



WWW.UGOTCHI.AT

UGOTCHI - Kinder gesund bewegen, das Gesundheitsprogramm, das jährlich 50.000 Kinder im Alter von 6 - 10 Jahren zu mehr Bewegung in der Schule, in der Familie, im Sportverein und allgemein in der Freizeit animiert.

Eine Initiative der SPORTUNION - www.sportunion.at

Gefördert aus Mitteln der Bundes-Sportförderung.

 **Bundesministerium**
Kunst, Kultur,
öffentlicher Dienst und Sport

Bundes-Sport GmbH



 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich
Gesundheit Österreich
GmbH 



Geschäftsbereich
Fonds Gesundes Österreich

Eine Initiative der
**SPORT
UNION** 



SPIEL UND SPASS FÜR ALLE

**Vielfältige Bewegungsideen
für inklusive Gruppen**



UGOTCHI

WWW.UGOTCHI.AT • KINDER GESUND BEWEGEN





Die physischen, psychischen und psychosozialen Wirkungen von Bewegung und Sport sind bewiesen. Sie eröffnen allen Kindern – so auch Kindern mit Beeinträchtigungen – wertvolle Erfahrungs- und Lernräume. Neben dem Spaß bei der Sportausübung leistet Bewegung einen wichtigen Beitrag für die Entwicklung des eigenen Körperschemas und fördert den Aufbau persönlicher und sozialer Kompetenzen. Kinder werden durch Bewegung und Spiel nicht nur mental, sondern auch körperlich gestärkt. Sie finden Gelegenheit sich auszutoben und profitieren von der Gruppendynamik, die im Bewegungsunterricht und Vereinstraining entsteht. So schafft Sport ein Gefühl der Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft und ist ein wichtiger Motor für Inklusion.

Als einer der drei Sportdachverbände ist es unser Auftrag, der Bevölkerung unabhängig von Alter, Geschlecht, sozialem Hintergrund, Herkunft sowie körperlicher oder geistiger Beeinträchtigung Zugang zu Bewegung und Sport zu ermöglichen. Ein besonderes Anliegen ist es der SPORTUNION dazu beizutragen, Menschen mit Beeinträchtigung in die Gesellschaft zu integrieren und ihnen so zu mehr Lebensqualität zu verhelfen.

Umso erfreulicher, dass mit dem Inklusionsprojekt "Wiffzack" in den vergangenen Jahren langfristige und nachhaltige Kontakte zwischen Sportvereinen und Sonderpädagogischen Einrichtungen hergestellt werden konnten. Mit dieser Initiative wurde ein wichtiger Grundstein für die Inklusionsarbeit innerhalb der SPORTUNION-Familie gelegt.

Mittels bewegungsfördernder Maßnahmen konnte vielen Kindern mit Beeinträchtigung Spaß an der Bewegung vermittelt und die Möglichkeit geboten werden, verschiedene Vereinssportarten auszuprobieren und kennenzulernen.



Das hier vorliegende Skript leistet einen wertvollen Beitrag, Inklusion in unserer Gesellschaft zu verankern, diese zu leben und ALLEN Kindern Bewegung und Sport zu ermöglichen.

Die Inhalte wurden gemeinsam mit SonderschulpädagogInnen, ExpertInnen und VereinstrainerInnen erarbeitet. Die Spiele und Übungen sind in der Praxis mit den Kindern erprobt. Mit Unterstützung von UGOTCHI wurde dieses Heft produziert. UGOTCHI, das Maskottchen der SPORTUNION für Kinderaktivitäten, bedankt sich an dieser Stelle beim gesamten "Wiffzack"-Team für die Ausarbeitung der Unterlage.



INKLUSION IM SCHUL- UND VEREINSSPORT

Die Gesellschaft, in der wir leben, ist vielfältig, bunt und spannend. Neben den verschiedenen Ethnien und Kulturen treffen im Alltag die unterschiedlichsten Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen aufeinander. Genauso mannigfaltig wie unsere Gesellschaft präsentiert sich auch die österreichische Sportvereinslandschaft. Der organisierte Sport etabliert sich seit Jahren als starker Partner von Bildungseinrichtungen wie Schulen und Kindergärten. Neben der Kernaufgabe als Bewegungsanbieter, nehmen Sportvereine eine wichtige Rolle ein, indem sie unterschiedliche Menschen zusammenbringen und verbinden – unabhängig von deren Herkunft, Alter, Geschlecht, Religionszugehörigkeit oder Art der Beeinträchtigung. Somit leisten Vereine einen wichtigen Beitrag zur Einhaltung und Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention.

Die UN-Behindertenrechtskonvention ist das vertragliche Übereinkommen der Vereinten Nationen, in dem sich die Unterzeichnerstaaten verpflichten, die Menschenrechte von Menschen mit Behinderungen zu fördern, zu schützen und zu gewährleisten.

In Österreich ist die UN-Behindertenrechtskonvention seit 26. Oktober 2008 in Kraft. Laut Artikel 30 muss sichergestellt werden, dass Kinder mit Behinderungen gleichberechtigt mit anderen Kindern an Spiel-, Erholungs-, Freizeit- und Sportaktivitäten teilnehmen können, einschließlich im schulischen Bereich.

INKLUSION: Ziel von Inklusion ist, dass alle Menschen in einer Gesellschaft gleichberechtigt nebeneinander leben. So sollen auch Menschen mit Behinderungen dazugehören, teilhaben und selbst bestimmen können – in allen Lebensbereichen wie Bildung, Arbeit, Wohnen und Freizeit.



VON EXPERTINNEN FÜR EXPERTINNEN

Das vorliegende Skript, welches im Zuge des Inklusionsprojekts „Wiffzack“ entstanden ist, beinhaltet Übungs- und Spielideen für Kinder mit Behinderung und heterogene Gruppen im Schul- und Vereinssport. Die Unterlagen wurden für alle Personen entwickelt, die aktuell oder zukünftig im inklusiven Setting arbeiten bzw. arbeiten wollen und ihr Repertoire an Übungen und Spielideen erweitern möchten. Dafür wurden ExpertInnen aus den verschiedensten Fachbereichen an einen Tisch geholt. Deren gebündeltes Wissen und ihre Erfahrungen sind in diesem Skript zusammengetragen. PädagogInnen und TrainerInnen erhalten Anregungen und Ideen für einen qualitativen und abwechslungsreichen Bewegungsunterricht mit dem Ziel, einen Mehrwert für die Kinder zu schaffen.

VON DER IDEE ZUM GEDRUCKTEN „VERSUCH“

Im vorliegenden Skript wurde der Versuch unternommen, Bewegungsspiele und Übungen nach verschiedenen Kriterien und Zielgruppen zu kategorisieren, um dem/der NutzerIn die Handhabung bzw. die Auswahl der Spiele zu erleichtern. Aufgrund der Komplexität inklusiver Zielgruppen kann nicht auf jede Beeinträchtigung eingegangen werden. Es gilt immer individuell abzuwägen, bei welchen Spielen eine Teilhabe für alle Kinder ermöglicht werden kann. Es bedarf somit einer guten Planung und Auseinandersetzung mit der Gruppe und dem Skript im Vorhinein. Räumlichkeiten, Betreuungspersonal, Alter der Kinder, Zusammensetzung und Gruppengröße sind wesentliche Faktoren, die letztendlich darüber entscheiden, ob eine Übung gut umsetzbar ist oder nicht.



GUT ZU WISSEN!

Das Skript „Vielfältige Bewegungsideen für inklusive Gruppen“ gliedert sich in einen kurzen Theorie- und einen umfangreichen Praxisteil mit fünf Schwerpunktthemen. Im Theorie- und im Praxisteil werden wichtige Informationen zur Zielgruppe erklärt und es wird darauf eingegangen, worauf bei der Arbeit mit heterogenen Gruppen im inklusiven Setting geachtet werden sollte. Der Praxisteil beinhaltet eine umfangreiche Sammlung von Spielen und Übungen, der teilweise eine kurze einleitende Theorie mit wertvollen Basisinformationen vorangestellt ist. Neben Ideen zur Gruppen- und Paarbildung finden sich Kennlern- und Kooperationsspiele, Tierische Bewegungsaufgaben zur Förderung der sportmotorischen Fähigkeiten, Cool-Down-Spiele sowie kurze Übungen für kleine Räume.

UGOTCHI-Tipp: Am Ende des Skripts auf Seite 116-117 sind die wichtigsten Begriffe kurz erklärt, um zum besseren Verständnis beizutragen.

TIPP

Die Spiele sind so aufgebaut, dass nach einer kurzen Beschreibung der Vorbereitung die Spielbeschreibung folgt. Der UGOTCHI-Tipp gibt hilfreiche Hinweise zur Durchführung. Um die Aufgaben mit den unterschiedlichsten Gruppen und Kindern umsetzen zu können, finden sich bei den meisten Übungen Varianten, um das Spiel zu vereinfachen oder schwieriger zu gestalten. Die basale Variante bietet eine einfache, elementare Form für Kinder mit komplexer Beeinträchtigung (in weiterer Folge abgekürzt: Kinder mkB), um auch diesen eine Teilhabe zu ermöglichen.

Die Angaben zu Material, Zielgruppe, Gruppengröße, kognitiver und motorischer Anforderung des Spiels sowie zur basalen Variante sollen bei der Auswahl der passenden Übung helfen. Da sich nicht jedes Spiel für jedes Kind, für jede Gelegenheit oder für die vorhandenen Rahmenbedingungen eignet, kann mit Hilfe der Varianten oder des UGOTCHI-Tipps die Übung leicht angepasst und geändert werden.

AUS DER PRAXIS FÜR DIE PRAXIS

- **Mut zu Neuem:** Das Skript möchte dazu ermutigen, möglichst viele Spielformen mit der Zielgruppe auszuprobieren. Im besten Fall gelingt es, neue Herausforderungen für alle Kinder zu schaffen, an denen diese wachsen können.
- **Dran bleiben:** Es zählt sich aus, Spiele, die beim ersten Anlauf vielleicht noch nicht so reibungslos ablaufen, auch ein zweites oder drittes Mal auszuprobieren. Oft dauert es, bis gewisse Spiele mit der jeweiligen Gruppe funktionieren. Auch die Tagesverfassung der Kinder entscheidet oftmals über das Gelingen von Übungen.
- **Kreativität darf sein:** Im Skript finden sich viele Varianten, um Spiele anzupassen und entsprechend den Möglichkeiten der Kinder zu adaptieren. Mit der Zeit wird es für die Übungsleitung einfacher, Übungen abzuändern, anzupassen und kreative Lösungen zu finden.
- **Freiwilligkeit als oberstes Prinzip:** Mit den Übungen sollen Kinder herausgefordert werden und die Möglichkeit erhalten, Neues auszuprobieren, aber auf keinen Fall überfordert werden. Manchmal benötigen Kinder etwas Zeit, um erst einmal aus der beobachtenden Perspektive heraus ein neues Spiel kennen zu lernen.

- **Zeit und Raum geben:** Manche Kinder sind sehr schnell überreizt und benötigen Pausen und Rückzugsorte. Der Grat zwischen Überforderung und Unterforderung ist sehr schmal. Den Kindern muss stets genügend Zeit und Raum gegeben werden, um die vielen Erfahrungen und Eindrücke sammeln und verarbeiten zu können. Time-out-Zonen, Rückzugshöhlen aus Matten oder dergleichen bieten sich dafür an.
- **Augen verbinden einmal anders:** Oft haben Kinder Scheu, sich die Augen verbinden zu lassen. Verbundene Augen verursachen manchmal Angst, Schwindel und Unsicherheit. Mit einem blickdichten Tuch über den Kopf gelegt, wird das Blickfeld des Kindes eingeschränkt, das Sichtfeld aber nicht komplett genommen. Vielen Kindern fällt es so leichter an Spielen teilzunehmen, bei denen die Augen verbunden werden müssen.
- **Berührung als Herausforderung:** Körpermassagen sowie Spiele mit Körperkontakt stellen viele Kinder vor eine Herausforderung. Ist das Berühren bzw. das Berührt-Werden für ein Kind nicht möglich, darf es nicht dazu gezwungen werden. Alternativ können dem Kind hier Materialien zur eigenen Sinnes- oder Körperwahrnehmung angeboten werden (Massageroller, Sandsäckchen etc.).
- **Unterschiedliche Materialien bewusst einsetzen:** Um allen Kindern möglichst viele Erfahrungen im Umgang mit Materialien (in Bezug auf Geschwindigkeit, Flugverhalten, Haptik) zu ermöglichen, darf tief in die Trickkiste gegriffen werden. Die unterschiedlichsten Bälle, Luftballons, Sandsäckchen, Seidentücher etc. können zum Einsatz kommen und Kindern mit Unsicherheiten sowie Wahrnehmungs- und Koordinationsproblemen helfen, am Spiel teilzunehmen.
- **Musik, ja oder nein?:** Musik motiviert und animiert zu Bewegung - der Rhythmus wirkt einladend, beschwingend und hilft vor allem Kindern mit Beeinträchtigungen aus sich herauszukommen. Bei vielen der vorgestellten Übungen und Spiele kann Musik zum Einsatz kommen. Ist ein Spiel allerdings von Haus aus schon sehr dynamisch und laut, führt Musik schnell zu einer Überreizung. Leise Entspannungsmusik trägt hingegen oft zu einem ruhigen Klima im Turnsaal bei.
- **Rituale als sicherer Rahmen:** Rituale geben den Kindern ein Gefühl von Sicherheit, stiften Gemeinschaft und soziale Zusammengehörigkeit. Ein gemeinsamer Spruch, ein Sitzkreis zu Beginn der Bewegungseinheit oder ein ritualisiertes Abschlussspiel am Stundenende sind einfach umsetzbare Praxisbeispiele. Auch ein mit der Gruppe vereinbartes Signal (z. B. ein Gong oder ein Bild im Mittelkreis), um sich zu treffen oder ruhig zu sein, kann helfen.
- **Freude und Spaß stehen im Mittelpunkt:** Erfolg ist individuell und nicht zwingend das Ziel einer Übung. Erfahrungen sammeln, gemeinsames Spiel, sich ausprobieren und auspowern stehen bei allen Bewegungseinheiten im Vordergrund.
- **Wer hat an der Uhr gedreht:** Auch die lustigste Bewegungseinheit geht irgendwann zu Ende. Damit die Kinder zum Stundenausklang zur Ruhe kommen können, sollte genug Zeit eingeplant werden. Viele Ideen und Beispiele finden sich im letzten Abschnitt des Praxisteils unter Cool-Down-Spiele.

UGOTCHI-Tipp: Bei allen Übungen gilt: vom Leichten zum Schweren und vom Bekannten zum Unbekannten!

TIPP



Bevor es mit den Spielen und Übungen losgeht, macht es Sinn, ein paar allgemeine Vorüberlegungen zu der jeweiligen Gruppenkonstellation, der Infrastruktur und anderen wichtigen Rahmenbedingungen anzustellen. So müssen unter Umständen kleine Adaptionen und Spielvorbereitungen getroffen werden, damit die ausgewählten Übungen dann in der Praxis gut durchführbar sind.

Ein paar Fragen, die helfen können:

- Wie groß ist meine Gruppe und wie viel Betreuungspersonal steht zur Verfügung?
- Wie viel Platz und welche Materialien stehen bereit?
- Wie setzt sich meine Gruppe zusammen? Wie heterogen ist diese?

Je nach Gruppenkonstellation leiten sich nun die folgenden Überlegungen ab:

- Motorische Beeinträchtigungen schränken meistens auch das Bewegungsausmaß der Kinder ein. Ist es möglich, Gegenstände anzubieten, die das Kind leichter greifen oder festhalten kann? In welcher Höhe müssen diese angebracht werden?
- Was muss bei den Aufbauten berücksichtigt werden, wenn Kinder im Rollstuhl in der Gruppe sind? Schafft es ein Kind im Rollstuhl allein auf eine Turnmatte zu fahren oder benötigt es dafür Hilfe? Müssen Gegenstände eventuell tiefer an der Sprossenwand befestigt werden? Kann sich das Kind im Rollstuhl möglicherweise selbständig außerhalb des Rollstuhls bewegen (robben, knien, rutschen, rollen etc.)?
- Sind Kinder mit Sehbeeinträchtigungen in der Gruppe und können diese ausreichend unterstützt werden? Welche akustischen Signale oder Hilfestellungen können ihnen helfen, am Bewegungsunterricht teilzunehmen?
- Stehen Kindern mit Hörbeeinträchtigungen AssistentInnen zur Seite, die akustische Signale in visuelle Signale „übersetzen“ können?
- Sind Kinder mit Wahrnehmungsstörungen in der Gruppe und müssen für diese Kinder eventuell Rückzugsräume geschaffen werden?
- Ist es notwendig, in einfacheren Sätzen zu sprechen, um Spiele zu erklären? Welche Hilfsmittel werden benötigt, damit sich die Kinder besser orientieren können (Hütchen mit Zahlen, Bilder, Startlinien, Bodenmarkierungen, Farbkarten etc.)?
- Wie können Kinder mkB am Bewegungsunterricht teilnehmen? Gibt es eine basale Variante für diese Kinder? Wie kann die persönliche Assistenz das Kind mkB bei der Durchführung unterstützen?
- Können gleichzeitig verschiedene Varianten einer Übung angeboten werden, um jedem Kind eine Teilnahme zu ermöglichen?

DIE ASSISTENZ – EIN WICHTIGER PLAYER!

Die Assistenz eines Kindes kennt dieses im Normalfall sehr gut und kann am besten abschätzen, was das Kind kann bzw. was es „verträgt“. Demnach muss die Assistenz immer auch in die Spiele miteinbezogen und deren Rückmeldung eingeholt werden. Wenn die Assistenz es für notwendig erachtet, dass ein Kind eine Pause oder einen Rückzug benötigt, dann ist dieser Einschätzung unbedingt Folge zu leisten.

SPEZIELLE BEDÜRFNISSE BERÜCKSICHTIGEN

Gerade die Arbeit mit heterogenen Gruppen im inklusiven Setting stellt durch die vielen unterschiedlichen Gegebenheiten die PädagogInnen und TrainerInnen vor besondere Herausforderungen. Um den Unterschieden bezüglich kognitiver und sozialer Entwicklung, biologischem Alter, sportmotorischer Fähigkeiten, Wahrnehmungsentwicklung etc. gerecht zu werden, muss die Übungsleitung darauf differenziert reagieren können. Dazu gehören, neben der Verwendung von einfacher Sprache, auch kurze Erklärungen der Übungen, der entsprechende Einsatz von Mimik und Gestik, visuelle Unterstützung etc.

Trotz des breiten Spektrums an unterschiedlichsten Beeinträchtigungen und Behinderungen ist eines klar: ES SIND KINDER! Kinder, die an Spiel, Spaß und Bewegung Freude haben und körperlich, sozial und emotional davon profitieren. Kinder, die mit Freunden spielen, sich messen und ausprobieren wollen und Anerkennung genießen.

Die folgenden Zielgruppen werden im vorliegenden Skript berücksichtigt. Mit vielfältigen Varianten und Durchführungs-Tipps werden die Spiele auch für heterogene Gruppen durchführbar:

KINDER IM ROLLSTUHL – DIE UNTERSCHIEDE SIND GROSS

Während manche Kinder im Rollstuhl eine sehr gute Beweglichkeit aufweisen und sehr geschickt im Umgang mit dem Rollstuhl sind, haben andere wesentlich mehr Einschränkungen. Je nach Schwere der Lähmung können die Kinder somit selbständiger und einfacher an der ausgewählten Übung teilhaben oder benötigen eben mehr Unterstützung.

So haben Kinder im Rollstuhl unter Umständen Schwierigkeiten, Gegenstände vom Boden aufzuheben, und erfahren Erleichterung, wenn die Materialien erhöht platziert werden (z. B. auf einer Turnbank). Andere Kinder wiederum haben Probleme mit einem zu hohen Tempo. Eventuell sind Staffelspiele für diese Gruppen ungeeignet. Werden Bewegungsstationen aufgebaut, sollte vorab überlegt werden, ob und wie Kinder im Rollstuhl teilnehmen können oder ob es unter Umständen zusätzliche Bewegungsaufgaben braucht.

BLINDE KINDER „SEHEN“ ANDERS

In dieser Spielesammlung wurden jene Spiele gekennzeichnet, die sich auch für Kinder mit starken Sehbeeinträchtigungen eignen. Grundsätzlich ist zu berücksichtigen, dass es Vorstufen von Blindheit und unterschiedliche Ausprägungen von Sehbehinderungen gibt. Unter Umständen ist auch ausschlaggebend, wie gut ein Kind im Umgang mit seinen anderen Sinnen geschult ist. All diese Kriterien können die Auswahl der Spiele gegebenenfalls beeinflussen. Eventuell benötigen Spiele einfach etwas mehr Zeit, um Kindern mit Sehbeeinträchtigungen das Ertasten und „Be-greifen“ zu ermöglichen. Vielleicht braucht es eine zusätzliche Assistenz oder Betreuungsperson, die das Kind im Spiel unterstützt.





GEHÖRLOS – SPRECHEN MIT DEM GANZEN KÖRPER

Kinder mit Hörbeeinträchtigungen erleben ihre Umwelt naturgemäß anders. Ihre Kommunikation findet sich meistens in der Gebärdensprache wieder. Spiele können sehr leicht in diese transferiert werden, wenn die Gruppe diese Möglichkeit hat und diese Sprache versteht. Oft reicht es schon aus, wenn die Übungsleitung ein Signal nicht nur verbal spricht, sondern auch visuell zeigt. Schon können auch gehörlose Kinder mitspielen und teilhaben. Die Assistenz kann hier helfen, indem sie die Kinder mit Hörbeeinträchtigungen beim Mitspielen unterstützt. Eventuell müssen verbale Signale vorab von der Übungsleitung auf Kärtchen geschrieben werden, um diese dann zeigen zu können. Da das Gehör stark mit der räumlichen Wahrnehmung und dem Gleichgewicht verknüpft ist, kann es in diesem Bereich zu zusätzlichen Herausforderungen für das Kind kommen. Darauf sollte geachtet und eingegangen werden.

KINDER MIT KOMPLEXEN BEEINTRÄCHTIGUNGEN – DIE ASSISTENZ UNTERSTÜTZT

Kinder mkB benötigen oftmals die Unterstützung der Assistenz, um an Übungen oder Spielen teilnehmen zu können. Mit deren Hilfe gelingt die Teilhabe aber (fast) immer. Mit der basalen Variante will dieses Skript aufzeigen, wie leicht es unter Umständen möglich ist, auch diese Kinder partizipieren zu lassen. Ganz nach dem Motto „Dabei sein ist alles“ sollen Bewegungs-, Erlebnis- und Erfahrungsräume für alle Kinder geschaffen werden. Der Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt – die im Skript angeführten basalen Varianten sollen einen Anstoß dafür geben.

