

Was machen wir im Winter?

Bewegungsparcours

Material:

- ICH+DU-Hefte
- Audio-Abspielgerät
- Triangel
- Chiffontücher
- Hütchen (Pylonen)
- Teppichfliesen
- Seile
- Wattebällchen
- Zeitungspapier
- Langbänke
- Weichboden- und Turnmatten
- Rollbretter
- Eimer oder Korb

Einstieg:

Starten Sie die Bewegungseinheit mit einer Impulsplauderei über den Winter. Nehmen Sie hierzu das ICH+DU-Heft zur Hand und besprechen Sie die S. 2/3 gemeinsam mit den Kindern. Weitere Impulsfragen könnten etwa so lauten:

- Warum brauchen wir warme Kleidung im Winter?
- Was verändert sich im Winter draußen?
- Welche Winteraktivitäten machen euch Spaß?

Nutzen Sie die Antworten der Kinder, um die Stationen vorzustellen. Bevor der Parcours beginnt, spielen Sie mit den Kindern folgendes Aufwärmenspiel:

Schneesturm

- Alle Kinder sitzen mit geschlossenen Augen auf dem Boden.
- Jedes Kind, das den leisen Klang der Triangel neben sich hört, „verwandelt“ sich in eine Schneeflocke, öffnet die Augen und steht leise auf.
- Wenn alle Kinder Schneeflocken sind, beginnt der Schneesturm und alle wirbeln zur Musik durch den Raum.
- Musikstopp: Die Kinder stellen sich den Aufgaben, die zuvor besprochen wurden:
 - Zu Eiskristallen gefrieren: Heben Sie ein hellblaues Chiffontuch in die Höhe. Die Kinder finden sich in kleine Gruppen zusammen, halten sich an den Händen und stehen still.
 - Schmelzen: Heben Sie ein gelbes Chiffontuch in die Höhe. Die Kinder sinken langsam zu Boden und schmelzen.

Hauptteil: Bewegungsparcours

Die Kinder werden in Kleingruppen aufgeteilt.

1) Eislaufen:

Zwei Reihen aus jeweils vier Hütchen werden aufgestellt. Zu Beginn liegen Teppichfliesen oder Chiffontücher am Boden. Die Kinder stehen auf Teppichfliesen oder Chiffontüchern und gleiten im Slalom um die Hütchen, um das „Eislaufen“ zu üben.

2) Schneeballschlacht:

Ein eingegrenztes Spielfeld ist die Wiese. In der Mitte liegt ein Seil als Trennlinie. Jedes Kind erhält einen „Schneeball“ aus Zeitungspapier. Die Gruppe teilt sich in zwei Teams auf und jedes Team versucht, möglichst viele „Schneebälle“ auf die gegnerische Seite zu werfen. Nach Ablauf der Zeit (Sanduhr) werden die Schneebälle gezählt. Das Team mit weniger Schneebällen auf seiner Seite gewinnt.

3) Schlittenfahren:

Zwei Langbänke werden nebeneinander in die Sprossenwand eingehängt. Die Kinder dürfen einzeln an der Sprossenwand hochklettern und mit einer Teppichfliese (Schlitten) den „Hügel“ (Langbänke) hinunterrutschen. Unter den Bänken liegen Matten zur Sicherheit und am Ende eine dicke Weichbodenmatte, um sanft anzuhalten. Die Höhe des „Hügels“ wird an das Alter der Kinder angepasst.

4) Schneeberge und Schneeengel:

Turnkästen und Matten werden so aufgestellt, dass kleine Hügel (Schneeberge) entstehen. Die Kinder klettern über die „Schneeberge“ und springen am Ende in den „Schnee“ (auf die Weichbodenmatte). Dort legen sie sich auf den Rücken und machen mit den Armen und Beinen einen Schneeengel (Arme und Beine ausstrecken und nach oben und unten wischen).

5) Schneeflocken balancieren:

Ein Weg zum Balancieren wird vorbereitet. Z. B. eine umgedrehte Langbank, ein Weg aus Seilen, Balanciersteine, ein Weg aus Reissäckchen auf einer Matte (damit sie nicht wegrutschen) usw. Jedes Kind bekommt ein Wattebällchen (Schneeflocke). Dieses platziert es auf einem bestimmten Körperteil (z. B.: Handrücken, Kopf usw.) und balanciert damit entlang des Parcours, ohne dass die Schneeflocke herunterfällt.

6) Schneepflug:

Am Boden wird eine Straße aus Seilen gelegt, die mit Wattebällchen bedeckt ist (es hat geschneit). Die Kinder legen sich mit dem Bauch auf die Rollbretter und dürfen die Schneepflüge spielen, indem sie die Wattebällchen (Schnee) von der Straße in einen Eimer oder Korb schieben.

Ausklang:

Alle Kinder versammeln sich im Sitzkreis am Boden. Dort kann besprochen werden, welche Station ihnen am besten gefallen hat. Um die Bewegungseinheit aufzulösen, wird ein „Zeitungsapier-Schneeball“ zur Hand genommen und einem Kind zugeworfen. Das Kind, das den Schneeball gefangen hat, wirft ihn wiederum einem anderen Kind im Kreis zu und geht anschließend zurück in den Gruppenraum.

Didaktische Hinweise:

- Der Schwierigkeitsgrad der einzelnen Stationen wird jeweils dem Alter und Entwicklungsstand der Kinder angepasst.
- Der Wechsel zwischen Stationen kann durch ein Signal (z. B. Triangel) angezeigt werden.

Bildungsziele:

- Gleichgewichtssinn schulen
- Auge-Hand-Koordination fördern
- Reaktionsfähigkeit und Ausdauer fördern