4. nach "Umgang mit Beleidigungen", in: Wanders 2013, S. 19 f.
5. nach "Denkmal", in: Zimmer/Zimmer 2006, S. 50
6. nach "Spiegelbild", in: Portmann 2015, S. 36
7. nach "Selbstbewusst gehen", in: Portmann 2016, S. 11
8. 77 Ideen Soziales lernen in der Grundschule, Elke Drosch, Astrid Garbe, S. 45
9. nach "Nein-Kreis", in: Behnke 2016, S. 76

Impressum

HERAUSGEBER

Bildungsforum Falkenhagener Feld
c/o Paul-Gerhardt-Kirchengemeinde
Im Spektefeld 26
13589 Berlin
Sabine Clausen, Projektkoordinatorin Bildungsforum
Tel: +49 151 23669242
E-Mail: sabine.clausen@paulgerhardtgemeinde.de

REDAKTION

Sabine Clausen, Iris Forbech, Nicole Heger, Bettina Leskien, Vincent Liepins, Miriam Mahler, Nicole Reimann, Martina Scheffold

GESTALTUNG

Bettina Boos, www.BettinaBoos.de

DRUCK

Pinguin Druck GmbH, Berlin

LIZENZ

Texte und Illustrationen sind freigegeben unter der Creative Commons Lizenz: CC-BY-NC-SA: Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen (Share Alike), keine kommerzielle Nutzung – Lizenzierung von Bearbeitungen unter gleichen Bedingungen nachzulesen unter: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Danke für eine großartige Zusammenarbeit!

Danke an all diejenigen, die zur Realisierung dieser Broschüre beigetragen haben, insbesondere allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen der AG Soziales Lernen, ohne die diese Broschüre niemals so vielfältig hätte entstehen können:

Bernhard Bittner (Education Y), Frederike Büttner (QM FF West), Iris Forbech (Kita Grasfinken), Jörg Handrick (Immanuel Schule), Nicole Heger (QM FF Ost), Julia Hoffmann (BA-Spandau Koordination Schule-Jugendhilfe), Anna Holfeld (Education Y), Bettina Leskien (Schulsozialarbeit Siegerland Grundschule), Vincent Liepins (Student der Erziehungswissenschaften), Miriam Mahler (Kita Fantasia), Miriam Münter (Kita-Sozialarbeit), Claudia Neuguth (Pfarrerin Paul-Gerhardt-Gemeinde), Nicole Reimann (Kita Fantasia), Pamela Rudnick (Familienzentrum FiZ Ost), Martina Scheffold (Schulsozialarbeit Grundschule im Beerwinkel), Nils Stakowski (Gesundheit Berlin-Brandenburg), Thea Voß (Pfarrerin Zuflucht-Jeremia-Gemeinde), Tina Waleschkowski (QM FF West), Katja Wunderlich (Kita-Sozialarbeit).



Bildungsforum Falkenhagener Feld, 1. Auflage | Dezember 2020



Spiele und Anregungen laden die Kinder dazu ein, mitsamt dem coolen Haifisch auf Erkundung seines Lebensraumes zu gehen. Sie stoßen mit ihm auf die unterschiedlichsten "Problemlagen" und lernen dabei, sie zu lösen und sich mit der Außenwelt zu arrangieren.

Mit Hilfe diverser Lernfelder und aktivierenden und entspannenden Spielen können Erzieher*innen, Lehrer*innen und Eltern die Kinder Schritt für Schritt auf Ihrem Weg begleiten.