VIELFALT UND NOCH VIELES MEHR

Die Vielfalt und das Spektrum an unterschiedlichsten Beeinträchtigungen sind riesengroß und es kann im Skript nicht auf jede einzelne eingegangen werden. Der Vollständigkeit halber sollten aber dennoch zumindest die häufigsten erwähnt werden:

Autismus: Für Kinder mit Autismus-Spektrum-Störung ist Struktur und Teambuilding wichtig, aber teilweise nicht erreichbar. Sie bleiben oft lieber für sich und „in ihrer Welt“. Sie können oder wollen sich nicht auf andere einlassen und das ist auf jeden Fall zu akzeptieren! Wichtig ist, dass diese Kinder trotzdem dabei sein können, auch wenn sie gerade nicht kooperieren wollen. Hier empfiehlt es sich, diesen Kindern einen "Rückzugsort" anzubieten - eine Turnsaalecke mit Lieblingsgegenständen, eine gestaltete „Höhle“, in der es ruhiger ist, oder eine Matte mit einer Decke, um sich darunter verstecken zu können.

Aufmerksamkeitsstörungen: Diesen Kindern fällt es schwer, von allen Umweltreizen nur die gerade relevanten Reize herauszufiltern. Die Aufmerksamkeitsspanne ist sehr kurz und oft zeichnet die betroffenen Kinder auch ein erhöhter Bewegungsdrang und sehr impulsives Verhalten aus. Wichtig sind bei diesen Kindern kurze, einfache Erklärungen und keine langen ausschweifenden Beschreibungen. Es empfiehlt sich Augenkontakt einzufordern und diese Kinder als AssistentInnen beim Vorzeigen von Übungen einzusetzen.

Wahrnehmungsstörungen: Bei diesen Kindern werden die unterschiedlichen Umweltreize zwar von den Sinnesorganen aufgenommen, aber dann im Gehirn nicht richtig verarbeitet bzw. interpretiert. Manche Kinder reagieren gegenüber Berührungen oder taktilen Materialien sehr empfindlich oder impulsiv, andere Kinder wirken tollpatschig oder besonders waghalsig und wild.

Berührungsempfindliche Kinder sollten motiviert, aber nicht gezwungen werden, sich mit unbekannten Materialien zu beschäftigen, und man sollte ihnen die Möglichkeit geben, Berührungen von anderen ausweichen zu können (z. B. letzte Position in der Schlange, Körper selber mit Materialien belegen etc.).

Bei den vermeintlich wilden Kindern sollte mehr Augenmerk auf die Qualität der Bewegung gelegt werden, da diese Kinder die Unsicherheiten gerne mit Geschwindigkeit kompensieren. Bewegungsaufgaben können beispielsweise rhythmisiert werden.

Sei dir bewusst,

- dass wir viel Zeit für kleine Details brauchen.
- dass unser Gemütszustand nicht immer gleich ist.
- dass wir viele Wiederholungen benötigen.
- dass wir stolz sind, wenn wir es alleine schaffen.
- dass viele Eindrücke für uns neu sind.



NOTIZEN



A series of 20 horizontal grey lines spaced evenly down the page, serving as a writing area for notes.



SPIELEVERZEICHNIS & INHALTE DES SKRIPTS



VORWORT									2
INKLUSION IM SCHUL- UND VEREINSSPORT									3
HINWEISE ZUR HANDHABUNG									4
GUT GEPLANT UND HALB GEWONNEN									6
SPEZIELLE BEDÜRFNISSE BERÜCKSICHTIGEN									7
NOTIZEN									11
GRUPPEN- UND PAARBILDUNG									18
Seilesalat.....	✓	✓	✓					K G	19
Das schnellste Paarbildungsspiel.....	✓	✓	✓					K G	19
Blitzschnell geteilt.....	✓	✓	✓					K G	20
Achtung Fuchs.....	✓	✓	✓					K G	21
Kartenlauf.....	✓	✓	✓					K G	21
KENNENLERN- UND KOOPERATIONSSPIELE									22
Der Ball geht um (Kennenlernspiel).....	✓	✓	✓		✓	✓		K G	23
Name und Bewegung (Kennenlernspiel).....	✓	✓	✓					K G	23
Namenskoffer packen (Kennenlernspiel).....	✓	✓	✓	✓				K G	24
Leute zu Leute.....	✓	✓	✓					K G	24
Anhänge-Staffel.....	✓	✓	✓					K G	25
Drehende Kreise.....	✓	✓	✓		✓	✓		K G	25
Mattentransport.....			✓					K G	26
Blindenhund.....	✓	✓	✓	✓		✓		P K G	26
Kapitän.....	✓	✓	✓					P K G	27
Roboterspiel.....	✓	✓	✓	✓				P K G	27
Seildurchlaufen.....	✓	✓	✓		✓	✓		K G	28
Riesenschildkröte.....		✓	✓					K G	28
TIERISCHE SPIELE, BEWEGUNGSLANDSCHAFTEN UND ÜBUNGEN									29
BALANCIEREN WIE EIN STORCH									30
Der schmale Grat.....	✓	✓	✓		✓	✓		K G	30
Wippe.....	✓	✓	✓		✓	✓		E K	31
Turnbank-Erdbeben.....		✓	✓		✓	✓		E K	32



Wilder Ritt.....		✓	✓		✓	✓	E K	32
Wackelbank.....		✓	✓		✓	✓	K	33
Feuerreifen.....			✓		✓	✓	E K	33
GESCHMEIDIG WIE EINE KATZE.....								34
Karli Kater.....	✓		✓			✓	K G	34
Eisgrat.....		✓	✓		✓	✓	E K	34
Rutschpartie.....		✓	✓		✓	✓	E K	35
Postpaket.....	✓	✓	✓			✓	E K G	36
Schaukeln.....		✓	✓			✓	E K G	36
Kerze.....		✓	✓		✓	✓	E K G	37
Der hungrige Bär und die schlafenden Bienen.....	✓	✓				✓	K G	37
GESCHICKT WIE EIN AFFE.....								38
Äpfelpflücken.....	✓	✓	✓			✓	K G	38
Körpermagnet.....	✓	✓	✓			✓	K G	38
Tiersafari.....	✓	✓	✓			✓	K G	39
Affen schwingen.....			✓		✓	✓	E K G	39
Die Weichbodenschaukel.....	✓	✓	✓			✓	E K	40
Tiefkühlkost.....	✓	✓	✓			✓	K G	41
ZIELGENAU WIE EIN ADLER.....								42
Hängende Reifen.....	✓	✓	✓			✓	E K G	42
Regenschirm.....	✓	✓	✓			✓	E K G	43
Verdrehte Hütchen.....	✓	✓	✓			✓	E K G	44
Schießbude.....	✓	✓	✓			✓	K G	44
Wurforgel.....	✓	✓	✓		✓	✓	P K G	45
Kegel-Kicken.....	✓		✓		✓	✓	K G	46
Waldboccia (Outdoor-Spiel).....	✓	✓	✓			✓	K G	47
MUTIG WIE EIN LÖWE.....								48
Reifenlabyrinth.....		✓	✓		✓	✓	E K	48
Wackelbrücke.....			✓		✓		E K	49
Durch die enge Höhle.....		✓	✓				E K G	50



SPIELEVERZEICHNIS & INHALTE DES SKRIPTS



Mutsprung.....		✓	✓		✓		E K	51
Hochseilakt.....			✓		✓		E K	51
STARK WIE EIN BÄR								52
Turmbau.....	✓	✓	✓			✓	E K G	52
Bobfahren (2:2).....	✓	✓	✓			✓	P K	52
RAUFSPIELE				✓				53
Seilziehen.....		✓	✓	✓		✓	K G	55
Käferspiel.....		✓	✓	✓		✓	P K	56
Rückenschieben.....		✓	✓	✓			P K	56
Sockenkampf.....			✓	✓		✓	P K	57
Ballstehlen.....	✓	✓	✓			✓	P K	57
HÜPFEN WIE EIN KÄNGURU								58
Hüpfwelle.....	✓	✓	✓			✓	K G	58
Zauberer.....	✓	✓	✓			✓	K G	58
Reifensprung.....		✓	✓		✓	✓	E K G	59
Vom Berg ins Tal.....		✓	✓			✓	E K G	59
Glühende Lavasteine.....	✓	✓	✓			✓	K G	60
Känguru.....	✓	✓	✓			✓	E K G	60
Allein mit dem Seil.....	✓	✓	✓		✓		E K G	61
FLINK WIE EIN HASE								62
Fischer.....	✓	✓	✓				K G	62
Hasenbau.....		✓	✓			✓	E K G	62
Beeren sammeln.....	✓		✓	✓		✓	K G	63
Blumenkorb (Outdoor-spiel).....	✓	✓	✓			✓	K G	63
SCHNELL WIE EIN GEPARD				✓				64
Memory.....	✓		✓	✓		✓	K G	64
Puzzelauf.....	✓		✓			✓	K G	65
Bestzeit.....	✓	✓	✓			✓	E K G	65
Sprintchallenge.....	✓		✓			✓	K G	66



Laufen mit Gangschaltung.....	✓	✓	✓			✓	K G	67
AUSDAUERND WIE EIN WOLF.....								68
Die Löwen sind los.....	✓		✓			✓	K G	68
Linienfangen.....	✓		✓			✓	K G	68
Kettenfangen.....			✓				K G	69
Merkball.....	✓		✓			✓	K G	69
COOL-DOWN-SPIELE & ENTSPANNUNGSTECHNIKEN.....								70
Wo liegt was?.....	✓	✓	✓			✓	K G	70
Summende Biene.....	✓	✓					K G	71
Das Geräuschespiel.....	✓	✓					K G	71
Heulboje.....	✓	✓				✓	K G	72
Atmung - Zwei Luftballons.....	✓	✓	✓			✓	E K G	73
Bilder in den Kopf zaubern - Mein geheimer Ort.....	✓	✓		✓		✓	E K G	74
Meine Lieblingsmusik.....	✓	✓					E K G	75
Schattenboxen und Standsprint.....	✓	✓				✓	E K G	76
Nilpferdwäsche.....	✓	✓	✓				P K G	77
Pizzabacken.....	✓	✓	✓				P K G	78
Die Mauer.....	✓	✓	✓				K G	79
Tennisballmassage.....	✓	✓					P K G	79
Fantasiereise.....	✓	✓					E K G	80
Fantasiegeschöpfe gestalten (Outdoor-Spiel).....	✓	✓	✓			✓	K G	81
KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME.....								82
Abfahrtshocke.....	✓	✓	✓				E K G	82
Der unsichtbare Stuhl.....		✓	✓				E K G	83
Der Luftsprung.....	✓	✓	✓			✓	E K G	83
Hampelmann.....	✓	✓	✓		✓	✓	E K G	84
Schiefes Brett.....		✓	✓				E K G	84
Kommando.....	✓	✓	✓	✓		✓	E K G	85
Armdrücken.....	✓	✓	✓				P K G	85
Der Storch.....		✓	✓		✓		E K G	86

SPIELEVERZEICHNIS & INHALTE DES SKRIPTS



Riese.....	✓	✓	✓			✓	E K G	.86
Radeln.....		✓	✓			✓	E K G	.87
Riese - Zwerg.....	✓	✓	✓			✓	E K G	.87
Schraube.....	✓	✓	✓				E K G	.88
Großes V.....	✓	✓	✓			✓	E K G	.88
Tierzauberei.....	✓	✓	✓	✓		✓	K G	.89
Was ist anders?.....	✓		✓	✓			K G	.90
Spiegelhände.....	✓	✓	✓			✓	P K G	.90
Sportartenpantomime.....	✓		✓			✓	K G	.91
Schere - Stein - Papier.....	✓	✓	✓				P K G	.91
Verrückter Sessel.....	✓	✓	✓			✓	E K G	.92
Lachnummer.....	✓	✓	✓			✓	K G	.92
Warm oder Kalt.....	✓	✓	✓				P K G	.93
Familie Mayer geht in den Zoo.....	✓	✓				✓	K G	.94
Achterschleife.....	✓	✓	✓			✓	E K G	.95
Würfelmischmasch.....	✓	✓	✓	✓		✓	E K G	.95
Zeitungsblatt.....		✓	✓				E K G	.96
Stein werfen.....	✓		✓			✓	E K G	.96
Buntes Ballontreiben.....	✓		✓			✓	E K G	.97
Zischzielball.....	✓	✓	✓			✓	E K G	.97
Zauberkleber.....	✓	✓	✓			✓	E K G	.98
Der Zauberstein.....	✓	✓	✓				K G	.98
Stille Rückenpost.....	✓	✓	✓			✓	K G	.99
Der Wachhund.....	✓	✓					K G	100
Tast-Kim.....	✓	✓	✓			✓	E K G	100
Nasen-Kim.....	✓	✓	✓			✓	E K G	101
Hör-Kim.....	✓	✓				✓	E K G	101
Einfrieren und Auftauchen.....	✓	✓	✓			✓	E K G	102
Versteckte Gegenstände.....	✓	✓	✓	✓			K G	102
Jagdhunde.....	✓	✓	✓			✓	K G	103



Geräuschpaare.....	✓	✓						P K G	103
Geräuschkulisse.....	✓	✓		✓				K G	104
Schattenbewegung.....	✓	✓	✓					P K G	104
Abklopfen.....	✓	✓	✓			✓		E K G	105
ANHANG.....									106
GEFÜHLE WÄHREND DER STUNDE.....									106
KOPIERVORLAGEN.....									108
WICHTIGE BEGRIFFE IM ÜBERBLICK.....									116
LITERATURTIPPS & WEITERFÜHRENDE LINKS.....									118
QUELENNACHWEISE.....									119

GRUPPEN- UND PAARBILDUNG



Gruppen und Paare zu bilden, stellt die Übungsleitung immer wieder vor eine Herausforderung. Welche Methode wähle ich? Wie kann ich Frustration vermeiden? Wie kann ich die unterschiedlichen Kinder in Teams integrieren?

EINTEILUNG DURCH DIE ÜBUNGSLEITUNG

Bei manchen Spielen kann es durchaus sinnvoll sein, dass die Übungsleitung selbst die Kinder in Gruppen oder Paare einteilt, um so für Ausgewogenheit in den inhomogenen Gruppen zu sorgen.

GRUPPENBILDUNG DURCH WÄHLEN

Es gibt die Möglichkeit, die Kinder selbst durch Wählen die Gruppeneinteilung vornehmen zu lassen. Diese Art der Gruppenbildung führt allerdings oft dazu, dass immer die gleichen Kinder am Schluss übrigbleiben. Das frustriert sowohl diese Kinder als auch das Team, welches das „unliebsame“ Kind aufnehmen muss.

UGOTCHI-Tipp: Von der Übungsleitung sollte zumindest darauf geachtet werden, dass immer unterschiedliche Kinder wählen dürfen und jedes Kind einmal in die Rolle des Team-Kapitäns schlüpfen darf.

TIPP

ALTERNATIVE GRUPPEN- UND PAARBILDUNG

Teams können auch nach dem Zufallsprinzip gebildet werden (z. B. Los, Abzählen etc.). Dies wird allerdings oft als un kreativ betrachtet. Weitere Möglichkeiten sind Gruppenbildung durch Farbe der Kleidung oder Aufstellung in Reihen nach Körpergröße, Haarfarbe, Augenfarbe, Schuhgröße, Geburtsmonat, Anzahl an Geschwistern oder Haustieren etc.

GRUPPEN- UND PAARBILDUNG DURCH SPIELE

Zudem gibt es viele lustige Spiele, welche sich zum Bilden von Gruppen oder Paaren eignen. Mit den Übungen ist gewährleistet, dass die Teams immer wieder neu zusammengestellt werden, sich keiner benachteiligt fühlt und die Spiele meist viel Spaß machen. In der folgenden Übungssammlung werden Spiele zur Paar- und Gruppenbildung vorgestellt.

UGOTCHI-Tipp: Die Teams dürfen sich Namen geben. Dadurch identifizieren sich die Kinder mehr mit der Mannschaft und es entsteht ein besseres Gruppengefüge.

TIPP





SEILESALAT

Spielbeschreibung: Bei dem Spiel Seilesalat können schnell und einfach Paare gebildet werden. Alle Kinder befinden sich auf dem Spielfeld. Die Übungsleitung wirft eine abgezählte Anzahl von Seilen auf den Boden – halb so viele Seile wie Kinder. Die Kinder werden nun aufgefordert, sich ein Seilende zu nehmen. Das Kind, das am anderen Ende des Seiles ist, ist im nächsten Spiel der Partner.

Material

- ▶ Seile



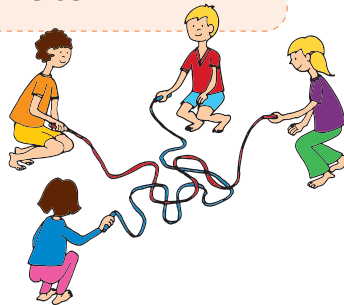
KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

UGOTCHI-Tipp:

Damit es zu keinen Verknotungen kommt, sollten die Seile locker aufgelegt werden.

TIPP



DAS SCHNELLSTE PAARBILDUNGSSPIEL

Spielbeschreibung: Die Kinder stehen in einer lockeren Gruppe zusammen. Die Spielleitung erklärt, dass sie gleich bis drei zählt, worauf sich alle Kinder ein zweites suchen sollen. Unmittelbar nachdem sie diese Ansage gemacht hat, zählt sie blitzschnell und laut bis drei. Die Kinder suchen sich nun augenblicklich ein zweites Kind.

Material

- ▶ kein Material erforderlich



KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

UGOTCHI-Tipp:

Auf diese Weise können auch schnell und unkompliziert Dreier-, Vierer-, Fünfergruppen, etc. gebildet werden.

TIPP



GRUPPEN- UND PAARBILDUNG

BLITZSCHNELL GETEILT

Spielbeschreibung: Die Übungsleitung fordert die Kinder auf, sich immer paarweise nebeneinander zu stellen. Die Paare entscheiden selbst, wer in die Hocke geht und wer stehen bleibt. Danach bilden alle Hockenden und alle Stehenden jeweils eine Gruppe. Es können auch drei oder mehrere Gruppen auf diese Weise gebildet werden. Die Kinder gehen dazu zu Beginn in Gruppen zu drei, vier oder mehreren Kindern zusammen.

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

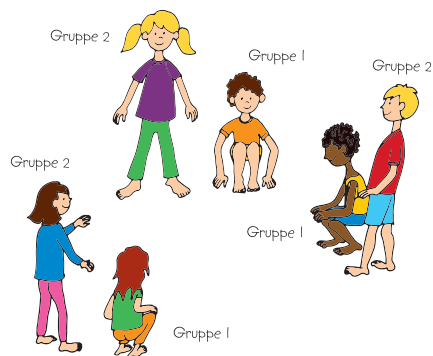
 GEHÖRLÖSE KINDER

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

UGOTCHI-Tipp: Dieses Gruppenbildungsspiel eignet sich gut, um **TIPP** neue Gruppenkonstellationen zu schaffen.

Schwierige Variante: Die Übungsleitung gibt verschiedene Positionen vor, z. B. Arme nach oben, Einbeinstand, Standwaage, Schneidersitz etc.



ACHTUNG FUCHS

Spielbeschreibung: Die Übungsleitung legt auf dem Spielfeld halb so viele Reifen auf, wie Kinder in der Gruppe sind. Wenn sie ruft „Der Fuchs kommt!“, versucht jedes Kind in einen Bau (Reifen) zu gelangen. Die Kinder, die in einem Bau stehen, bilden die eine Gruppe. Die Kinder, die es nicht geschafft haben, die zweite Gruppe.

UGOTCHI-Tipp:

Alternativ können Reifen in verschiedenen Farben verwendet werden, um die Gruppen zu teilen. So entscheidet nicht die Schnelligkeit über den Ausgang des Spiels.

TIPP

Schwierige Variante: Alle Kinder bewegen sich nach Vorgabe der Übungsleitung, z. B. hüpfen wie ein Hase, galoppieren wie ein Pferd etc.



Material

► Reifen

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

KARTENLAUF

Vorbereitung: Die Übungsleitung legt die Spiel- oder Farbkarten am anderen Ende der Halle auf den Boden.

Spielbeschreibung: Auf ein Startsignal laufen die Kinder auf die gegenüberliegende Seite, um sich eine Spiel- oder Farbkarte zu schnappen und damit zurückzulaufen. Alle Kinder mit derselben Farbe bzw. demselben Kartensymbol bilden eine Gruppe.

Material

► Spiel- oder Farbkarten

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

KENNENLERN- UND KOOPERATIONSSPIELE



Manche Kinder kommen in der Schule oder im Sportverein zum ersten Mal in Kontakt mit Menschen mit Beeinträchtigungen. Gerade das Spiel und der Sport mit heterogenen Gruppen im inklusiven Setting bieten eine gute Gelegenheit, mögliche Vorurteile abzubauen und Andersartigkeit zu akzeptieren. Wie bei anderen Gruppen auch spielen Teambuilding und Gruppendynamik ebenso im inklusiven Setting eine Rolle.

GRUPPENPROZESSE BEGLEITEN UND VERSTEHEN

Teamentwicklung ist ein spannender Prozess, der unterschiedliche Phasen durchläuft, die man durch Spielformen unterstützen kann. Damit aus einer Gruppe ein Team werden kann, braucht es Zeit. Die Gruppenphasen können sich wiederholen – besonders wenn „Neue“ zum Team stoßen.

Möglicherweise muss die Übungsleitung die Gruppenprozesse in der inklusiven Gruppe noch genauer beobachten und noch rücksichtsvoller begleiten. Es braucht Verständnis für die unterschiedlichen Bedürfnisse und man muss akzeptieren, dass man Kooperation nicht erzwingen kann. Gegebenenfalls müssen sich manche Kinder von Zeit zu Zeit aus Situationen herausnehmen und benötigen Möglichkeiten zum Rückzug.

UNTERSCHIEDLICHE ROLLEN ERKENNEN UND ZULASSEN

In einem Team trifft man auf unterschiedlichste Persönlichkeiten. Viele Kinder nehmen bestimmte Positionen ein und definieren sich über diese. „Star“, „Klassenclown“, „AußenseiterIn“, „AnführerIn“, „MitläuferIn“, „EhrgeizlerIn“ etc. sind mögliche Rollen, denen Kinder versuchen gerecht zu werden. Wichtig ist, dass die Kinder diese Positionen auch wieder verlassen dürfen, um anders in Erscheinung treten zu können. Die Übungsleitung muss diese neuen Positionen daher auch zulassen.

UGOTCHI-Tipp: Wenn Funktionen in einem Team immer wieder wechseln, ist das für die Entwicklung der Gruppe günstig. Das bedeutet, dass jedes Kind Führungsrollen übernehmen oder einmal „ExpertIn“ sein darf. Kinder entdecken dadurch ihre Fähigkeiten: „Das hätte ich mir/ihm/ihr gar nicht zugetraut!“. Das stärkt den Selbstwert und verändert ihre eigene bzw. die Einschätzung anderer positiv. Besonders im Hinblick auf die Integration neuer Kinder und ihrer Fähigkeiten sind bewusste Rollenwechsel daher sinnvoll.

TIPP

DER BALL GEHT UM (KENNENLERNSPIEL)

Spielbeschreibung: Alle Kinder bewegen sich auf dem Spielfeld. Die Übungsleitung spielt Musik ab oder schlägt auf einer Trommel. Zwei Bälle werden von Kind zu Kind weitergepasst. Wenn die Musik stoppt, nennen die beiden Kinder, die die Bälle in der Hand haben, ihre Namen. So lernen sich die Kinder untereinander namentlich kennen.

Material

- ▶ Bälle
- ▶ Musikanlage oder Trommel

UGOTCHI-Tipp: Wenn die Kinder noch nicht sicher im Werfen und Fangen der Bälle sind bzw. blinde Kinder am Spiel teilnehmen, können die Bälle auch weitergegeben werden.

TIPP

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

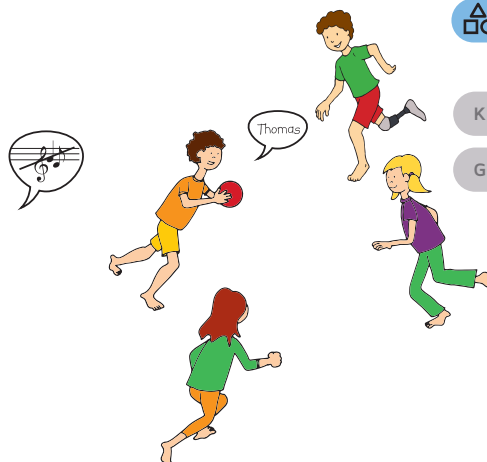
 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

Einfache Variante:

- Das Spiel wird mit nur einem Ball gespielt.
- Die Kinder sitzen im Kreis und rollen sich den Ball zu.

Basale Variante: Der Ball wird an das Kind mkB weitergegeben und dieses nennt (mit Hilfe der Assistenz) seinen Namen.



KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

NAME UND BEWEGUNG (KENNENLERNSPIEL)

Spielbeschreibung: Die Kinder stehen im Kreis. Ein Kind tritt in die Mitte und sagt z. B. „Ich bin Anna und ich laufe gerne.“ Sie unterstreicht ihre Worte mit einer Laufbewegung. Alle Kinder machen die Bewegung mit. Es wird der Reihe nach fortgeföhrt, bis alle Kinder dran waren.

Material

- ▶ kein Material erforderlich

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

KENNENLERN- UND KOOPERATIONSSPIELE

NAMENSKOFFER PACKEN (KENNENLERNSPIEL)

Spielbeschreibung: Alle Kinder stehen in einem Kreis. Ein Kind nennt seinen Vornamen und führt eine Bewegung aus (Standwaage, Klatschen, Streck sprung etc.). Alle Kinder wiederholen den genannten Namen und die Bewegung. Nun ist das nächste Kind im Kreis an der Reihe, seinen Namen zu nennen und eine neue Bewegung auszuführen. Die Gruppe wiederholt immer wieder von vorne alle genannten Namen und Bewegungen. Dadurch wird der Namenskoffer immer voller. Ist die Gruppe sehr groß, kann der Namenskoffer nach z. B. der Hälfte der Kinder geschlossen werden und die Gruppe beginnt, einen neuen Koffer zu packen.



Material

► kein Material erforderlich

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

LEUTE ZU LEUTE

Spielbeschreibung: Alle Kinder bewegen sich zur Musik oder laufen durch den Raum. Wenn die Musik stoppt, stellt die Übungsleitung eine Bewegungsaufgabe: z. B. einander die Hände geben, abklatschen, einander auf die Schulter klopfen, so viele Kinder wie möglich anlächeln, einander umarmen etc.

Material

► kein Material erforderlich

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

ANHÄNGE-STAFFEL

Spielbeschreibung: Es werden zwei oder mehrere Gruppen gebildet. Diese stellen sich jeweils hintereinander in Reihen auf. Von jeder Gruppe läuft das erste Kind A um ein Hütchen und danach wieder zurück zur Gruppe. Beim zweiten Durchgang fassen sich A und B an den Händen, laufen gemeinsam um das Hütchen wieder zurück und holen C ab – und so weiter. Sobald alle Kinder mitlaufen, wird mit dem „Abhängen“ begonnen. Zuerst bleibt A zurück, dann B etc.

Material

- ▶ Hütchen
- ▶ evtl. diverse Hindernismaterialien

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

KLEINGRUPPE K

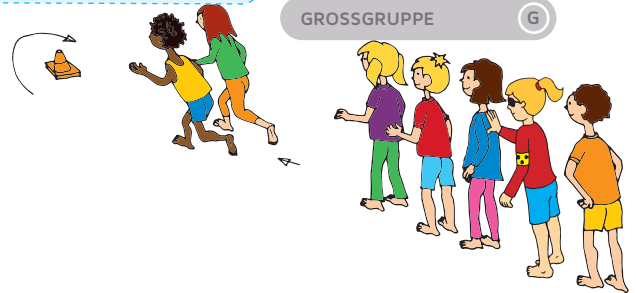
GROSSGRUPPE G

UGOTCHI-Tipp:

Schwächere Kinder, die nicht so weit laufen können, sollten später in der Staffel starten, damit sie nicht so lange mitlaufen müssen.

TIPP

Einfache Variante: Je kleiner die Gruppe ist, umso einfacher wird das Spiel. Auch die Geschwindigkeit sollte an die Gruppe angepasst werden (eventuell gehend).



DREHENDE KREISE

Spielbeschreibung: Die Kinder werden in Gruppen geteilt, bilden Kreise und fassen sich an den Händen. Auf Kommando der Übungsleitung bewegen sich die Kreise an das andere Ende des Spielfeldes. Die Schwierigkeit besteht darin, dass sich die Kreise dabei ständig drehen müssen. Je mehr Kinder einen Kreis bilden, umso herausfordernder wird das Spiel. Wird das Spiel zu wild oder beginnen die Kinder zu reißen, wird die Gruppe aufgefordert, nur die Handflächen aneinander zu legen.

Material

- ▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE K

GROSSGRUPPE G

UGOTCHI-Tipp:

Achtung! Wird einem Kind allzu schwindelig, muss das Spiel abgebrochen werden und das Kind macht eine Pause.

TIPP

Basale Variante: Das Kind mkB sitzt in der Mitte und der Kreis dreht sich langsam um das Kind. Wenn das Kind klatscht, muss sich der Kreis in die andere Richtung drehen.



KENNENLERN- UND KOOPERATIONSSPIELE

MATTENTRANSPORT

Spielbeschreibung: Die Kinder haben das Ziel, zu zweit oder zu dritt eine (umgedrehte) Weichbodenmatte mit Sprüngen möglichst weit zu verschieben. Dazu nehmen sie gemeinsam Anlauf und landen mit einem weiten Sprung auf der Matte, die dadurch vorwärts rutscht.

Die Gruppe muss gut darauf achten, dass alle gleichzeitig auf der Matte landen, damit niemand auf den Boden fällt.

Schwierige Variante: Die Kinder haben nur eine begrenzte Anzahl von Sprüngen und müssen damit die Matte so weit wie möglich durch die Halle schieben. Die Gruppe, die am weitesten kommt, hat gewonnen.

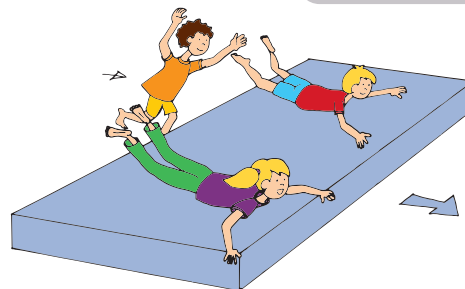
Material

► Weichbodenmatten

 GEHÖRLÖSE KINDER

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 



BLINDENHUND

Spielbeschreibung: Die Kinder gehen paarweise zusammen. Ein Kind schließt die Augen oder es werden ihm die Augen mit einem Tuch verbunden. Das „blinde Kind“ wird von seinem Gegenüber (dem Blindenhund) an der Hand über das Spielfeld geführt. Alternativ legt der Blindenhund die Hand auf die Schulter seines Partners und leitet diesen. Dabei soll nicht gesprochen werden! Nach dem ersten Durchgang werden die Rollen getauscht. Es kann dazu auch Musik gespielt werden. Wenn die Musik stoppt, wird gewechselt.

UGOTCHI-Tipp:

Sollte sich ein Kind die Augen nicht verbinden lassen wollen, kann man auch ein Tuch über den Kopf des Kindes legen. So kann es sich am Boden orientieren und fühlt sich etwas sicherer

TIPP

Material

► Tücher
► Hütchen

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

PARTNERÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

Schwierige Variante: Der Blindenhund stellt sich hinter das „blinde Kind“. Dieses soll nun ohne Kontakt zum Gegenüber auf dem Spielfeld umhergehen. Nur in bestimmten notwendigen Situationen kann der Blindenhund seinen Partner stoppen (z. B. beide Hände auf die Schulter) oder Richtungsänderungen vornehmen (z. B. Antippen auf linke oder rechte Schulter).

Basale Variante: Das Kind mkB wird von der Assistenz über das Spielfeld geführt oder geschoben.



KAPITÄN

Spielbeschreibung: Es werden Zweiergruppen gebildet. Ein Kind stellt sich in den Reifen, das andere hält den Reifen von außen fest. Das äußere Kind bewegt den Reifen in verschiedene Richtungen (vorwärts, rückwärts, seitwärts), während das im Reifen stehende Kind versucht, den Richtungen zu folgen und den Reifen dabei nicht zu berühren.

Rollentausch: Das im Reifen stehende Kind bestimmt die Laufrichtung und das den Reifen haltende Kind versucht den Reifen so zu führen, dass er sein Gegenüber nicht berührt.

Material

► Reifen

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

PARTNERÜBUNG (P)

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

ROBOTERSPIEL

Spielbeschreibung: Die Kinder gehen paarweise zusammen. Ein Kind spielt den Roboter und wird vom anderen Kind mittels Klopfzeichen durch den Raum geführt: linke Schulter = nach links, rechte Schulter = nach rechts, Rücken = vorwärts, Kopf = Stopp, zweimal Kopf = rückwärts etc.

Schwierige Variante:

- Dem Kind, welches durch den Raum geführt wird, werden die Augen verbunden.
- Noch schwieriger wird es, wenn die Befehle umgekehrt werden: z. B. linke Schulter = nach rechts etc.

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

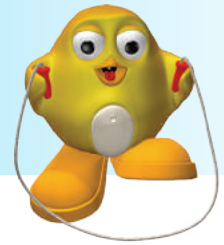
 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

PARTNERÜBUNG (P)

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)



SEILDURCHLAUFEN

Spielbeschreibung: Zwei Kinder fassen jeweils ein Ende eines langen Sprungseiles und drehen es. Alle anderen Kinder laufen unter dem Seil hindurch. Dabei ist nicht vorgeschrieben, dass sie bei jeder Umdrehung unter dem Seil durchlaufen müssen. Über die Geschwindigkeit kann die Schwierigkeit angepasst werden. Wenn alle Kinder durchgelaufen sind, werden die schwingenden Kinder abgelöst.

UGOTCHI-Tipp: Die Übungsleitung kann das Seil an der Sprossenwand anknoten und dreht das Seil allein (der Gruppe angepasst).

TIPP

Schwierige Variante: Man gibt den Kindern unterschiedliche Zusatzübungen, wie etwa zu zweit oder zu dritt durchlaufen, ein paar Mal springen und dann wieder hinauslaufen, Richtungswechsel etc.

Basale Variante: Wenn das Seil lang genug ist, kann die Assistenz das Kind im Rollstuhl schnell durchschieben.

Material

- ▶ 1 langes Seil (ca. 6m)

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

RIESENSCHILDKRÖTE

Spielbeschreibung: Es werden Dreiergruppen gebildet. Jede Gruppe bekommt eine Matte auf den Rücken. Auf ein Signal starten die Riesenschildkröten Richtung vereinbarte Ziellinie. Wenn die Schildkröte den Panzer verliert, muss dieser wieder aufgeladen werden. Erst wenn das gelungen ist, geht es weiter Richtung Ziellinie.

Material

- ▶ Matten

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 



TIERISCHE SPIELE, BEWEGUNGSLAND- SCHAFTEN UND ÜBUNGEN



Um Motorik, Kraft, Ausdauer, Koordination etc. spielerisch zu fördern, finden sich in diesem Kapitel eine Vielzahl an Bewegungsspielen und Übungen – verpackt in tierische Themenbereiche.

Gerade der Einsatz von Bewegungsstationen bietet jedem Kind die individuelle Möglichkeit, einerseits eigene Erfahrungen in seinem eigenen Tempo zu sammeln, und andererseits schaffen diese Übungen Herausforderungen und bieten Raum, sich auszuprobieren, Grenzen zu erleben und kleinere oder größere Erfolgserlebnisse zu feiern.

Bei manchen Übungen kann die Unterstützung der Übungsleitung erforderlich sein. Hier sollte darauf geachtet werden, erst dann Hilfestellung anzubieten, wenn das Kind dies signalisiert. So wird ermöglicht, dass Kinder an diesen Bewegungserfahrungen in ihrer körperlichen, sozialen und geistigen Entwicklung wachsen.

Im Anhang befinden sich Stationsschilder mit den jeweiligen Tieren sowie Kopiervorlagen für Urkunden, Sammel- und Spielepässe für ein Bewegungsfest.



BALANCIEREN WIE EIN STORCH



DER SCHMALE GRAT

Vorbereitung: Eine Turnbank wird in der Halle aufgestellt. Die Kinder teilen sich in zwei Gruppen (ca. fünf bis sechs Kinder). Jede Gruppe steht an einem Ende der Turnbank.

Spielbeschreibung: Die Kinder betreten nun von beiden Seiten die Turnbank und müssen sich aneinander vorbei schieben, ohne dass ein Kind hinunterfällt. Das „Aneinander-Vorbeischieben“ kann auch durch Übersteigen (einer hockt, der andere steigt über das Kind), Bauch an Bauch oder Rücken an Rücken erfolgen.

Einfache Variante: Zwei Seile werden auf den Boden gelegt und grenzen den schmalen Grat ab.

Schwierige Variante: Drei oder mehr Kinder müssen sich gleichzeitig auf der Turnbank aneinander vorbei schieben.

Basale Variante: Um auch Kinder im Rollstuhl miteinzubeziehen, werden zwei Reutherbretter mit der höheren Seite zu- bzw. aneinandergestellt. Nun können die Kinder im Rollstuhl darüber geschoben werden. Ein Kind versucht von der anderen Seite an dem Kind im Rollstuhl vorbeizukommen.

UGOTCHI-Tipp: Bei größeren Gruppen können mehrere Turnbänke aufgestellt werden.

TIPP

Material

- ▶ 1 Turnbank
- ▶ evtl. Reutherbretter

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

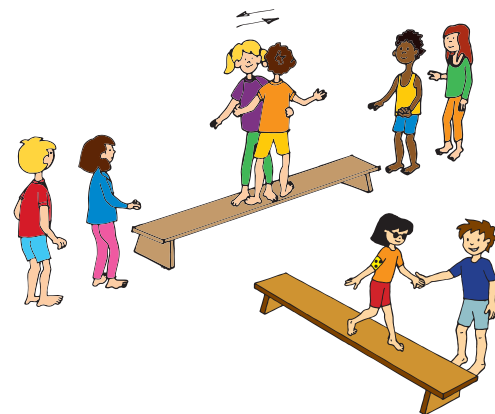
 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 



WIPPE

Vorbereitung: Eine umgedrehte Turnbank wird auf ein Reutherbrett gelegt und rechts und links davon mit Matten abgesichert. Wenn man zwei Reutherbretter mit der höheren Seite zueinander stellt und die Turnbank auf beide Reutherbretter legt, dann wippt es geschmeidiger und das Balancieren fällt den Kindern leichter. Kinder im Rollstuhl können über die beiden Reutherbretter geschoben werden (vorwärts/rückwärts).

Spielbeschreibung: Die Kinder versuchen nun vorwärts, rückwärts oder seitlich über die Turnbank zu balancieren.

Einfache Variante: Die Wippe kann auch als tatsächliche Wippe verwendet werden. Dazu setzen sich die Kinder auf die Bank und wippen.

Schwierige Variante: Das Spiel kann durch verschiedene Zusatzaufgaben erschwert werden. z. B. Hände auf den Kopf, vor und hinter dem Körper klatschen, Hände verschränken, Ball hochwerfen und wieder fangen, ein anderes Kind wirft dem balancierenden Kind einen Ball zu und dieses wirft ihn wieder zurück, Reissäckchen auf dem Kopf balancieren etc.

Basale Variante: Die Assistenz schiebt den Rollstuhl des Kindes neben die Wippe. Jedes Mal, wenn ein Kind darüber balanciert, leitet die Assistenz das Kind zum Klatschen an bzw. klatscht mit dem Kind in die Hände.

Material

- ▶ 1 Turnbank
- ▶ 1-2 Reutherbretter
- ▶ 2 Matten
- ▶ evtl. Reissäckchen, Ball (Variante)

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

E

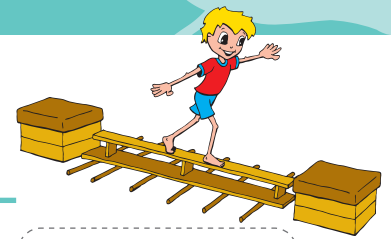
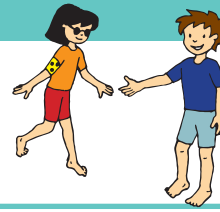
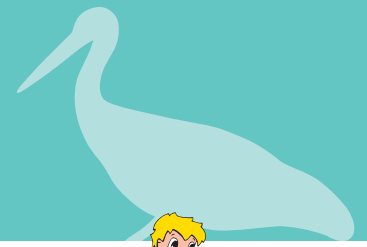
KLEINGRUPPE

K





BALANCIEREN WIE EIN STORCH



TURNBANK-ERDBEBEN

Vorbereitung: Eine Turnbank wird umgedreht auf Stäbe gelegt. Die Turnbank muss vorne und hinten abgesichert werden. Dies geschieht z. B. mit zwei Kästen oder zwei Matten.

Spielbeschreibung: Die Kinder müssen über die „bebende“ und rollende Turnbank balancieren.

Einfache Variante: Mit Unterstützung durch die Übungsleitung oder Assistenz (z. B. durch Handgeben, einen Finger halten etc.) wird es den Kindern erleichtert, über die Turnbank zu balancieren.

Schwierige Variante: Das Spiel kann durch verschiedene Zusatzaufgaben erschwert werden: z. B. Hände auf den Kopf legen, vor und hinter dem Körper klatschen, Hände verschränken, Ball hochwerfen und wieder fangen, ein anderes Kind wirft dem balancierenden Kind einen Ball zu und dieses wirft ihn wieder zurück, Reissäckchen auf dem Kopf balancieren etc.

Basale Variante: Die Assistenz schiebt den Rollstuhl neben dem Erdbebenpfad parallel zu einem balancierenden Kind. Je nach Möglichkeit kann die Assistenz den Rollstuhl „erbeben lassen“.

Material

- ▶ 1 Turnbank
- ▶ 6 Stäbe
- ▶ 2 Kästen oder Matten
- ▶ evtl. Reissäckchen, Ball (Variante)

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

KLEINGRUPPE

WILDER RITT

Vorbereitung: Kastendeckel und erstes Holzteil werden verkehrt hingelegt und mit zwei Sprungseilen zusammengebunden. Dieses Element wird mit gleich großen Medizinbällen gefüllt und umgedreht.

Spielbeschreibung: Das Kind stellt, setzt oder legt sich auf den wackeligen Kastendeckel und versucht das Gleichgewicht zu halten.

Einfache Variante: Anstelle des Kastens kann eine Matte verwendet werden, die auf die Bälle gelegt wird. Vier Matten werden um die Medizinbälle herum gelegt, damit diese gefangen bleiben. Auf der Matte ist mehr Platz und Kinder im Rollstuhl können darauf sitzen oder liegen.

Schwierige Variante: Ein anderes Kind bewegt den wackeligen Kastendeckel, während das „reitende Kind“ das Gleichgewicht hält.

Basale Variante: Ein Kind mkB kann vorsichtig auf den Kastendeckel gesetzt oder gelegt werden (Rückenlage/Bauchlage) und so ebenfalls auf dem Kasten „reiten“ und die Bewegung spüren.

Material

- ▶ 1 Kastendeckel
- ▶ 1 Kastenteil
- ▶ 4 Medizinbälle
- ▶ 2 Sprungseile
- ▶ evtl. Matten (Variante)

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

KLEINGRUPPE



WACKELBANK

Vorbereitung: Eine Turnbank wird umgedreht auf einen Weichboden gelegt.

Spielbeschreibung: Ein Kind sitzt auf der Turnbank. Die anderen Kinder befinden sich auf dem Weichboden und versuchen über Bewegungen (Gehen, Krabbeln, Bärgang oder Hüpfen) das sitzende Kind aus dem Gleichgewicht zu bringen.

Einfache Variante: Um das Spiel zu vereinfachen, kann eine härtere Matte auf die Weichbodenmatte gelegt werden.

Basale Variante: Die Assistenz legt das Kind mkB in sicherem Abstand auf die Matte. Es erspürt so die Bewegungen der Matte.

Material

- ▶ 1 Turnbank
- ▶ 1 Weichboden
- ▶ evtl. härtere Matte (Variante)

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE



FEUERREIFEN

Vorbereitung: Die Reifen werden in regelmäßigen Abständen mit einem Mastwurf am Barren festgebunden. Unter die Reifen wird eine Turnbank gestellt.

Spielbeschreibung: Die Kinder überwinden das Hindernis mit der Aufgabe, die „Feuerreifen“ nicht zu berühren.

Einfache Variante:

- Die Übung wird ohne Turnbank oder mit einer geringeren Anzahl an Reifen durchgeführt.
- Die Reifen werden so weit unten befestigt, dass diese den Boden berühren und die Kinder ohne Turnbank durch die Reifen krabbeln können.

Schwierige Variante: Die Turnbank wird umgedreht und/oder es werden kleinere Reifen verwendet.

Basale Variante: Die Assistenz stülpt langsam einen Reifen nach dem anderen von oben über das Kind, sodass sich das Kind am Ende in den Reifen befindet.

Material

- ▶ 1 Turnbank
- ▶ 1 Barren
- ▶ 5 Sprungseile
- ▶ 5 Reifen

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG



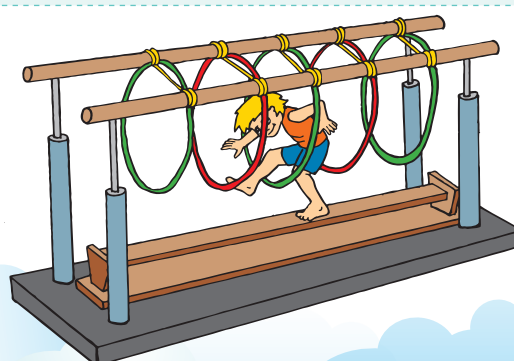
KLEINGRUPPE



UGOTCHI-Tipp:

Vorsicht, die Reifen halten kein Gewicht aus, die Kinder sollen darauf nicht stehen!

TIPP





GESCHMEIDIG WIE EINE KATZE

KARLI KATER

Spielbeschreibung: Ein Kind, Karli Kater, schleicht im Raum umher, während die anderen Kinder um den Kater herum hüpfen. Karli Kater versucht, die Kinder zu erwischen. Wer gefangen wurde, wird ebenfalls zu einem Kater. Das Spiel ist zu Ende, wenn alle Kinder, bis auf eines, Kater sind. Das Gewinnerkind ist in der nächsten Runde der neue Kater. Alternativ können die Kinder als Würmer am Boden kriechen, als Frösche springen, als Vögel umherflattern etc.

Basale Variante: Die Assistenz führt das Kind mkB an der Hand oder schiebt es im Rollstuhl.

Material

- ▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

EISGRAT

Vorbereitung: Die Reckstangen werden in unterschiedlichen Höhen fixiert. Die Turnbänke werden auf der unteren Reckstange eingehängt. Eine Turnbank kann auch verkehrt aufliegen und mittels Mastwurf und Sprungseil befestigt werden. Je geringer der Steigungswinkel, umso einfacher wird es für die Kinder.

Spielbeschreibung: Die Kinder krabbeln auf der verkehrten Turnbank hoch, steigen zwischen den Reckstangen auf die zweite Turnbank und rutschen auf dem Gesäß hinunter.

Einfache Variante: Anstelle der Reckstange wird ein niedriger Kasten verwendet. Die Turnbänke werden auf den Kasten gelegt und rundherum mit Matten gesichert.

Basale Variante: Alle Kinder, die sich über den Eisgrat getraut haben, klatschen am Ende der Rutsche mit den Kindern mkB ab.

Material

- ▶ 2 Turnbänke
- ▶ 2 Reckstangen
- ▶ Matten
- ▶ 1 Sprungseil
- ▶ evtl. Kasten (Variante)

 BLINDE KINDER

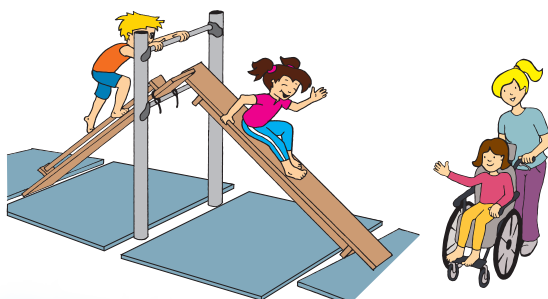
 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

EINZELÜBUNG 





RUTSCHPARTIE

Vorbereitung: Zwei bis drei Turnbänke werden nebeneinander in die Sprossenwand gehängt und am anderen Ende auf einem Kastenteil aufgelegt. Darunter wird mit Matten abgesichert. Je tiefer die Turnbank in der Sprossenwand eingehängt wird, umso flacher und einfacher.

Spielbeschreibung: Die Kinder klettern an der Sprossenwand zur Turnbank hinauf, setzen sich auf die Teppichfliese und rutschen am Gesäß hinunter.

UGOTCHI-Tipp: Ohne Teppichfliesen rutschen die Kinder langsamer.

TIPP

Einfache Variante: Die Kinder krabbeln auf der Turnbank hinauf und hinunter und lernen so die Rutsche erstmals kennen.

Schwierige Variante: Die Kinder ziehen sich anstatt hinunterzurutschen mit einem Seil hinauf, das an der Sprossenwand befestigt ist. Je flacher die schiefe Ebene aufgebaut ist, umso einfacher ist die Übung.

Basale Variante: Es werden zwei bis drei Turnbänke nebeneinander auf der Sprossenwand eingehängt. Anstelle des Kastens wird am Ende eine Weichbodenmatte hingelegt. Die Assistenz hebt das Kind mkB vorsichtig auf die Rutsche und lässt es langsam und kontrolliert in die Matte rutschen.

Material

- ▶ 2-3 Turnbänke
- ▶ 1 Kasten
- ▶ Sprossenwand
- ▶ Matten
- ▶ Teppichfliesen
- ▶ evtl. Seil, Weichbodenmatte (Variante)


 BLINDE KINDER

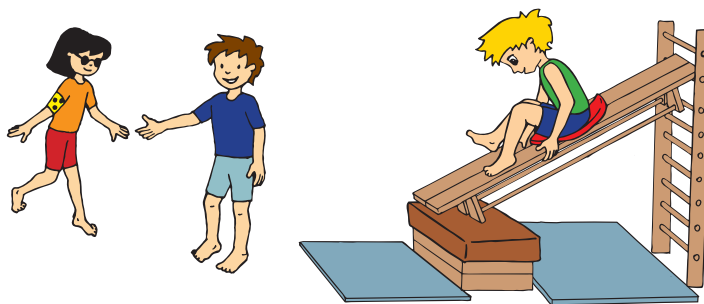
 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

EINZELÜBUNG 





GESCHMEIDIG WIE EINE KATZE

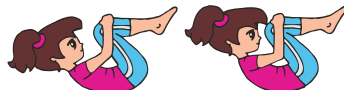
POSTPAKET

Vorbereitung: Vorbereitung: Die Kinder legen sich auf eine Turnmatte, nehmen die Rückenlage ein und umfassen mit ihren Armen die Beine.

Spielbeschreibung: Nun führen sie 20 Mal die Stirn zu ihren Knien. Nach einer Pause wird versucht, die Stirn 20 Sekunden bei den Knien zu halten.

Schwierige Variante: Die Kinder halten die Arme gestreckt neben dem Körper in der Luft.

Basale Variante: Die Assistenz führt den Körper des Kindes in die Position – im Rollstuhl sitzend oder auf der Matte liegend.



Material

► Matten

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG (E)

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

SCHAUKELN

Vorbereitung: Die Kinder legen sich auf die Turnmatte.

Spielbeschreibung: Nun machen die Kinder auf der Matte einen Rundrücken, führen das Kinn zur Brust und schaukeln am Rücken vor und zurück.

Einfache Variante: siehe Übung Postpaket

Basale Variante: Die Assistenz führt den Körper des Kindes in die Position und macht Schaukelbewegungen – im Rollstuhl sitzend oder auf der Matte liegend



Material

► Matten

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

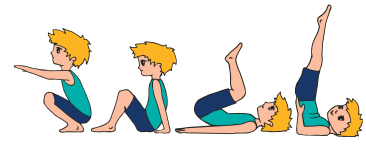
BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG (E)

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)





KERZE

Vorbereitung: Die Kinder legen sich auf die Turnmatte.

Spielbeschreibung: Die Kinder rollen aus der Hocke in den Nackenstand und versuchen mit der Unterstützung der Arme die Hüfte zu heben und die Beine gerade nach oben zu strecken. Diese Position zehn Sekunden halten.

UGOTCHI-Tipp: Die Übung kann auch paarweise durchgeführt werden. Das zweite Kind unterstützt das turnende Kind dann an den Beinen, um die Halteposition auszuführen.

TIPP

Einfache Variante: Siehe Übung Postpaket und Schaukeln

Basale Variante: Kinder im Rollstuhl strecken die Arme weit Richtung Himmel.

Material

▶ Matten

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE

DER HUNGRIGE BÄR UND DIE SCHLAFENDEN BIENEN

Vorbereitung: Die Übungsleitung erzählt: „Vor langer Zeit gab es auch in unseren europäischen Wäldern noch Bären. Ein besonderer Leckerbissen war der Honig der Wildbienen. Doch um an den Honig zu gelangen, musste der Bär sehr geschickt sein. Wenn die Bienen ihn entdeckten, wurde er von ihnen vertrieben.“ Bei diesem Spiel muss auch der Bär sehr geschickt sein und lautlos zum Honig gelangen. Die schlafenden Bienen müssen genau hinhören, ob der Bär kommt. Drei Kinder bekommen als „Bienen“ den Platz um einen Baumstumpf. Ihnen werden die Augen verbunden. Alle anderen Kinder bilden einen Kreis.

Spielbeschreibung: Der „Bär“ steht im Kreis. Vorsichtig muss er sich nun anschleichen. Das Gras darf nicht rascheln und kein Stock darf brechen! Hören die Bienen den Bären, muss er drei Schritte zurück und noch einmal versuchen, an den Honig zu gelangen. Hat er das Honigzuckerl, schleicht er leise davon und zurück zu einer beliebigen Stelle im Kreis. Anschließend wird gewechselt.

Schwierige Variante: Jede Biene erhält einen Stachel (aus leichtem Papier gebastelt). Mit diesem Stachel versuchen die Bienen nun den Bären zu berühren, wenn sie ihn hören. Gelingt es ihnen, wird ein neuer Bär bestimmt.

Basale Variante: Das Kind mkB bildet den Mittelpunkt (Baumstumpf), um den die drei Bienen sitzen. Das Honigzuckerl liegt am Schoß des Kindes.

Material

- ▶ Tuch zum Verbinden der Augen
- ▶ evtl. Honigzuckerl
- ▶ evtl. Papier (Variante)

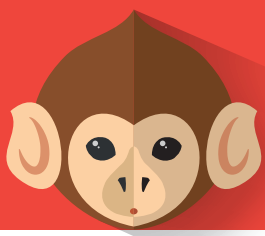
KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE



GESCHICKT WIE EIN AFFE



ÄPFELPFLÜCKEN

Vorbereitung: Kübel in verschiedenen Höhen an der Sprossenwand befestigen und darin Tennisbälle verteilen. Für Kinder im Rollstuhl bzw. blinde Kinder werden in einem Bereich keine Matten aufgelegt, damit diese bis zur Sprossenwand kommen. Die Kübel dürfen nur so hoch gehängt werden, dass sie noch erreichbar sind.

Spielbeschreibung: Es werden zwei oder mehrere Gruppen gebildet. Für jede Gruppe werden an der Sprossenwand in verschiedenen Höhen Kübel befestigt, in denen sich Tennisbälle befinden. Unter die Sprossenwand werden Matten gelegt. Auf ein Startzeichen hin startet jeweils das erste Kind einer Gruppe und klettert auf die Sprossenwand, holt sich aus einem Kübel einen Ball und bringt ihn zu seiner Gruppe, wo es mit dem nächsten Kind abklatscht. Welche Gruppe hat zuerst alle Bälle geholt?

Einfache Variante:

- Das Spiel wird als Bewegungserfahrung anstelle eines Wettbewerbs durchgeführt.
- Die Kübel werden tiefer aufgehängt.

Basale Variante: Die Assistenz rollt mit einem Tennisball langsam verschiedene Körperteile entlang und benennt diese.

Material

- ▶ Sprossenwand
- ▶ 4-8 Kübel oder Behältnisse
- ▶ Schleifen oder Springschnüre
- ▶ Tennisbälle
- ▶ Matten

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

KÖRPERMAGNET

Spielbeschreibung: Die Kinder laufen kreuz und quer im Raum. Wenn die Übungsleitung ein Körperteil ruft, muss dieser wie ein Magnet den Boden berühren, z. B. Bauch, Daumen etc. Besonders lustig wird das Spiel, wenn die Übungsleitung zwei oder drei Körperteile nennt, die gleichzeitig den Boden berühren sollen.

Einfache Variante:

- Wenn die Übungsleitung die Bewegung mitmacht, wird es für alle Kinder einfacher! So können auch gehörlose Kinder mitspielen.

Basale Variante:

- Die Assistenz berührt das entsprechende Körperteil des Kindes oder legt ein Reissäckchen auf die entsprechende Körperstelle.
- Auf Kommando muss nicht der Boden mit dem Körperteil berührt werden, sondern das gleiche Körperteil eines anderen Kindes (Daumen an Daumen etc.). Somit kann auch ein Kind mkB an dem Spiel teilnehmen.

Material

- ▶ kein Material erforderlich
- ▶ evtl. Reissäckchen (Variante)

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

TIERSAFARI

Vorbereitung: Die Übungsleitung verteilt Tierbilder in der Halle.

Spielbeschreibung: Die Übungsleitung übernimmt die Reiseleitung der Tiersafari und weiß, wo die Tiere zu finden sind. Alle Kinder stehen um die Reiseleitung und dann geht's los. Die Reiseleitung sagt: „Wir machen heute eine Safari mit einem Flugzeug, Boot, Zug etc.“ Je nachdem fliegen, hüpfen oder rudern die Kinder als Reisegruppe durch den Raum. Wird ein Bild entdeckt (Frösche, Affen, Schmetterlinge, Seelöwen, Krabbeltiere etc.), dann wird dieses besprochen: Farbe, Laute und Fortbewegungsart. Nun ahmen alle Kinder das entdeckte Tier nach (hüpfen, trampeln, klettern auf der Sprossenwand, kriechen etc.). Ruft die Reiseleitung: „Die Safari geht weiter!“, macht sich die Reisegruppe erneut auf Tiersuche.

Basale Variante: Die Assistenz unterstützt und begleitet das Kind mkB durch die Tiersafari.

Material

- ▶ Tierbilder:
z. B. Fotos oder Ausschnitte aus einer Zeitschrift

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

AFFEN SCHWINGEN

Vorbereitung: Zwei Turnbänke werden mit einem Abstand von drei bis vier Metern parallel voneinander aufgestellt. Dazwischen befinden sich die Taue. Zur Absicherung werden Matten unter die Taue gelegt. Je geringer der Abstand zwischen den Turnbänken ist, umso einfacher wird es.

Spielbeschreibung: Die Kinder versuchen von einer Seite zur anderen zu schwingen, ohne dabei die Matten zu berühren.

Einfache Variante: Die Kinder schwingen von einer Turnbank auf eine Weichbodenmatte oder ein Kastenoberteil.

Basale Variante: Die Assistenz kann das Tau als Fühlmaterial anbieten oder das Kind mkB mit einem langen Seil oder einem Tau vorsichtig einwickeln.

Material

- ▶ 2 Turnbänke
- ▶ Taue
- ▶ Matten
- ▶ evtl. Weichbodenmatte, Kasten, langes Seil (Variante)

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

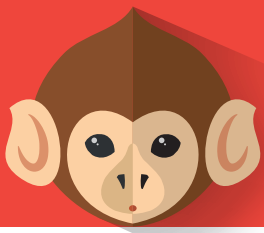
E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G



GESCHICKT WIE EIN AFFE



DIE WEICHBODENSCHAUKEL

Vorbereitung: Unter den Weichboden wird auf Höhe der seitlichen Schlaufen jeweils eine Reckstange gelegt. Darüber befinden sich die Ringe. Jedes Reckstangenende wird dann mit einem Sprungseil durch die Weichbodenschlaufe mit einem Ring verbunden. Als Knoten eignet sich der Mastwurf. Mit Matten absichern.

Spielbeschreibung: Die Kinder schaukeln alleine oder zu zweit. Wenn mehrere Kinder schaukeln, dann sollten die Kinder dabei sitzen oder liegen.

UGOTCHI-Tipp: Bei der Weichbodenschaukel ist es wichtig, vorab mit den Kindern Schaukelregeln zu vereinbaren. Wenn ein Kind Angst bekommt, muss das Schaukeln sofort stoppen. Unbedingt den Schaukelradius beachten und rund herum entsprechend Platz lassen!

TIPP

Basale Variante: Das Kind mkB kann auf die Matte gelegt werden und erfährt so sanftes Schaukeln.

Material

- ▶ 1 Weichboden
- ▶ 2 Paar Ringe
- ▶ 2 Reckstangen
- ▶ 4 Sprungseile


 KINDER IM ROLLSTUHL

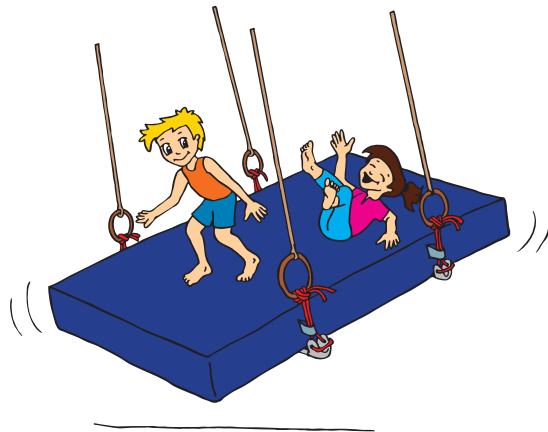
 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 



TIEFKÜHLKOST

Vorbereitung: Musik wird abgespielt und Material wird, wenn gewünscht, im Raum verteilt.

Spielbeschreibung: Die Kinder bewegen sich zur Musik im Raum. Sie können dabei über Turnbänke, Sprossenwände und Turnmatten steigen. Bei Musik-Stopp frieren die Kinder ein. Jedes Kind muss in der Position verharren, in der es sich gerade befindet.

Einfache Variante: Das Spiel wird zu Beginn ohne Geräte gespielt. Nach und nach können Geräte eingebaut werden.

Basale Variante:

- Wenn die Musik stoppt, übt die Assistenz Druck auf einzelne Körperteile des Kindes mkB aus.
- Die Assistenz klopft sanft im Rhythmus der Musik auf einzelne Körperteile des Kindes mkB. Bei Musik-Stopp stoppt auch die Klopfmassage.

Material

- ▶ Musikanlage
- ▶ beliebig zusätzliches Material

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G





ZIELGENAU WIE EIN ADLER

HÄNGENDE REIFEN

Vorbereitung: Die Reifen werden untereinander mit Sprungseilen an die Ringe festgebunden. Durch Verstellen der Ringe kann die Höhe variiert werden.

Spielbeschreibung: Von einer Markierung ausgehend sollen die Kinder versuchen, den Ball durch die Reifen zu werfen. Dabei können unterschiedliche Bälle oder Gegenstände, z. B. Reissäckchen, verwendet werden. Durch Punktevergabe kann ein kleiner Wettbewerb entstehen.

Über den Abstand zu den hängenden Reifen kann das Spiel einfacher oder schwieriger gemacht werden.

Um blinden Kindern bzw. Kindern mit Sehbehinderung die Teilnahme am Spiel zu ermöglichen, wird ein kleines Glöckchen an den Reifen befestigt. Die akustische Rückmeldung gibt den Kindern Feedback, ob sie das Ziel getroffen haben oder nicht.

Basale Variante: Die Assistenz wirft mit dem Kind gemeinsam oder rollt die Bälle zum Kind mkB.

Material


- ▶ 1 Paar Ringe
- ▶ 3 Reifen
- ▶ 4 Sprungseile
- ▶ Bälle oder sonstige Wurfgegenstände
- ▶ evtl. Glöckchen

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

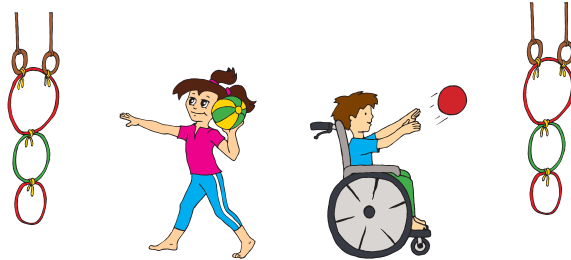
 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 



REGENSCHIRM

Vorbereitung: Ein umgedrehter Regenschirm wird an einem Ring befestigt, der Ring wird auf ca. zwei bis drei Metern Höhe fixiert. Für Kinder im Rollstuhl wird der Regenschirm niedriger gehängt!

Spielbeschreibung: Die Kinder versuchen von einer Markierung aus, Bälle in den Regenschirm zu werfen. Die Wahl von unterschiedlichen Bällen und unterschiedlicher Höhe lässt Spielraum für die altersgerechte Herausforderung.

Blinde bzw. Kinder mit Sehbehinderung suchen sich einen Partner. Dieser versucht mit dem Regenschirm den vom blinden Kind geworfenen Ball einzufangen.

Schwierige Variante: Wird der Regenschirm durch die Übungsleitung bewegt, wird die Übung schwieriger!

Basale Variante: Die Assistenz wirft gemeinsam mit dem Kind mkB.

Material


- ▶ 1 Ring
- ▶ 1 Regenschirm
- ▶ Bälle

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 





ZIELGENAU WIE EIN ADLER



VERDREHTE HÜTCHEN

Vorbereitung: Hütchen werden verkehrt an einer Sprossenwand oder einer Reckstange befestigt.

Spielbeschreibung: Die Kinder stehen in einem bestimmten Abstand zu den verkehrt aufgehängten Hütchen und versuchen Tennisbälle in die Hütchen zu werfen. Jedes Hütchen gibt einen Punkt, unterschiedlich hohe oder schwierige Hütchen können Zusatzpunkte bieten.

Für blinde bzw. Kinder mit Sehbehinderung kann der Abstand zuerst ganz gering gehalten werden. Der Ball wird vorerst hineingelegt, um dann Schritt für Schritt die Distanz zu vergrößern.

Einfache Variante: Je mehr Hütchen aufgehängt werden, umso größer die Chance für die Kinder auch hineinzutreffen.

Basale Variante: Die Assistenz kann dem Kind mkB eine "Tennisball-Massage" geben.

Material

- ▶ 6 Hütchen
- ▶ 3 Sprungseile
- ▶ Tennisbälle
- ▶ Sprossenwand oder Reckstange

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

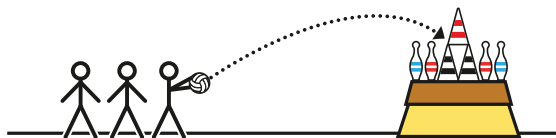
BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE

SCHIESSBUDE



Vorbereitung: Zwei Gruppen werden gebildet und jede Gruppe hat eine Schießbude (siehe Grafik). Für blinde Kinder in der Gruppe kann die Schießbude mit Hilfe von Akustik (z. B. Musik, Handyalarm, Trommeln etc.) „sichtbar“ gemacht werden.

Spielbeschreibung: Der Reihe nach beginnen die Kinder jeder Gruppe zu werfen. Gewonnen hat jene Gruppe, welche die Gegenstände zuerst vom Kasten abräumt.

Die Übung kann alternativ auch als Bewegungserfahrung und nicht als Wettbewerb durchgeführt werden.

Einfache Variante: Je geringer der Abstand, je größer die Wurfbälle und je größer bzw. instabiler die umzuwerfenden Gegenstände sind, umso einfacher wird die Übung für die Kinder.

Schwierige Variante: Durch die Änderung der Entfernung, der Wurfhand und der Ausgangsposition, aus welcher geworfen wird (Stand, Sitz, Hocke, Liegen), können zusätzliche Herausforderungen geschaffen werden.

Basale Variante: Die umzuwerfenden Gegenstände werden auf den Boden platziert. Durch Rollen (ggf. mit Unterstützung der Assistenz) wird nun versucht, die Gegenstände umzuschleichen. Je größer der Ball ist, desto einfacher wird die Übung.

Material

- ▶ Kästen
- ▶ Tennisbälle
- ▶ Gymnastikbälle
- ▶ Hütchen / Kegel / Kartonröhren / Kartons / Blechdosen o.ä.

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE

WURFORGEL

Vorbereitung: Die Kinder stehen sich paarweise mit je einem Bein in einem Reifen gegenüber. Die Reifen liegen zu Beginn im Abstand von etwa drei Metern auf dem Boden.

Spielbeschreibung: Nun startet das wechselweise Zuwerfen von verschiedenen Wurfgeräten in vorgegebener Reihenfolge, ohne dass diese zu Boden fallen dürfen. Wenn alle Gegenstände ohne Fehler einander zugeworfen wurden, wird der Abstand der Reifen um seinen Durchmesser vergrößert. Bei einem Fehler wird dieser wieder entsprechend verkleinert. Gewonnen hat jenes Paar, das innerhalb einer bestimmten Zeit den größten Abstand erreicht hat. Blinde Kinder bzw. Kinder mit Sehbeeinträchtigungen verwenden einen Glockenball.

Einfache Variante: Es wird ohne Reifen einfach das Zuwerfen geübt, ohne die Abstände zu verändern.

Basale Variante:

- Kindern mkB können verschiedene Wurfgegenstände als Fühlmaterial angeboten werden.
- Die Assistenz sammelt mit den Kindern mkB die verschossenen Wurfgegenstände ein. Der Rollstuhl des Kindes dient als Transporter.

Material

- ▶ Reifen
- ▶ verschiedene Bälle oder andere Wurfgegenstände
- ▶ evtl. Glockenball

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

PARTNERÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 



ZIELGENAU WIE EIN ADLER

KEGEL-KICKEN

Vorbereitung: Fünf Kegel werden auf zwei gegenüberliegenden Linien eng aneinander aufgestellt (als Tore). Über den Abstand der Kegel wird das Spiel einfacher oder schwieriger. Es werden zwei Gruppen gebildet.

Spielbeschreibung: Zwei Gruppen spielen gegeneinander Fußball auf die Tore aus Kegeln. Kinder im Rollstuhl können als Torwarte eingesetzt werden (Achtung: weichen Ball verwenden). Sobald alle Kegel einer Gruppe umgeschossen wurden, hat die andere Gruppe gewonnen. Die Kegel werden wieder aufgestellt und das Spiel beginnt von vorne.

Material

- ▶ 10 Kegel
- ▶ 1 Ball

 KINDER IM ROLLSTUHL

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

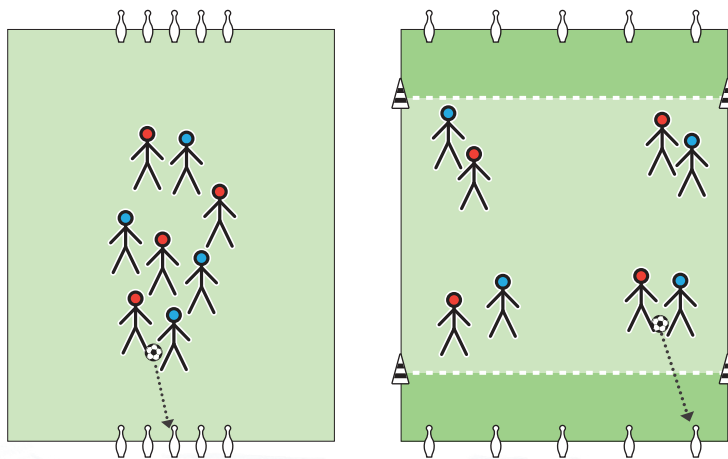
KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

UGOTCHI-Tipp: Wenn sich die Kinder nur vor die Kegel stellen, kann die Übungsleitung zusätzlich eine Zone markieren, in der kein Kind stehen darf.

TIPP

Basale Variante: Kinder mkB können als "Zonenwächter" eingesetzt werden.



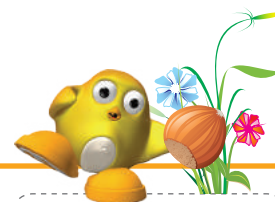
WALDBOCCIA (OUTDOOR-SPIEL)

Spielbeschreibung: Jedes Kind sammelt fünf Früchte. Es können auch fünf unterschiedliche Früchte sein. Gemeinsam wird ein Ziel in der Nähe gesucht. Etwa ein Baum, ein Baumstamm, ein größerer Stein oder eine markante Wurzel. Abwechselnd versucht jedes Kind seine Früchte möglichst nahe an das Ziel zu werfen.

Für blinde Kinder kann im Ziel von der Übungsleitung mit zwei Steinen ein Klopfgeräusch erzeugt werden, um den Kindern die Wurfrichtung vorzugeben.

Einfache Variante: Um das Ziel zu vergrößern, wird ein Stein- oder Zweigkreis am Boden aufgelegt, in den die Früchte geworfen werden.

- Basale Variante:**
- Die Naturmaterialien werden dem Kind zum Fühlen und zum Riechen angeboten.
 - Die „Früchte aus dem Wald“ werden mit Führung der Assistenz geworfen.



Material

- ▶ verschiedene „Früchte aus dem Wald“ z. B. Zapfen, Kastanien, Bucheckern, Eicheln
- ▶ evtl. Steine zum Klopfen

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 





MUTIG WIE EIN LÖWE



REIFENLABYRINTH

Vorbereitung: An der Sprossenwand werden mit Sprungseilen Reifen in unterschiedlichen Positionen festgebunden.

Spielbeschreibung: Die Kinder starten an einer Seite und versuchen, durch alle Reifen zu klettern ohne diese zu berühren, bis sie beim letzten Reifen angekommen sind und in den Weichboden springen können.

Um blinden Kindern bzw. Kindern mit Sehbehinderung die Teilnahme am Spiel zu ermöglichen, werden kleine Glöckchen an den Reifen befestigt. Die akustische Rückmeldung gibt den Kindern Feedback, wo sich die Reifen befinden.

Material

- ▶ 4 Reifen
- ▶ 8 Sprungseile
- ▶ Sprossenwand
- ▶ Matten
- ▶ Weichboden
- ▶ evtl. Glöckchen

UGOTCHI-Tipp:

Statt die Kinder durch Reifen klettern zu lassen, kann mit einem langen Seil oder mit Springseilen oder Schleifen eine Route an der Sprossenwand markiert werden. Diese soll nachgeklettert werden.

TIPP

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

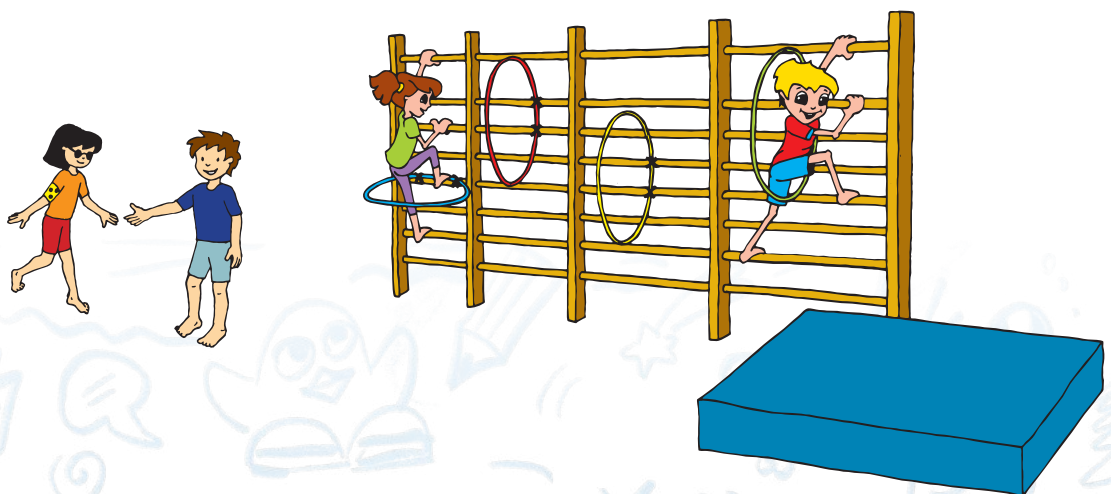
E

KLEINGRUPPE

K

Einfache Variante: Die Reifen werden so niedrig befestigt, dass die Kinder mit den Beinen am Boden stehen und nur die Hände greifen die Sprossen.

Basale Variante: Die Assistenz bewegt einen Reifen nach dem anderen ganz langsam von oben nach unten über das Kind mkB, sodass sich dieses am Ende in den Reifen befindet.



WACKELBRÜCKE

Vorbereitung: Barrenholme werden je nach Körpergröße der turnenden Kinder hochgestellt. Die Seile werden mit einem Ende am rechten Holm, mit dem anderen Ende am linken Holm befestigt. Als Knoten eignet sich ein Prusik. Unter die Wackelbrücke werden Matten zur Absicherung gelegt.

Spielbeschreibung: Die Kinder versuchen von einem zum anderen Ende zu gelangen, indem sie nur auf den Seilen gehen.

Einfache Variante: In die Seile wird eine Turnbank eingehängt (für kleinere Kinder sehr geeignet), auf der sich die Kinder von einer auf die andere Seite bewegen.

Material

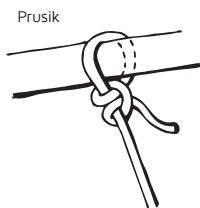
- ▶ 1 Barren
- ▶ 5 Sprungseile
- ▶ Matten
- ▶ evtl. Turnbank (Variante)

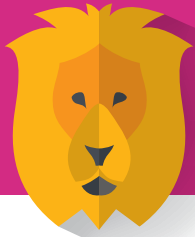
 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

EINZELÜBUNG E

KLEINGRUPPE K





MUTIG WIE EIN LÖWE



DURCH DIE ENGE HÖHLE

Vorbereitung: Zwei Weichböden werden zwischen Gitterwand und Wand gestellt, darunter wird eine Matte platziert.

Spielbeschreibung: Die Kinder versuchen sich zwischen den beiden Weichböden durchzuzwängen. Sind die Kinder besonders abenteuerlustig, können sie die Gitterwand hinaufklettern und zwischen den beiden Weichböden nach unten rutschen. Nachdem sie in die enge Höhle gerutscht sind, zwängen sie sich zurück in das Tageslicht.

UGOTCHI-Tipp: Beim ersten Durchgang muss jedes Kind sehr gut begleitet und bei Stress aus der Situation „befreit“ werden.

TIPP

Einfache Variante: Die Matten werden so platziert, dass ein breiter Durchgang entsteht.


Schwierige Variante: Es wird von oben ein Ball zwischen die zwei Matten platziert und die Kinder müssen versuchen, diesen Ball aus der engen Höhle zu holen.

Material

- ▶ Gitterleiter
- ▶ 2 Weichböden
- ▶ 1 Matte
- ▶ evtl. Ball (Variante)

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

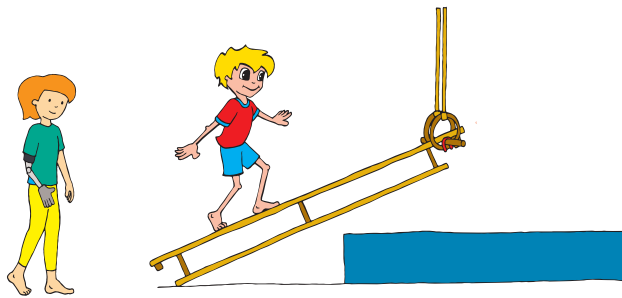


MUTSPRUNG

Vorbereitung: In die Ringe wird ein Stab gelegt, in diese Stäbe die Turnbank eingehängt und mit dem Sprungseil fixiert. Unter der Turnbank wird mit Matten abgesichert, unter die Ringe ein Weichboden gelegt. Die Höhe der Ringe an die Kinder anpassen.

Spielbeschreibung: Nun wird versucht, auf der Turnbank bis zu den Ringen zu balancieren und im Anschluss wie eine Katze mit einem Satz auf den Weichboden zu springen.

- Einfache Variante:**
- Die Ringe werden so tief eingestellt, dass die Turnbank knapp über der Weichbodenmatte hängt.
 - Die Turnbank wird nicht am Boden, sondern auf einem niedrigen Kasten abgelegt, so entsteht eine Gerade.



Material

- ▶ 1 Turnbank
- ▶ 1 Paar Ringe
- ▶ 1 Weichboden
- ▶ 1 Stab
- ▶ 1 Sprungseil
- ▶ 1 Matte
- ▶ evtl. Kasten (Variante)

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

EINZELÜBUNG E

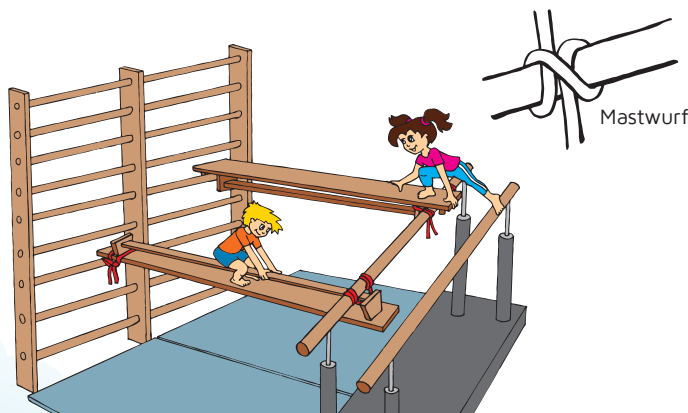
KLEINGRUPPE K

HOCHSEILAKT

Vorbereitung: Die Turnbänke werden wie in der Abbildung mit der schmalen Seite nach oben oder nach unten zwischen Barren und Sprossenwand eingehängt. Mit Sprungseilen und Mastwurf werden sie zusätzlich befestigt. Je nach Alter oder Mut der Kinder kann der Barren höher oder tiefer gestellt werden.

Spielbeschreibung: Die Kinder klettern die Sprossenwand hoch und balancieren oder krabbeln über die Turnbänke.

- Einfache Variante:** Es werden zwei Turnbänke direkt nebeneinander befestigt.



Material

- ▶ 2 Turnbänke
- ▶ 4 Sprungseile
- ▶ Sprossenwand
- ▶ 1 Barren
- ▶ Matten

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

EINZELÜBUNG E

KLEINGRUPPE K



STARK WIE EIN BÄR

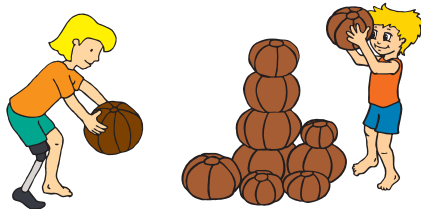


TURMBAU

Vorbereitung: Alle Medizinbälle werden auf einen Haufen gelegt.

Spielbeschreibung: Die Kinder versuchen gemeinsam einen oder mehrere Türme zu bauen.

Basale Variante: Die Assistenz legt dem Kind mkB einen Medizinball auf den Schoß und lässt es so das Gewicht des Balles spüren.



Material

- ▶ mind. 10 Medizinbälle

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG (E)

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

BOBFAHREN (2:2)

Vorbereitung: Aus mehreren umgelegten Turnbänken (oder ausgelegten Seilen) wird eine lange, gerade Bobbahn aufgebaut. Das Ende der Auslaufstrecke muss mit Matten gepolstert werden. Der Bob wird aus einem umgedrehten Kastenoberteil, der auf zwei Rollbrettern liegt, gebaut. Die Kinder bilden Paare innerhalb des Teams.

Spielbeschreibung: Bei den Paaren lenkt ein Kind und das andere schiebt an. Der Bob wird durch die Bobbahn gelenkt und darf dabei die Seiten (umgelegten Turnbänke) nicht berühren.

Die kräftigen Kinder können die etwas schwächeren Kinder anschieben.

TIPP

Material

- ▶ 4 Turnbänke oder Sprungseile
- ▶ 2 Rollbretter
- ▶ 1 Kastenoberteil
- ▶ Matten

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

BASALE VARIANTE

PARTNERÜBUNG (P)

KLEINGRUPPE (K)

Basale Variante: Kinder mkB werden von der Assistenz vorsichtig in Rücken- oder Bauchlage auf das Kastenteil gelegt und von der Assistenz durch die Bobbahn geschoben. Alternativ dient der Rollstuhl als Bob.



RAUFSPIELE – WAS IST ZU BEACHTEN?

Der Begriff „Raufen“ ist bei Erwachsenen teilweise negativ besetzt und wird undifferenziert mit Gewalt gleichgesetzt. Kinder verstehen darunter meist eine Form des gemeinsamen Spiels, in dem Konkurrenz gelebt werden darf, wo es darum geht, eigene und fremde Kräfte zu erleben, wo man manchmal gewinnt und manchmal verliert, wo jedoch immer alle Spaß haben sollten.

Aufgrund der hohen sozial-kognitiven Anforderungen von Raufspielen an die Kinder, eignen sich diese Spielformen nicht für alle Gruppen und Kinder. Ob diese Spiele geeignet sind, muss immer in Absprache mit den PädagogInnen oder der Assistenz entschieden werden.

Werden Raufspiele eingesetzt und folgt man dem Verständnis, dass es beim Raufen um ein freundschaftliches Sich-Messen geht, haben Raufspiele einen hohen Mehrwert für die Gruppe und die Kinder. Neben der Spaß-Komponente von etwas Neuem bieten Raufspiele ein einzigartiges Lernfeld für soziale Kompetenzen. So kann ein achtsamer Umgang miteinander, Verantwortung für mich und mein Gegenüber und das Einhalten von Regeln vermittelt werden.

Damit Raufspiele diesen pädagogisch gewünschten Rahmen erfüllen, ist es wichtig, zuerst die nötigen Regeln zu klären. Diese sollten nicht sofort von der Übungsleitung vorgegeben, sondern im Gespräch mit den Kindern erarbeitet werden, da diese zumeist viele essentielle Regeln ohnehin in ihren „privaten“ Raufspielen anwenden.

Daher empfiehlt sich die Frage: „Worauf achtet ihr, wenn ihr miteinander zum Spaß rauft?“

Bezugnehmend auf die Wortmeldungen der Kinder sollten dann folgende „Raufregeln“ erarbeitet werden:

1. Es muss allen Spaß machen!
Und zwar nicht nur am Anfang, sondern die ganze Zeit. Wenn ein Kind nicht raufen will, darf es auch nicht dazu überredet werden, sondern kann zuschauen oder vielleicht SchiedsrichterIn sein.
2. Niemand darf verletzt werden!
Alle, die raufen, schauen immer darauf, dass sie den anderen nicht wehtun. Sie benutzen keine verbotenen Techniken (schlagen, beißen, kratzen etc.) und die Übungsleitung achtet darauf, dass der Raufplatz sicher ist (keine Tischkanten, Wände oder Ähnliches in der Nähe).
3. Es gibt ein Anfangs- und ein Abschlussritual!
Damit zeigen die Raufenden am Anfang, dass sie wirklich mitspielen wollen. Am Schluss verdeutlicht das Ritual, dass die Raufenden sich respektieren, egal ob sie gewonnen oder verloren haben. Die Rituale können von der Kindergruppe selbst kreiert oder von der Übungsleitung vorgegeben werden. Gut geeignet sind Verbeugungen, Hand geben oder eine kurze Umarmung.



STARK WIE EIN BÄR



4. STOPP bedeutet STOPP!

Wenn einem Kind während des Raufens etwas weh tut oder es ein Problem hat, sagt es „STOPP!“ oder klopft mit der Hand ab. Das andere Kind muss sofort aufhören! Gleiches gilt, wenn der/die SchiedsrichterIn oder die Übungsleitung „STOPP!“ sagt. Das Spiel wird je nach Situation abgebrochen oder danach an dieser Stelle weitergeführt.

5. Nur erlaubte Techniken dürfen angewendet werden!

Die Übungsleitung erklärt immer zuerst das Raufspiel und sagt, welche Techniken erlaubt und welche verboten sind. Bei verbotenen Techniken wird das Spiel sofort unterbrochen.

Werden diese Regeln nicht eingehalten, so wird aus Raufen sofort Gewalt und die wollen wir hier auf keinen Fall haben!

Um die Selbstverantwortung der Kinder zu schulen, können Kinder gegebenenfalls als (Hilfs-) SchiedsrichterInnen eingebunden werden. Dabei bedarf es anfangs viel Unterstützung durch die Übungsleitung, damit es auf keinen Fall zu einer Überforderung der Kinder-SchiedsrichterInnen kommt. Welche Kinder dafür in Frage kommen, muss immer in Absprache mit den PädagogInnen oder der Assistenz entschieden werden. Nicht jedem Kind kann diese Verantwortung übertragen werden.

Die Aufgaben der SchiedsrichterInnen sind:

- Kontrolle des Anfangsrituals – sie überzeugen sich, dass beide raufen wollen
- Start- und Stopp-Kommandos geben
- fair die Punkte zählen
- sofort unterbrechen, wenn ein Kind „STOPP“ ruft
- Kontrolle des Abschlussrituals

Wir alle wollen Spaß heute haben.
Darum nicht beißen, treten, schlagen.
Wir passen aufeinander auf.
Ruft einer STOPP dann hören wir auf.





SEILZIEHEN

Spielbeschreibung: Es werden zwei gleich starke Gruppen gebildet. Aus beiden Gruppen beginnen z. B. je drei Kinder mit dem Seilziehen, während sich die anderen ihre Teilnahme am Seilziehen durch die Erfüllung einer Sonderaufgabe „verdienen“. Sonderaufgabe (je nach Alter und Können der Kinder) z. B.:

- 10 Seilsprünge
- 5 Kegeln umwerfen
- 3 oder 5 Liegestütze etc.

Je nach Gruppengröße kann beim Seilziehen mit mehr oder weniger Kindern gestartet werden.

Material

- ▶ Seil/Tau zum Seilziehen
- ▶ Kleinmaterialien für Sonderaufgaben

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

UGOTCHI-Tipp:

Die „Seilziehenden“ entwickeln meist großen Ehrgeiz und Kräfte! Daher ist es wichtig, dass ein STOPP von der Übungsleitung für alle ein STOPP bedeutet. In dem Fall wird das Seil lockergelassen, soll aber nicht abrupt losgelassen werden.

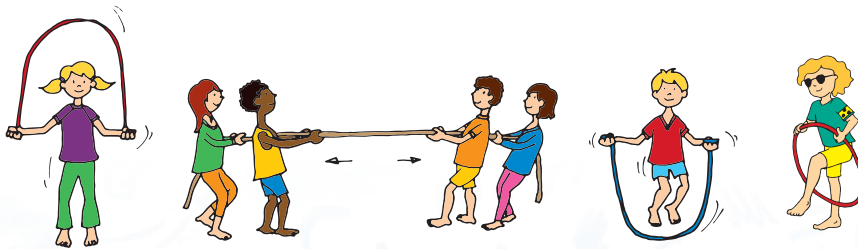
TIPP

WICHTIG: siehe Informationen „Raufspiele“ Seite 53-54!

Erlaubt: ziehen

Verboten: abruptes Loslassen des Seiles

Basale Variante: Das Seil liegt am Boden und wird von zwei Kindern oder Assistenten langsam hin und her gezogen. Das Kind mkB sitzt am Seil und spürt, wie es von rechts nach links gezogen wird.

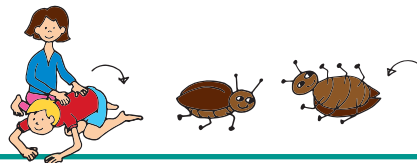




STARK WIE EIN BÄR



KÄFERSPIEL



Vorbereitung: Im Raum werden halb so viele Matten verteilt wie Kinder teilnehmen.

Spielbeschreibung: Die Kinder gehen paarweise zusammen auf eine Matte. Die Kinder nehmen abwechselnd die Rolle des Käfers ein. Dieser muss aus der Bankstellung auf den Rücken gedreht werden. Dabei bleibt eine Hand des Kindes auf der Schulter des Käfers und eine Hand an der Hüfte des Käfers, um ein Schwungholen zu verhindern.

WICHTIG: siehe Informationen „Raufspiele“ Seite 53-54!

Erlaubt: Schieben, drücken

Verboten: Kitzeln, ins Gesicht greifen, mit Schwung umstoßen

Basale Variante: Die Assistenz führt eine Druckmassage an den Kindern mkB durch.

Material

► Matten

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

BASALE VARIANTE

PARTNERÜBUNG

KLEINGRUPPE

RÜCKENSCHIEBEN

Vorbereitung: Im Raum werden halb so viele Matten verteilt wie Kinder teilnehmen.

Spielbeschreibung: Die Kinder gehen paarweise zusammen, sitzen Rücken an Rücken auf einer Matte und haken sich mit den Ellenbogen ein. Auf Kommando versuchen sie sich gegenseitig von der Matte zu schieben. Wenn ein Kind den Boden außerhalb der Matte berührt, gibt es einen Punkt für das andere Kind. Dann geht es wieder zurück in die Ausgangsposition.

WICHTIG: siehe Informationen „Raufspiele“ Seite 53-54!

Verboten: hochheben, Kopfstöße, aufstehen

Erlaubt: schieben

Material

► Matten

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

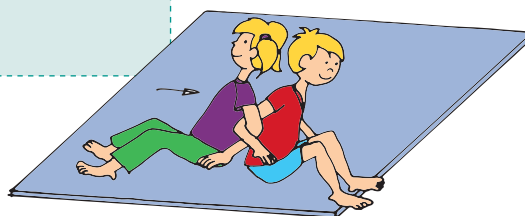
PARTNERÜBUNG

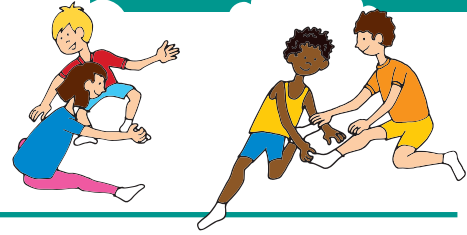
KLEINGRUPPE

UGOTCHI-Tipp:

Fällt es den Kindern schwer, sich mit den Ellenbogen einzuhaken, kann auch darauf verzichtet werden.

TIPP





SOCKENKAMPF

Vorbereitung: Im Raum werden halb so viele Matten verteilt wie Kinder teilnehmen. Alle Kinder tragen Socken.

Spielbeschreibung: Die Kinder gehen paarweise zusammen und knien sich einander gegenüber auf eine Matte. Auf Kommando versuchen die Kinder der Partnerin oder dem Partner die Socken ausziehen. Sobald eine Socke vollständig vom Fuß gezogen wurde, gibt es einen Punkt und das Spiel beginnt von vorne.

WICHTIG: Siehe Informationen „Raufspiele“ Seite 53-54!

Verboten: die eigenen Socken festhalten, mit den Füßen/Knien treten, kratzen

Erlaubt: festhalten, die Socken ausziehen, die eigenen Füße wegbeugen

Basale Variante: Die Assistenz bietet dem Kind mkB eine Fußmassage an, mit oder ohne Socken.

Material

- ▶ Matten
- ▶ Socken

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

BASALE VARIANTE

PARTNERÜBUNG

KLEINGRUPPE

BALLSTEHLEN

Vorbereitung: Es werden ausreichend Mattenflächen aufgelegt. Die Kinder gehen paarweise zusammen.

Spielbeschreibung: Ein Kind kauert sich über einen Medizinball und versucht, diesen festzuhalten. Das andere Kind hat 15 Sekunden Zeit, um den Ball zu erobern. Schafft es dies, bekommt es einen Punkt. Nach den 15 Sekunden wird gewechselt.

WICHTIG: Siehe Informationen „Raufspiele“ Seite 53-54!

Verboten: kitzeln, schlagen, die Finger greifen

Erlaubt: den Ball aus dem Griff des anderen herausziehen

Basale Variante: Das Kind mkB drückt einen weichen Ball (Softball) mit den Händen an den Oberkörper.

Material

- ▶ Matten
- ▶ 1 Medizinball pro Paar
- ▶ evtl. Softball (Variante)

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

BASALE VARIANTE

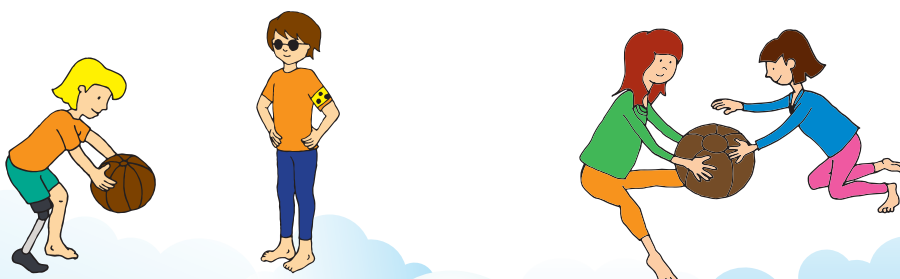
PARTNERÜBUNG

KLEINGRUPPE

UGOTCHI-Tipp:

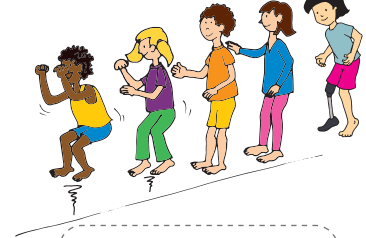
Da dieses Spiel für manche Kinder sehr kräfteaufwendend ist, kann es Sinn machen, das Spiel schon nach wenig gewonnenen Punkten zu beenden, sodass der Spaß nicht verloren geht.

TIPP





HÜPFEN WIE EIN KÄNGURU



HÜPFWELLE

Spielbeschreibung: Die Kinder stehen in einer Reihe. Das erste Kind in der Reihe springt beidbeinig in die Höhe. Sofort danach das zweite, dritte, vierte Kind, sodass eine Welle entsteht. Das letzte Kind läuft sofort nach seinem Sprung nach vorne und startet die Welle erneut. So bewegt sich die Gruppe vorwärts.

Material

► kein Material erforderlich

UGOTCHI-Tipp: Je weniger Kinder eine Reihe bilden, umso öfter hat jedes einzelne Kind die Möglichkeit, die Welle zu starten.

TIPP

Schwierige Variante: Dieses Spiel kann auch um die Wette gespielt werden.

Basale Variante: Wenn ein Kind mkB an der Reihe ist, klatscht die Assistenz dem Kind auf die Oberschenkel oder führt dessen Arme nach oben.

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE

ZAUBERER

Spielbeschreibung: Alle Kinder laufen zur Musik im Raum. Wenn die Musik stoppt, ruft die Übungsleitung „Packerl“. Daraufhin machen sich die Kinder klein wie ein Packerl. Dann wird gezaubert. Die Übungsleitung zaubert „Hokuspokusfidibus, aus dem Packerl kommen Frösche“, die Kinder verwandeln sich in das genannte Tier. Die Musik geht wieder los und die Kinder hüpfen wie ein Frosch durch den Raum, bis erneut „Packerl“ gerufen wird. Die Kinder werden in unterschiedliche Tiere verzaubert und führen die Fortbewegungsformen durch.

Material

► Musik
► evtl. zusätzliche Geräte (Variante)

UGOTCHI-Tipp: Die Tier-Fortbewegungsformen können vorab gemeinsam durchgeführt werden. Zur visuellen Unterstützung für taube oder hörbehinderte Kinder macht die Übungsleitung die Bewegungen mit.

TIPP

Schwierige Variante: Es werden zusätzliche Geräte (Turnbank, Reifen, Kegel, Kasten etc.) im Turnsaal aufgebaut, die von den Kindern überwunden werden müssen.

Basale Variante: Die Assistenz klopft den Kindern mkB im Rhythmus auf verschiedene Körperteile.

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

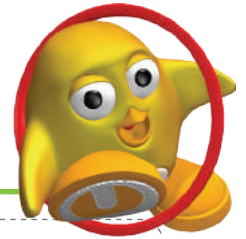
GEHÖRLÖSE KINDER

BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE



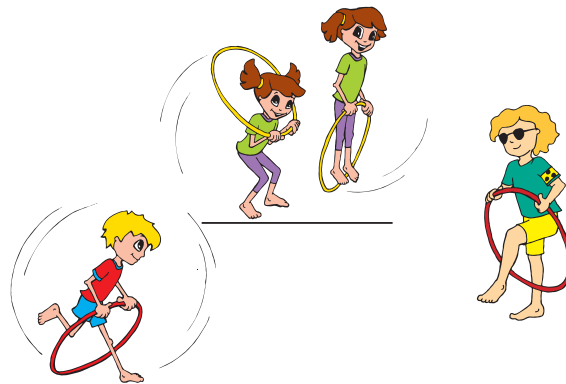


REIFENSPRUNG

Vorbereitung: Die Reifen werden aufgelegt.

Spielbeschreibung: Die Kinder nehmen sich einen Reifen und versuchen wie beim Seilspringen durch den Reifen zu steigen oder zu springen. Wenn es am Stand gut funktioniert, kann man es im Laufschrift versuchen.

Basale Variante: Kinder mkB können den Reifen spüren und die verschiedenen Geräusche vom Reifen hören, wenn er auf den Boden fällt



Material

► Reifen

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE

VOM BERG INS TAL

Vorbereitung: Ein kleiner, ein mittlerer und ein großer Kasten bilden eine Kastentreppe, dahinter liegt der Weichboden. Je nach Abständen bzw. Höhe der Kastenteile wird die Übung schwieriger oder einfacher.

Spielbeschreibung: Die Kinder hüpfen den Berg, also die Kastentreppe, hinauf und stürzen sich von oben in das Tal hinab. Die Sprünge können variiert werden z. B. einbeinig, beidbeinig oder es wird in großen Schritten auf den Berg hinaufgelaufen und mit einem Fantasiaesprung in das Tal gesprungen.

Basale Variante: Kinder mkB können mit ausreichend Abstand zur „Landezone“ am Ende der Weichbodenmatte in Rückenlage oder Bauchlage liegen und die Erschütterung bei der Landung der anderen Kinder spüren.

Material

► 3 Kästen
► 1 Weichboden

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE



HÜPFEN WIE EIN KÄNGURU



GLÜHENDE LAVASTEINE

Vorbereitung: Vier Matten werden hintereinander im Abstand von ca. einem Meter aufgelegt.

Spielbeschreibung: Die Kinder gehen, steigen oder springen von einer Matte zur nächsten. Abwechslung bringen unterschiedliche Arten des Springens: einbeinig, beidbeinig, rückwärts mit Drehung etc. Für Kinder im Rollstuhl werden eigene Regeln aufgestellt: rechts drehen, links drehen, über die Matten fahren etc.

Basale Variante: Für Kinder mkB wird ein eigener kleiner Parcours aufgebaut, um verschiedene Untergründe zu spüren.

Material

- ▶ Matten
- ▶ evtl. verschiedene Materialien für kleinen Parcours (Variante)

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE

KÄNGURU

Vorbereitung: Mit den vorhandenen Materialien wird in unterschiedlichen Abständen eine Sprungbahn gebildet.

Spielbeschreibung: Die Kinder stellen sich hinter die Sprungbahn und gehen, steigen, laufen oder springen (einbeinig oder beidbeinig) über die Gegenstände, ohne diese zu berühren. Kinder im Rollstuhl fahren im Slalom um die Gegenstände.

UGOTCHI-Tipp: Das beidbeinige Springen kann im Vorfeld gemeinsam geübt werden.

TIPP

Schwierige Variante: Die Kinder springen seitlich, rückwärts, mit Vierteldrehungen etc. über die Gegenstände.

Basale Variante: Kinder mkB versuchen auf das Seil zu steigen, um das Seil auf der Fußsohle zu spüren.

Material

- ▶ Sprungseile
- ▶ Reifen
- ▶ Schaumstoffquader

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

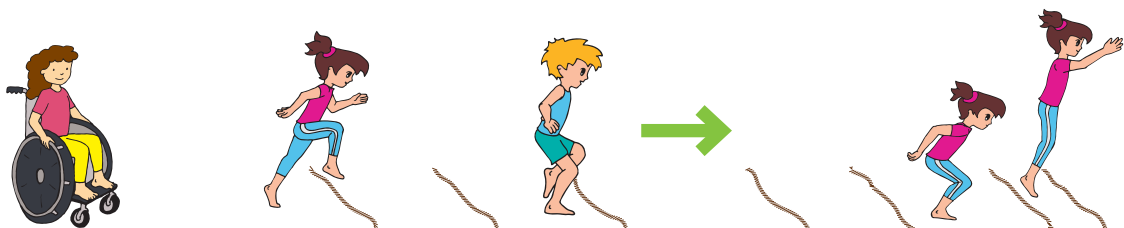
GEHÖRLÖSE KINDER

BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE



ALLEIN MIT DEM SEIL

Vorbereitung: Die Kinder verteilen sich so, dass sie genug Platz zum Seilspringen um sich haben.

Spielbeschreibung: Die Kinder halten das Seil in beiden Händen. Mit dem Seil darf nun experimentiert werden. Je nach Können der Kinder gehen, steigen, rollen oder springen diese über das Seil.

Material

► Sprungseile

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

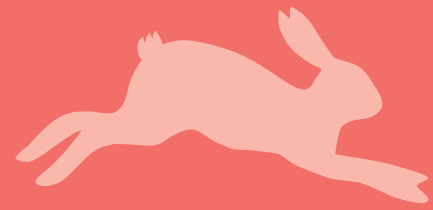
EINZELÜBUNG E

KLEINGRUPPE K

GROSSGRUPPE G



FLINK WIE EIN HASE



FISCHER

Spielbeschreibung: Ein Kind wird zum Fischer ernannt und stellt sich an das Ende des Spielfeldes. Die anderen Kinder stellen sich auf die gegenüberliegende Seite.

Die Gruppe fragt: „Fischer, wie tief ist das Wasser?“

Der Fischer antwortet z. B.: „10 Meter!“

Die Gruppe fragt: „Wie kommen wir hinüber?“

Der Fischer antwortet z. B.: „Auf einem Bein hüpfend!“

Daraufhin versuchen sich die Kinder auf die eine Seite des Spielfeldes zu retten, wobei sie den Anweisungen des Fischers folgen. Werden sie vom Fischer gefangen, sind sie in der nächsten Runde ebenfalls Fischer und helfen ihm beim Fangen. Das letzte Kind, das übrigbleibt, hat gewonnen und ist im nächsten Spiel der Fischer.

Material

► kein Material erforderlich

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

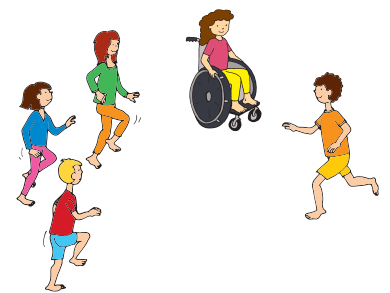
KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE

UGOTCHI-Tipp:

Mögliche Beeinträchtigungen von Kindern (z. B. Rollstuhl, blind etc.) können vom Fischer als Aufgabe gestellt werden (Chancengleichheit): z. B. am Rollbrett "rollend", mit geschlossenen Augen etc.

TIPP



Einfache Variante: Spiel wird ohne Fänger als Bewegungserfahrung durchgeführt.

HASENBAU

Vorbereitung: Zwei Matten werden so in zwei Reifen gedreht, dass ein Tunnel entsteht.

Spielbeschreibung: Die Hasen huschen flink in ihren Hasenbau und verstecken sich dort. Der Hasenbau eignet sich gut im Rahmen eines Parcours, um durchzukrabbeln.

UGOTCHI-Tipp:

Der Hasenbau kann auch als Rückzugsort und Ruhe-Oase dienen. Manche Kinder verstecken sich gerne.

TIPP

Material

► Reifen
► Matten

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

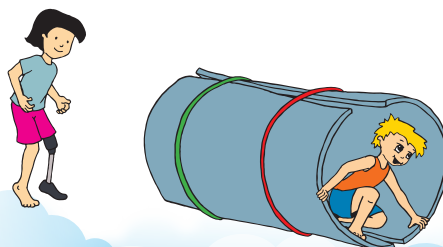
BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

KLEINGRUPPE

GROSSGRUPPE

Basale Variante: Das Kind mkB darf im Hasenbau liegen und die Assistenz schaukelt es sanft.



BEEREN SAMMELN

Vorbereitung: Es werden Gruppen zu ungefähr fünf Kindern gebildet. Pro Gruppe wird am Hallenrand eine Matte aufgelegt. In der Halle werden möglichst viele (verschiedene) Bälle verteilt.

Spielbeschreibung: Die Kinder versuchen nun, die Bälle („Beeren“) einzusammeln und auf der eigenen Matte zu deponieren, wobei immer nur ein Ball mitgenommen werden darf. Sobald ein Ball in der eigenen „Teamzone“ liegt, darf dieser nicht mehr von einer anderen Gruppe gesammelt werden. Die Kinder sollen viele Beeren möglichst schnell einsammeln. Die Kinder können sich die Bälle auch zuwerfen.

Basale Variante: Das Kind mkB wird von der Assistenz geführt und kann so auch mitspielen. Der Rollstuhl dient dabei als „Beerentransportmittel“.

Material

- ▶ viele (unterschiedliche) Bälle
- ▶ Matten

 KINDER IM ROLLSTUHL

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

BLUMENKORB (OUTDOOR-SPIEL)

Vorbereitung: Die Kinder sammeln unterschiedliche Blumen und bilden einen Sitzkreis.

Spielbeschreibung: Jedes Kind hält seine gesammelte Blume in der Hand. z. B. Löwenzahn, Gänseblümchen, Klee oder Ähnliches. Die Übungsleitung ruft z. B.: „Das Gänseblümchen und der Klee wechseln die Plätze!“, dann müssen alle Gänseblümchen- und Kleekinder aufspringen und die Plätze tauschen. Ruft die Übungsleitung: „Der Blumenkorb fällt um!“, dann müssen alle Kinder einen neuen Platz suchen.

UGOTCHI-Tipp: Dieses Spiel kann wunderbar mit der Biologiestunde verknüpft werden. Gelerntes kann so vertieft werden.

TIPP

Basale Variante: Die Assistenz ermöglicht dem Kind mkB verschiedene Sinnes- und Naturerfahrungen.

Material

- ▶ Blumen

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

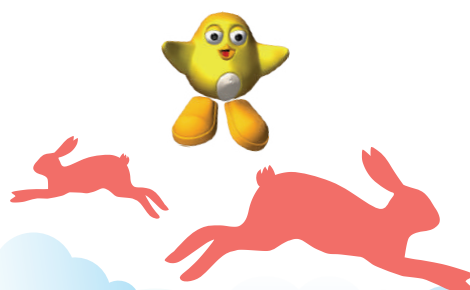
 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 





SCHNELL WIE EIN GEPARD



MEMORY

Vorbereitung: Die Memorykarten sortieren, d. h. die Paare trennen, sodass man zwei gleiche Stapel erhält. Die Übungsleitung legt die Karten des einen Stapels mit den Bildflächen nach unten auf den Boden eines Hallenendes. Es werden zwei Gruppen gebildet, welche in zwei Reihen am anderen Hallenende stehen. Der andere Kartenstapel wird in die Hälfte geteilt, wobei jede Gruppe gleich viele Karten erhält. Die Gruppen legen ihre Karten wie bei einem klassischen Memory umgedreht vor sich auf den Boden.

Material

► 20 Memorypaare



KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

Spielbeschreibung: Auf ein Kommando dreht jeweils das erste Kind eine Karte um und läuft mit dieser in der Hand an das andere Ende der Halle. Hier decken die zwei Kinder jeweils eine Bildkarte auf und überprüfen, ob diese mit ihrer eigenen Karte übereinstimmt.

- Stimmt die Karte überein, darf man diese mitnehmen und läuft zu seiner Gruppe zurück.
- Stimmt die Karte nicht überein, wird diese wieder umgedreht auf den Boden an seinen ursprünglichen Platz zurückgelegt, bevor man zur Gruppe zurückläuft. Bei der Gruppe angekommen, legt das Kind seine gezogene Karte wieder an den ursprünglichen Platz auf den Boden zurück.

Das nächste Kind ist am Start, nimmt eine Karte und läuft mit dieser wieder an das andere Ende der Halle, um erneut nach einem Paar zu suchen. Welche Gruppe hat zuerst die zehn Paare gefunden?

Basale Variante: Die Assistenz führt oder schiebt das Kind mkB, wenn es an der Reihe ist, und führt assistierend die Übung durch.



PUZZLELAUF

Vorbereitung: Puzzles an ein Ende der Halle oder des Platzes legen.

Spielbeschreibung: Beim Puzzlelauf geht es darum, ein Puzzlebild zusammenzusetzen. Dafür erhält jede Laufgruppe eine eigene Bildvorgabe. Die Puzzlebilder liegen in einiger Entfernung gesammelt in einem Karton oder auf dem Boden. Die Kinder der jeweiligen Gruppe müssen sich ihre Puzzleteile „erlaufen“. Sie dürfen pro Lauf jeweils ein Teil mit „nach Hause“ nehmen. Passt es, wird es angebaut. Passt es nicht, wird es vom nächsten Kind wieder zurückgebracht und ein Neues geholt. Über die Größe des Puzzles kann das Spiel einfacher oder schwieriger gemacht werden.

Basale Variante: Die Assistenz führt oder schiebt das Kind mkB, wenn es an der Reihe ist, und führt assistierend die Übung durch.

Material

- ▶ mind. 2 Puzzles mit gleich wenigen Teilen



KINDER IM ROLLSTUHL



GEHÖRLÖSE KINDER



HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG



BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

BESTZEIT

Vorbereitung: Eine Strecke wird festgelegt und mit den Hütchen der Start- und der Zielbereich markiert.

Spielbeschreibung: Die Kinder laufen einzeln die vorgegebene Strecke ab und versuchen ihre Bestzeit zu unterbieten. Die Übungsleitung misst die Zeit und schreibt sie auf einen Zettel.

Einfache Variante: Gewonnen hat nicht das schnellste Kind, sondern das Kind, welches beim zweimaligen Durchlaufen eine möglichst ähnliche Zeit schafft.

Schwierige Variante: In den Lauf werden Hindernisse eingebaut (Matten, Kästen, Turnbänke etc.).

Basale Variante: Die Assistenz führt oder schiebt das Kind mkB, wenn es an der Reihe ist.

Material

- ▶ Stoppuhr
- ▶ Zettel und Stift
- ▶ 4 Hütchen
- ▶ evtl. Hindernisse (Variante)



KINDER IM ROLLSTUHL



BLINDE KINDER



GEHÖRLÖSE KINDER



BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

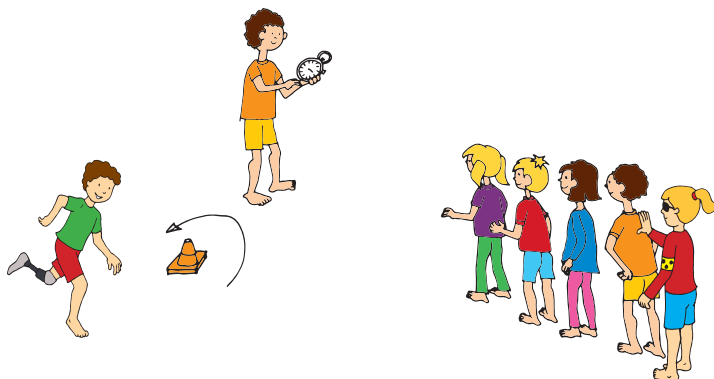
E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G





SCHNELL WIE EIN GEPARD



SPRINTCHALLENGE

Vorbereitung: Die Strecke wird festgelegt und mit den Hütchen der Start- und Zielbereich markiert.

Spielbeschreibung: Jedes Kind erhält einen Zettel, auf den es seinen Namen schreibt. Im ersten Durchgang sprintet jedes Kind so schnell es kann durch die Strecke. Die Zeit wird gestoppt und am Namenskärtchen notiert. Die Kärtchen werden nun der Reihe nach mit der Wäscheklammer am aufgehängten Seil befestigt. Nun fordern sich die Kinder gegenseitig. Es sprinten daher abwechselnd zwei Kinder um die Wette. Das schnellere Kind darf sein Kärtchen vor dem Kärtchen des anderen Kindes platzieren. Jedes Kind darf jedes Kind fordern.

Material

- ▶ 4 Hütchen
- ▶ Stoppuhr
- ▶ Zettel und Stifte
- ▶ 2 Sprungseile
- ▶ Wäscheklammern

 KINDER IM ROLLSTUHL

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

UGOTCHI-Tipp:

Die schnellen Kinder werden meist öfter gefordert – müssen dadurch mehr laufen und ermüden auch schneller. Daher haben langsamere Kinder die Chance, auch gegen ein schnelles Kind zu gewinnen und ihr Kärtchen vor einem schnellen Sprinter zu reihen.

TIPP

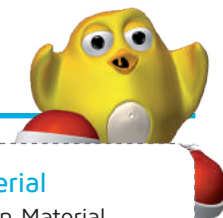
KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

Basale Variante: Die Assistenz führt oder schiebt das Kind mkB, wenn es an der Reihe ist.



LAUFEN MIT GANGSCHALTUNG



Vorbereitung: Die Vorgabe der unterschiedlichen Lauftempo erfolgt durch die Angabe der „Gänge“: Langsam laufen im 1. Gang und das Tempo steigern im 2. und 3. Gang. Sprinten im 4. oder sogar 5. Gang. Auch einen Rückwärtsgang gibt es.

Spielbeschreibung: Die Kinder bewegen sich frei im Raum. Die Übungsleitung ruft der Gruppe die jeweiligen Gänge zu und kann sich je nach Fantasie auch eine Strecke überlegen (Landstraße, Ampeln, Kurven etc.).

UGOTCHI-Tipp: Vorsicht beim Rückwärtsgang! Um „Autounfälle“ zu vermeiden, bietet es sich an, aus einem langsamen Gang in den Rückwärtsgang zu schalten.

TIPP

Basale Variante: Die Assistenz führt oder schiebt das Kind mkB. Je nach Beeinträchtigung des Kindes könnte es auch auf einem Rollbrett sitzend gezogen werden.

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G





AUSDAUERND WIE EIN WOLF

DIE LÖWEN SIND LOS

Vorbereitung: Ein Bereich der Halle wird als Savanne gekennzeichnet.

Spielbeschreibung: Es werden zwei Kinder als „Löwen“ bestimmt, die sich in der Savanne auf allen Vieren aufhalten. Alle anderen Kinder sind Afrika-Touristen, die sich ganz nah an die Löwen heranwagen, um sie z. B. zu fotografieren oder vielleicht sogar zu streicheln. Wenn nun die Übungsleitung laut „Die Löwen sind los“ ruft, müssen sich alle Touristen so schnell wie möglich in Sicherheit bringen, indem sie – ohne von den Löwen erwischt zu werden – die Savanne verlassen. Die Löwen dürfen beim Fangen wieder auf zwei Beinen laufen. Alle Kinder, die von den Löwen gefangen wurden, gehören beim nächsten Durchgang zur Gruppe der Löwen. Gespielt wird, bis nur noch drei Touristen übrig sind.

Basale Variante: Die Assistenz führt oder schiebt das Kind mkB.

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

LINIENFANGEN

Vorbereitung: Je nach Gruppengröße verteilen sich die Kinder in der ganzen Halle oder nur in einem begrenzten Teil.

Spielbeschreibung: Ein Kind ist der Fänger und versucht die anderen zu fangen. Alle Kinder laufen nur entlang der Linien. Wird ein Kind gefangen, nimmt es eine Fantasieposition ein (z. B. Einbeinstand, linker Arm zur Seite, runder Rücken, Grätsche, in Sprintstartposition etc.). Das Kind kann erlöst werden, wenn ein anderes Kind zu ihm läuft und die Fantasieposition vor ihm wie ein Spiegel nachahmt.

Basale Variante: Die Assistenz führt oder schiebt das Kind mkB.

Material

► Sporthalle mit Bodenmarkierung

 KINDER IM ROLLSTUHL

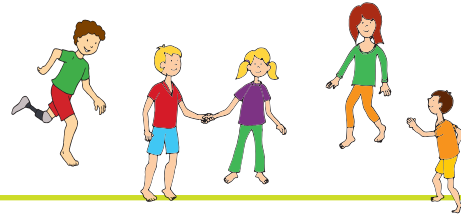
 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

KETTENFANGEN



Vorbereitung: Je nach Gruppengröße werden zwei oder vier Kinder zum Fangen ausgewählt, die paarweise zusammen gehen und sich an den Händen halten. Der Spielbereich wird markiert.

Material

▶ kein Material erforderlich

Spielbeschreibung: Die „Pärchen“ versuchen nun, die anderen Kinder zu fangen, ohne dabei die Hand des Partnerkindes auszulassen. Wird ein Kind gefangen, so erweitert sich die Fangkette um ein Glied. Gehören vier Kinder zu einer Kette, darf sich die Kette in zwei Fangketten aufteilen. Die zwei oder vier Kinder, die am Ende übrigbleiben, haben das Spiel gewonnen und bilden im nächsten Durchgang die ersten Fangketten.

 GEHÖRLÖSE KINDER

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

UGOTCHI-Tipp: Kettenfangen eignet sich außerdem dazu, Mannschaften oder Gruppen für ein darauffolgendes Spiel zu bilden.

TIPP

MERKBALL

Vorbereitung: Das Spielfeld wird abgegrenzt und es spielen alle gegeneinander.

Material

▶ Softbälle

Spielbeschreibung: Die Übungsleitung wirft einen Softball ins Spielfeld. Wer in Ballbesitz ist, versucht die restlichen Kinder zu treffen. Mit dem Ball in der Hand dürfen nur zwei Schritte gemacht werden. Wird ein Kind getroffen, merkt es sich den Namen des „Ball-schützen“ und setzt sich an den Spielfeldrand. Wird nun der „Ball-schütze“ getroffen, darf das vorher von ihm abgeschossene Kind wieder mitspielen. Das letzte Kind am Spielfeld ist das Gewinnerkind.

 KINDER IM ROLLSTUHL

 GEHÖRLÖSE KINDER

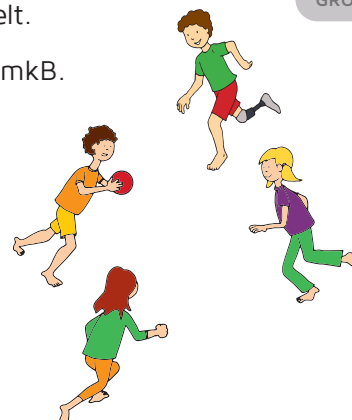
 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

Schwierige Variante: Das Spiel wird mit mehreren Bällen gespielt.

Basale Variante: Die Assistenz führt oder schiebt das Kind mkB.



COOL-DOWN-SPIELE & ENTSPANNUNGSTECHNIKEN



Cool-Down-Spiele und Entspannungstechniken bieten eine Gelegenheit, sich und seinen Körper besser zu spüren, seine Wahrnehmungsfähigkeit zu trainieren, zur inneren Ruhe und Ausgeglichenheit zu kommen. Speziell Kinder mit Wahrnehmungs- und Aufmerksamkeitsstörungen profitieren von diesen Spielen, weshalb diese einen fixen Platz in der Planung haben sollten.

Die Übungen eignen sich nicht nur für das Ende einer Einheit, sondern auch für den Einsatz zwischendurch, um wilde oder unkonzentrierte Kinder wieder „abzukühlen“.



In der folgenden Übungssammlung sind neben simplen Cool-Down-Spielen auch verschiedene, einfache Entspannungstechniken zu finden. Diese zeigen vor allem dann Erfolg, wenn man sie regelmäßig einsetzt. Es gibt eine Vielzahl an Entspannungsmethoden, weshalb man unbedingt verschiedene ausprobieren sollte, um seine Lieblingstechnik herauszufinden

WO LIEGT WAS?

Spielbeschreibung: Vier Kinder bilden eine Gruppe. Ein Kind legt sich mit dem Bauch auf den Boden und schließt die Augen. Drei Kinder sitzen um das Kind herum und legen diesem nacheinander Bohnensäckchen oder dergleichen auf den Körper. Das Kind muss nun mit geschlossenen Augen erraten, wo die Säckchen liegen.

Schwierige Variante: Die Kinder legen die Bohnensäckchen alle gleichzeitig auf den Körper.

Basale Variante: Die Assistenz legt die Bohnensäckchen auf das Kind mkB und begleitet dies verbal.

Material

- ▶ Bohnensäckchen oder Ähnliches

KINDER IM ROLLSTUHL

BLINDE KINDER

GEHÖRLÖSE KINDER

BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)



SUMMENDE BIENE

Spielbeschreibung: Alle Kinder sitzen in einem Kreis und schließen die Augen. Ein Kind ist die Biene, diese sucht sich selbstständig einen Platz in der Halle und dort summt sie hörbar. Die Kinder sollen mit geschlossenen Augen dorthin zeigen, wo sich die Biene gerade befindet. Danach werden die Augen geöffnet und die Kinder kontrollieren selbst, ob sie richtig lagen. Im nächsten Durchgang wird eine neue Biene ausgesucht.

Schwierige Variante: Es können auch zwei Bienen ausgewählt werden, die die Kinder orten müssen.



Material

- ▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

KLEINGRUPPE

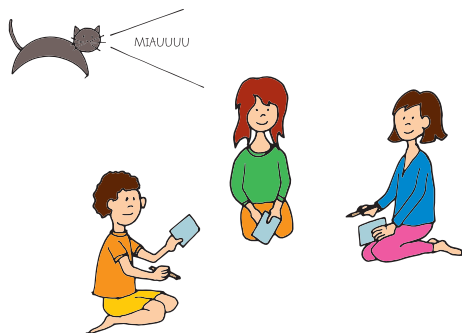
K

GROSSGRUPPE

G

DAS GERÄUSCHESPIEL

Spielbeschreibung: Alle Kinder sitzen verteilt in der Halle. Die Übungsleitung macht ein Tiergeräusch nach oder spielt dieses über eine Musikanlage ab. Wer das Geräusch erkennt, schreibt das Tier auf ein Blatt Papier. Nach fünf bis zehn Sekunden gilt es, das nächste Tiergeräusch zu erraten. Nach z. B. zehn Geräuschen wird ausgewertet, wer wie viele Geräusche richtig erraten hat. Die Kinder dürfen den Tiernamen nicht laut rufen oder ihn verraten. Kinder, die noch nicht schreiben können, suchen sich einen älteren Partner.



Material

- ▶ Papier und Stifte
- ▶ ggf. Musikanlage

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

HEULBOJE

Spielbeschreibung: Einem oder mehreren Kindern werden die Augen verbunden. Die anderen Kinder stehen auf dem Spielfeld verteilt und sind Heulbojen. Die Kinder mit den verbundenen Augen bewegen sich zwischen den Heulbojen hindurch. Damit diese nicht an einer Boje anlaufen, müssen die Bojen rechtzeitig und (laut) heulen, um die Kinder zu warnen.

Schwierige Variante: Anstatt zu heulen, können Windgeräusche mit einem Tuch erzeugt werden. So muss genauer hingehört werden.

Basale Variante: Das Kind mkB wird von der Assistenz durch den Parcours geschoben oder spielt als Heulboje mit.

Material

- ▶ Tücher oder Ähnliches zum Verbinden der Augen

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

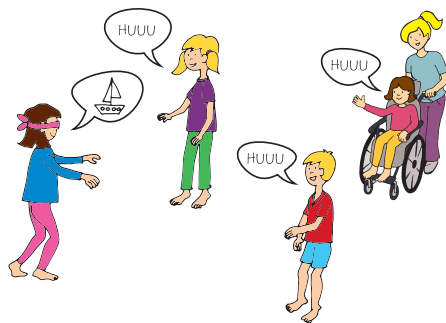
 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G



ATMUNG - ZWEI LUFTBALLONS

Spielbeschreibung: Jedes Kind liegt am Rücken auf einer Matte. Die Übungsleitung sagt Folgendes: „Stellt euch vor, ihr habt zwei Luftballons in eurem Körper. Einen roten in eurem Brustkorb und einen blauen in eurem Bauch. Legt jeweils eine Hand auf die beiden Luftballons und schließt die Augen, um ganz genau zu spüren. Jetzt versucht einmal nur in den roten Luftballon zu atmen und dann nur in den blauen. Wie fühlt sich das an? Versucht nun, euch intensiv auf den blauen Ballon zu konzentrieren und mindestens sieben Mal ganz tief in den Bauch zu atmen. Jeder Atemzug sollte etwas länger und langsamer sein als der vorige.“

UGOTCHI-Tipp: Wenn man gestresst ist, atmet man eher in die Brust (roter Ballon). Wenn man sich entspannen will, sollte man versuchen, langsam und in den Bauch (blauer Ballon) zu atmen.

TIPP

Material


► Matten

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

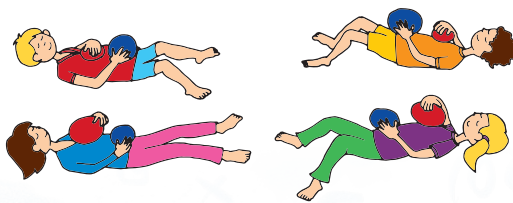
KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

Einfache Variante: Taktile Reize können den Kindern helfen, sich auf die jeweiligen Körperregionen zu konzentrieren.

Schwierige Variante: Wenn die Kinder die Hand auf den Bauch legen, können sie versuchen, diese beim Einatmen aktiv anzuheben.

Basale Variante: Die eigene Körperwahrnehmung kann auf andere Körperteile und Organe ausgeweitet werden z. B. Herzschlag wahrnehmen, Blut in den Zehenspitzen fühlen etc.



COOL-DOWN-SPIELE & ENTSPANNUNGSTECHNIKEN

BILDER IN DEN KOPF ZAUBERN - MEIN GEHEIMER ORT

Spielbeschreibung: Die Kinder liegen entspannt auf dem Rücken auf einer Matte und schließen die Augen. Die Übungsleitung sagt Folgendes mit entsprechenden Pausen, sodass die einzelnen Sinneseindrücke wirklich wirken können:
„Stellt euch einen Ort vor, an dem ihr euch so richtig wohl fühlt. Den Ort kann es in der Realität geben oder es kann ein reiner Fantasieort sein. Betrachtet diesen Platz mit geschlossenen Augen genau, greift alles an, riecht – vielleicht hat er einen besonders schönen Geruch? Wenn ihr in eurem Kopf an diesen Ort geht, dann fühlt ihr euch gut und entspannt euch. Immer wenn ihr gestresst seid, könnt ihr kurz die Augen schließen und in Gedanken an diesen Platz gehen und euch kurz dort aufhalten. Dann öffnet ihr die Augen wieder und seid konzentriert und entspannt.“

Material

► Matten

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

UGOTCHI-Tipp: Die Übungsleitung kann nach der Fantasiereise die Kinder beschreiben lassen, was es an diesem schönen Ort gibt und was ihnen daran so gut gefällt.

TIPP

Basale Variante: Teilhabe uneingeschränkt möglich.



MEINE LIEBLINGSMUSIK

Spielbeschreibung: Die Kinder liegen auf dem Rücken auf einer Matte. Die Übungsleitung spielt nun verschiedene Lieder oder Musikrichtungen vor. Wenn die Musik für die Kinder entspannend ist, bleiben sie ruhig liegen. Wenn nicht, heben sie den Arm. Am Ende teilen die Kinder einander durch Beschreiben oder Vorsummen mit, welche Art und Musikrichtung für sie entspannend war.


Dann soll sich die Gruppe entscheiden, welche Musik für sie am angenehmsten war. Diese kann die Übungsleitung dann immer wieder bei Entspannungsteilen einbauen und so die Verbindung Musik-Entspannung stärker festigen.

Material

- ▶ Musik, Musikanlage

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

EINZELÜBUNG 

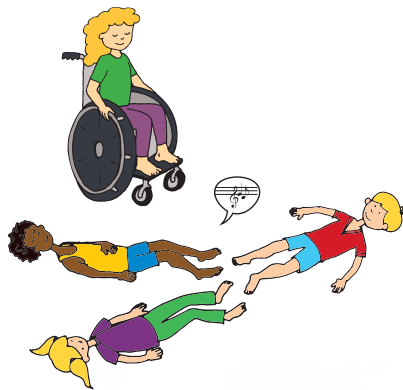
KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

UGOTCHI-Tipp:

Ein beliebtes Lied kann auch als „Gruppen-Hymne“ ausgewählt werden. Das regelmäßige Abspielen der „Hymne“ kann die Identifikation mit der Gruppe verbessern und sich positiv auf das Zusammengehörigkeitsgefühl auswirken.

TIPP



SCHATTENBOXEN UND STANDSPRINT

Spielbeschreibung: Gerade wenn Kinder gestresst und unruhig sind, sollten sie sich bewegen. Schattenboxen und Standsprints können helfen, Spannungen abzubauen. Dazu wird mehrmals eine Minute am Stück schnell und ohne Pause in die Luft geboxt oder am Stand gelaufen. Während der ganzen Zeit konzentrieren sich die Kinder voll und ganz auf die Bewegung. Danach sollen die Kinder bewusst ihren schnelleren Atem und ihr Herz spüren, das zuerst intensiv schlägt und dann wieder langsamer wird, während sie sich entspannen.

Material


► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

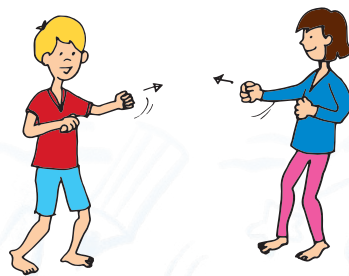
KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

UGOTCHI-Tipp: Damit Entspannungstechniken auch zum gewünschten Erfolg führen, müssen diese mehrmals geübt werden!

TIPP

Basale Variante: Die Assistenz klopft dem Kind mkB sanft auf die unterschiedlichen Körperteile oder streicht über den Rücken und gibt so unterschiedliche Reize.



NILPFERDWÄSCHE

Vorbereitung: Die Kinder setzen sich zu Paaren oder in Kleingruppen zusammen. Ein Kind sitzt auf dem Boden und das andere Kind steht dahinter.

Material

► kein Material erforderlich

Spielbeschreibung: Die Übungsleitung erzählt folgende Entspannungsgeschichte:

„Stellt euch vor, das Wetter ist schön und wir machen einen Ausflug in den Zoo. Als wir zum Gehege der Nilpferde kommen, treffen wir dort einen alten Tierpfleger, der die Nilpferde füttern und waschen muss. Der alte Tierpfleger ist traurig und besorgt, denn sein Lehrling, der ihm sonst bei der Arbeit hilft, ist krank. Deshalb fragt der Tierpfleger uns, ob wir ihm helfen können, die Nilpferde zu waschen. Wir sind gleich bereit, dem besorgten Tierpfleger zu helfen.“

Die Übungsleitung demonstriert die Aufgaben:

1. Schritt: Der Rücken der Nilpferde wird nass gemacht. Dazu legt das stehende Kind seine Hände auf die Schultern vom sitzenden Kind und lässt sie mit einem Geräusch, welches Wasser nachahmt, mehrmals von oben nach unten über den Rücken gleiten.
2. Schritt: Der Rücken der Nilpferde wird eingeseift. Das waschende Kind macht auf dem Rücken seines „Nilpferdes“ Einseifbewegungen.
3. Schritt: Der ganze Rücken der Nilpferde wird mit einer dicken Bürste bearbeitet. Das waschende Kind macht eine Kralle und massiert den Rücken des Nilpferdkindes mit seiner Handbürste.
4. Schritt: Die Nilpferde werden mit Wasser abgespült. Wie beim 1. Schritt gleiten die Hände vom oberen Rücken nach unten.
5. Schritt: Der Rücken der Nilpferde wird mit einem weichen Handtuch abgetrocknet. Das waschende Kind reibt mit seinen Händen liebevoll den Rücken seines Nilpferdes ab.

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

PARTNERÜBUNG

P

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

COOL-DOWN-SPIELE & ENTSPANNUNGSTECHNIKEN

PIZZABACKEN

Vorbereitung: Die Kinder machen einen Doppelsitzkreis, sodass jedes Kind einen Rücken vor sich hat, oder die Kinder verteilen sich paarweise im Raum.

Spielbeschreibung: Die Kinder erzählen sich gegenseitig auf dem Rücken eine Geschichte. Das kann z. B. „Pizza-Backen“ sein: Der Rücken ist der Teig und wird geknetet. Für den Teig braucht man Mehl (Fingerspitzen machen leichte Trommelbewegungen) und Wasser (mit den Fingern fließendes Wasser über den Rücken fließen lassen). Mehl und Wasser werden zum Teig gerührt (Knetbewegungen auf dem Rücken). Die Pizza wird mit Tomatensauce bestrichen (mit den Handflächen über den Rücken streichen) und mit Schwammerl, Käse, Oliven belegt. Dann wird die Pizza in den Ofen geschoben (Pizzabäcker reibt sich die Handflächen und legt sie dann auf den Rücken). Anschließend werden Stücke geschnitten (mit den Handkanten auf dem Rücken schneiden), die Pizza wird gegessen und anschließend das Pizza-Blech gereinigt (mit den Händen den Rücken abreiben).

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

PARTNERÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

UGOTCHI-Tipp:

Alternativ können auch anderen Speisen (z. B. Kekse, Apfelstrudel, belegtes Brot etc.) „gebacken“ werden oder eine Wettervorhersage (z. B. Sonne, Niesel, feiner Regen, Platzregen, Hagel, Schnee, Wind etc.) angekündigt werden.

TIPP



DIE MAUER

Vorbereitung: Zwei Gruppen stehen sich gegenüber. Dazwischen bilden einige Kinder eine Mauer. Nun versucht die eine Gruppe der anderen etwas über die Mauer zuzurufen. Die Mauer darf durch Schreien und Geräusche die Kommunikation verhindern.

Material

- ▶ kein Material erforderlich

UGOTCHI-Tipp:

Ein Cool-Down-Spiel der etwas anderen Art. Auch wenn es dabei laut zugeht, so eignet sich das Spiel doch, um eine Stunde zu beenden oder die Gruppe zwischendurch zusammenzuholen. Aber Achtung: Dieses Spiel wird sehr laut und sollte nur dann gespielt werden, wenn es die Gruppe auch verträgt.

TIPP

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

TENNISBALLMASSAGE

Vorbereitung: Die Kinder gehen zu zweit zusammen und jedes Paar nimmt sich einen Tennisball.

Spielbeschreibung: Ein Kind legt sich auf den Bauch, das andere Kind rollt mit dem Tennisball sanft über den Rücken, die Arme und die Beine. Das liegende Kind soll rückmelden, wenn etwas angenehm oder unangenehm ist und das massierende Kind soll darauf eingehen. Nach zwei bis drei Minuten wird gewechselt.


Material

- ▶ pro Paar ein Tennisball
- ▶ evtl. Entspannungsmusik

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

PARTNERÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

COOL-DOWN-SPIELE & ENTSPANNUNGSTECHNIKEN

FANTASIEREISE

Vorbereitung: Jedes Kind sucht sich einen Platz im Raum und schließt die Augen.


Spielbeschreibung: Die Übungsleitung führt durch folgende kleine Fantasiereise: „Du befindest dich auf einer Reise durch den Atlantik, plötzlich kommt ein Sturm auf, das Schiff kentert. Gemeinsam mit den anderen Kindern am Schiff kannst du dich auf eine Insel retten. Gibt es dabei Schwierigkeiten? Auf der Insel gibt es viele unbekannte Dinge zu erleben und zu entdecken. Langsam lernst du jeden Winkel kennen. Du kletterst auf Bäume, springst über kleine Bäche, schwingst umher, kletterst unter einem umgefallenen Baum durch, springst in einen See. Eines Nachts hörst du Geräusche. Es scheinen Piraten zu sein. Du läufst davon, einige Kinder werden gefangen. Die Gruppe möchte flüchten und schmiedet einen Plan. Fällt es dir leicht zu flüchten? Wie schaffst du es, mit den anderen Kindern das Festland zu erreichen? Kannst du jemandem helfen? Wird dir geholfen?“

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 



FANTASIEGESCHÖPFE GESTALTEN (OUTDOOR-SPIEL)

Vorbereitung: Die Kinder suchen unterschiedliche Naturmaterialien (z. B. Moos, Zweige, Feder, Steine etc.). Danach teilen sie sich in Gruppen auf und suchen sich einen Platz, wo sie ihr Fantasiegeschöpf gemeinsam kreieren möchten.

Spielbeschreibung: Die Kinder beraten, was aus ihren gesammelten Stücken werden soll und gestalten gemeinsam ein Geschöpf. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Sind sie fertig, bekommt jedes Geschöpf noch einen Namen.

UGOTCHI-Tipp: Zwischen den fertigen Fantasiegeschöpfen lässt es sich hervorragend jausnen. Hat sich die Gruppe mit der mitgebrachten Jause gestärkt, können die Fantasiegeschöpfe gemeinsam besichtigt werden.

Basale Variante: Die Assistenz bietet dem Kind mKB Sinneserfahrungen mit Naturmaterialien an.

Material

- ▶ Naturmaterialien (z. B. Moos, Wurzeln, Äste, Zweige, Federn etc.)

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

TIPP

KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME



Bewegung sollte nicht nur Teil des Bewegungsunterrichts sein. Es empfiehlt sich, auch in der Klasse während der Unterrichtszeit kurze Spiele als „bewegte Pause“ anzubieten. Hier finden sich Übungen, die wenig Platz erfordern, keine Turngeräte benötigen und geringe Zeit in Anspruch nehmen. Bei einigen Spielen sind einfache Gegenstände wie Kreide, Luftballon, Kluppen, Steine, Radiergummi, Zeitung, Würfel, Schnur, Zettel und Stift nötig.

Die darauffolgenden Übungen und Spiele sind lustig und sollen den Kindern helfen, den Kopf durchzulüften und für bewegte Abwechslung während der Lerneinheit zu sorgen.

ABFHARTSHOCKE

Spielbeschreibung: Die Kinder stehen auf, legen die Handflächen auf die Knie und gehen mit dem Gesäß Richtung Boden in die Abfahrtshocke. Die Knie sind abgewinkelt und der Oberkörper ist nach vorne gebeugt. In dieser Position bleiben sie und beginnen mit dem Körper zu wippen, bleiben aber trotzdem in der Hocke. Den Kindern kann bildlich erzählt werden, dass sie einen Schihang hinunterfahren, die Abfahrt immer wilder wird, sie viele Unebenheiten überwinden müssen und sie deswegen immer stärker wippen müssen. Kurz vor dem Ziel müssen sie noch über mehrere Schanzen springen, wobei sie dafür mehrmals in die Luft springen und danach gleich wieder in die Hocke zurückkehren müssen.

UGOTCHI-Tipp:

Je lustiger und bunter die Geschichte erzählt wird, umso abgelenkter sind die Kinder von der eigentlichen Kräftigungsübung und die Ausführung fällt leichter.

TIPP

Material

- ▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

DER UNSICHTBARE STUHL

Spielbeschreibung: Jedes Kind sucht sich einen Platz an der Wand, lehnt sich mit dem Rücken daran und rutscht so weit nach unten, als ob es sich auf einen Stuhl setzen würde. Dann soll es diese Position für einige Zeit beibehalten.

Material

▶ kein Material erforderlich

UGOTCHI-Tipp: Die Kinder dürfen Bewegungen mit den Armen machen (z. B. Arme heben und senken, klatschen etc.) oder die Übungsleitung erzählt eine kurze Geschichte oder einen Witz. So werden die Kinder abgelenkt und die Kräftigungsübung fällt leichter

TIPP

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

DER LUFTSPRUNG

Spielbeschreibung: Die Kinder stehen hinter ihren Tischen und beginnen langsam auf der Stelle zu laufen. Zunächst ganz langsam und locker. Nach und nach wird das Tempo gesteigert und die Schritte werden immer schneller. Auf das Kommando der Übungsleitung springt jedes Kind kraftvoll in die Höhe.

Basale Variante: Die Assistenz klopft mit dem Kind mkB (evtl. geführt) auf dessen Oberschenkel. Dabei wird das Klopfen immer schneller. Beim Sprung werden die Arme nach oben gehoben.

Material


▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME

HAMPELMANN

Spielbeschreibung: Für diese Übung brauchen die Kinder etwas Platz neben sich. Gestartet wird mit geschlossenen Beinen im Stehen, um dann mit den Beinen in die Grätsche zu springen. Dies wird ein paar Mal wiederholt. Dann werden die Arme dazu genommen. Immer, wenn die Kinder in die Grätsche hüpfen, klatschen sie mit den Händen über dem Kopf zusammen. Immer, wenn sie die Beine schließen, klopfen sie sich seitlich auf die Oberschenkel.

Basale Variante: Die Assistenz führt die Arme des Kindes mKB im Takt.

Material

► kein Material erforderlich


 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

SCHIEFES BRETT

Spielbeschreibung: Jedes Kind tritt einen Schritt von der Tischplatte zurück, legt die Hände an die Tischkante und macht sich steif wie ein Brett. Nun werden in dieser Position Liegestütze gemacht, indem sich die Kinder mit dem Brustkorb der Tischplatte nähern und wieder hochdrücken.

Einfache Variante: Wenn die Übung zu anstrengend ist, können die Kinder auch Wandliegestütze machen. Je näher die Kinder an der Wand stehen, umso einfacher wird die Übung.

Material

► kein Material erforderlich

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

KOMMANDO

Spielbeschreibung: Die Übungsleitung erklärt zunächst vier Kommandos mit den dazugehörigen Aufgaben:

- Kommando Fuß – auf der Stelle trippeln
- Kommando Bauch – Hände auf den Bauch legen
- Kommando Hand – Arme hoch in die Luft strecken
- Kommando Knie – in leichter Hocke Hände auf die Knie legen

Die Kommandos werden ein paar Mal geprobt und erst danach beginnt das eigentliche Spiel. Die Übungsleitung ruft abwechselnd die verschiedenen Kommandos und die Kinder müssen so schnell wie möglich die richtigen Übungen ausführen.

Basale Variante: Die Assistenz führt die Kommandos mit dem Kind mkB durch.

Material

► kein Material erforderlich


 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

ARMDRÜCKEN

Spielbeschreibung: Die Kinder gehen paarweise zusammen, wobei darauf zu achten ist, dass sie ungefähr gleich stark sind. Die Paare setzen sich nun gegenüber auf, stellen die Ellenbogen des rechten Arms auf die Tischplatte und fassen sich an den Händen. Der zweite Arm kommt hinter den Rücken. Auf ein Kommando dürfen die Kinder nun Armdrücken und sich messen.

UGOTCHI-Tipp: Damit das Spiel fair ist, bleibt der Ellenbogen immer auf der Tischplatte und die zweite Hand hinter dem Rücken. Die Regeln müssen vor dem Spiel genau erklärt werden.

TIPP


Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

PARTNERÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME

DER STORCH

Spielbeschreibung: Jedes Kind soll ohne Schuhe auf einem Bein stehen. Schaffen die Kinder 20 Sekunden?

Schwierige Variante: Die Übung kann erschwert werden, wenn man sie mit geschlossenen Augen macht oder wenn mit den Händen gegen den Widerstand des angehobenen Knies gedrückt wird.



Material

► kein Material erforderlich

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE MOTORISCHE ANFORDERUNG

EINZELÜBUNG (E)

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

RIESE

Spielbeschreibung: Die Kinder machen sich so groß wie ein Riese. Dafür stellen sie sich auf die Zehenspitzen und strecken die Arme über den Kopf. So groß wie möglich bleiben die Kinder nun stehen, bis die Übungsleitung bis zehn gezählt hat.

Basale Variante: Die Assistenz führt die Arme des Kindes mkB und gemeinsam zählen alle bis zehn.

EINZELÜBUNG (E)

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

RADELN

Spielbeschreibung: Spielbeschreibung: Die Kinder sitzen auf dem Boden, stützen die Arme rückwärts ab und strampeln mit den Füßen.

Basale Variante: Sollte diese Bewegung mit den Beinen/Füßen möglich sein (Vorsicht wegen der Hüfte), kann die Assistenz die Beine/Füße führen.

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

Material

- ▶ kein Material erforderlich

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

RIESE - ZWERG

Spielbeschreibung: Die Kinder stellen sich auf die Zehenspitzen, strecken die Arme über ihren Kopf und machen sich ganz groß. Dabei werden Bauch und Gesäß angespannt. Dann gehen sie in die Hocke und machen sich ganz klein.

Basale Variante: Die Bewegung kann mit dem ganzen Körper gegebenenfalls mit Unterstützung der Assistenz durchgeführt werden (z. B. Gesicht mit großen/kleinen Augen, offenem/geschlossenem Mund oder geöffneten/geschlossenen Armen und Händen etc.)

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

Material

- ▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE



KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME

SCHRAUBE

Spielbeschreibung: Die Kinder setzen sich auf die Sessselkante und verschränken die Finger. Die Ellenbogen sind in Schulterhöhe. Nun drehen sie die Oberkörper abwechselnd nach links und rechts.

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

GROSSES V

Spielbeschreibung: Die Kinder setzen sich aufrecht hin und führen mit dem Einatmen die gestreckten Arme wie ein großes V nach oben. Mit dem Ausatmen lassen sie die Arme wieder sinken.

Basale Variante: Die Assistenz führt die Arme des Kindes mkB.

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE



TIERZAUBEREI

Spielbeschreibung: Ein Kind stellt sich vor die Klasse und bekommt einen „Zauberstab“. Es nennt seinen Namen, spricht einen selbst erfundenen Zauberspruch und verwandelt alle Kinder - seinem Namen entsprechend - in bestimmte Tiere. Das geht so: Für jeden Buchstaben seines Namens wird ein Tier ausgewählt, das die Kinder dann nacheinander nachahmen müssen.
Z. B.: Das Kind mit dem Zauberstab heißt LUKAS, es sagt: „Ich verwandle euch alle in einen LÖWEN.“ Alle Kinder ahmen so gut es geht einen Löwen nach. Und weiter: „... in einen UHU ... in eine KATZE ... in einen ADLER ... in eine SCHLANGE“.

Einfache Variante: Es werden Bilder von den Tieren aufgehängt, damit sich die Kinder leichter erinnern. Für jeden Anfangsbuchstaben wird nur ein Tier ausgewählt.

Basale Variante: Das Kind mkB darf mithilfe der Assistenz den Zauberstab führen und die Kinder verzaubern.

Material

► Zauberstab

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE KÖGNITIVE ANFORDERUNG

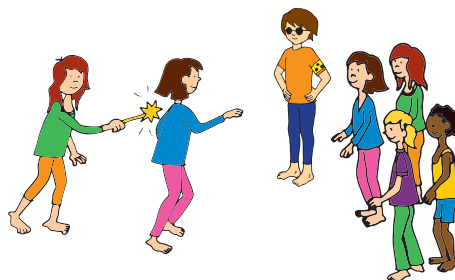
 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G



KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME

WAS IST ANDERS?

Spielbeschreibung: Die Übungsleitung geht mit den Kindern eine Abfolge von einfachen Bewegungen durch, bis diese die Reihenfolge kennen. Nach einigen Wiederholungen bringt die Übungsleitung eine Änderung ein und die Kinder müssen diese benennen sowie die richtige Abfolge zeigen.

Material

- ▶ kein Material erforderlich
- ▶ evtl. Musik

UGOTCHI-Tipp: Die Übungsleitung studiert eine Art Tanz ein. Die Musik kann hier gut unterstützen.

TIPP

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

 KINDER IM ROLLSTUHL

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

SPIEGELHÄNDE

Spielbeschreibung: Zwei Kinder gehen paarweise zusammen. Sie stehen gegenüber und halten, ohne sich zu berühren, die Hände dicht aneinander. Kind „A“ vollführt Bewegungen, „B“ macht diese als Spiegelbild nach. Die Kinder bewegen den ganzen Körper: hinsetzen, hinlegen, auf Zehenspitzen, umdrehen, überkreuzen, alles ist möglich. Die Hände müssen dabei immer nahe beisammenbleiben, ohne sich wirklich zu berühren.

Material

- ▶ kein Material erforderlich

UGOTCHI-Tipp: Blinde Kinder dürfen die Handflächen des Partners berühren, um so die Bewegungen ausführen zu können.

TIPP

Basale Variante: Gemeinsam mit der Assistenz bewegt das Kind mkB die Hände und führt die Bewegungen durch.

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

PARTNERÜBUNG

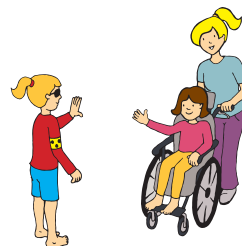
P

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

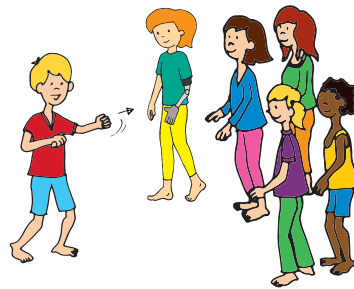
G



SPORTARTENPANTOMIME

Spielbeschreibung: Der Reihe nach darf sich jedes Kind eine Sportart ausdenken und diese pantomimisch vormachen. Alle Kinder machen die Bewegungen nach und sollen erraten, um welche Sportart es sich handelt.

Basale Variante: Soweit möglich, macht die Assistenz eine geführte Bewegung mit dem Kind.



Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

SCHERE - STEIN - PAPIER

Spielbeschreibung: Die Kinder gehen paarweise zusammen. Die Spielregeln lauten: Schere schneidet Papier, Stein zerschlägt Schere, Papier umwickelt Stein. Diese werden kurz erklärt. Die Kinder stellen sich gegenüber auf und spielen das Spiel.

UGOTCHI-Tipp: Blinde Kinder ertasten die Hand des Partnerkindes und erfahren so das gespielte Symbol. Dies benötigt etwas mehr Zeit.

TIPP

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

PARTNERÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 



KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME

VERRÜCKTER SESSEL

Spielbeschreibung: Die Kinder stehen hinter ihren Tischen und laufen, eventuell mit Musik, locker am Stand. Die Übungsleitung nennt nun ein Körperteil (z. B. Nase, linker Ellenbogen, rechter Fuß etc.), woraufhin die Kinder die Lehne ihres Sessels mit dem genannten Körperteil berühren sollen. Es können auch Teile des Sessels und Körpers genannt werden, die dann zusammengeführt werden (z. B. Sitzfläche und rechte Ferse, oder Sesselbein und Nase etc.).

Basale Variante: Anstatt auf der Stelle zu laufen, klopft die Assistenz auf die Oberschenkel des Kindes mkB und legt dann ein Sandsäckchen auf das genannte Körperteil.

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

Material

- ▶ kein Material erforderlich
- ▶ evtl. Sandsäckchen (Variante)

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

LACHNUMMER

Spielbeschreibung: Die Kinder sitzen auf ihren Sesseln. Ein Kind darf nach vorne gehen und versuchen, die anderen Kinder durch wilde, lustige Bewegungen, Geräusche und Grimassen zum Lachen zu bringen. Das Kind, welches als erstes lacht, geht nun nach vorne.

Basale Variante: Das Kind mkB soll in der Gruppe die Freude spüren.

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

Material

- ▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

WARM ODER KALT

Spielbeschreibung: Die Kinder gehen paarweise zusammen. Kind A versteckt einen Gegenstand, während Kind B die Augen geschlossen hat. Ist der Gegenstand versteckt, darf B die Augen öffnen und zu suchen beginnen. A darf helfen, indem es "kalt" sagt, wenn sich B weit vom Gegenstand entfernt aufhält oder in die falsche Richtung schaut, und "warm", wenn B sich dem versteckten Gegenstand nähert. Ist der Gegenstand gefunden, werden die Rollen getauscht. Das Spiel lässt sich auch mit mehreren Personen spielen. In diesem Fall versteckt ein Kind einen Gegenstand für mehrere Kinder.

UGOTCHI-Tipp: Anstatt die Augen zu verbinden, kann ein Tuch über den Kopf gelegt werden.

TIPP

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

PARTNERÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 



KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME

FAMILIE MAYER GEHT IN DEN ZOO

Spielbeschreibung: Alle Kinder sitzen auf ihren Plätzen. Folgende neun Charaktere werden unter den Kindern aufgeteilt. Vater Mayer, Mutter Mayer, Eva, Maxi, Dackel Waldemar, Affe, Löwe Elefant, Giraffe. Ist es eine größere Gruppe, so bilden alle übrigen Kinder den Zoo.

Die Kinder bekommen ihre Namen zugeteilt. Die untenstehende Geschichte wird von der Übungsleitung vorgelesen. Bei jeder Erwähnung des entsprechenden Namens steht das genannte Kind auf, hüpft einmal in die Höhe und setzt sich dann wieder hin. Bei Nennung der Familie Mayer laufen alle Familienmitglieder und bei der Nennung Zoo laufen alle Tiere.

„Heute ist ein herrlicher Sonntag!“, sagt Vater Mayer zur Mutter Mayer. „Was würdest du sagen, wenn wir heut einen Besuch im Zoo machen würden?“ „Gute Idee!“, antwortet Mutter Mayer. „Eva, Maxi kommt schnell, wir gehen in den Zoo!“ „Zu den Affen und Löwen?“ fragt Maxi. „Und auch zu den Elefanten?“, will Eva wissen. „Ja.“, antwortet Vater Mayer, „und auch zu den Giraffen.“ „Darf Dackel Waldemar auch mitkommen?“, fragt Eva freudvoll. „Freilich darf der Dackel Waldemar auch mit.“ Die Familie Mayer bereitet sich auf den Ausflug vor. Vater Mayer und Maxi holen die Fahrräder aus der Garage. Maxi freut sich, er liebt das Fahrradfahren. Eva setzt den Dackel Waldemar in den Hundekorb, der auf dem Fahrrad von Mutter Mayer montiert ist. „Los geht’s!“, ruft die Familie Mayer, „Wir radeln in den Zoo!“ Vater Mayer besucht zuerst mit Mutter Mayer den Käfig der Affen. Eva und Maxi gefällt es am besten bei den Giraffen. Plötzlich ruft Eva: „Maxi, wo ist Dackel Waldemar?“ „Ich kann den Dackel Waldemar auch nicht sehen. Vielleicht ist er bei den Elefanten.“ Maxi sucht den Dackel Waldemar nicht nur bei den Elefanten, er sucht ihn gemeinsam mit Eva auch bei den Löwen. Die Kinder informieren Mutter und Vater Mayer. Mutter Mayer ist bestürzt: „Bei den Affen und den Giraffen war er auch nicht!“ Nun sucht die Familie Mayer den Dackel Waldemar im gesamten Zoo, doch der Hund ist nicht zu finden. Wo ist er nur? Der brave Dackel Waldemar wartet bei den Fahrrädern. Wer hätte das gedacht? Die Familie Mayer ist überglücklich, den Dackel Waldemar wieder gefunden zu haben. Wenn die Familie Mayer das nächste Mal in den Zoo geht, wird sie den Dackel Waldemar an die Leine nehmen.

Basale Variante: Auch das Kind mkB bekommt eine Rolle zugeteilt. Anstatt zu hüpfen, führt die Assistenz die Arme in die Höhe. Wenn alle laufen, wird das Kind mkB mitgeschoben.

Material

- ▶ kein Material erforderlich



KLEINGRUPPE



GROSSGRUPPE



ACHTERSCHLEIFE

Spielbeschreibung: Jedes Kind nimmt ein Papierknäuel, Radiergummi oder einen anderen kleinen Gegenstand in die Hand und stellt sich mit gegrätschten Beinen hin. Nun ziehen die Kinder mit dem Gegenstand eine liegende Acht durch ihre Beine, indem sie sich den Gegenstand immer wieder selbst übergeben.

Basale Variante: Das Kind mkB darf die Gegenstände in seiner Hand spüren und die Assistenz fährt mit dem Papierknäuel an den Beinen und Armen des Kindes entlang.

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

Material

- ▶ Radiergummi, Papierknäuel oder anderer kleiner Gegenstand

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

WÜRFELMISCHMASCH

Spielbeschreibung: Jeder Augenzahl eines Würfels wird ein Körperteil zugeordnet (z. B.: 1 = linkes Knie, 2 = rechte Schulter, 3 = rechter Ellenbogen, 4 = linker Fuß etc.). Die Übungsleitung würfelt und die Kinder müssen das jeweilige Körperteil so schnell wie möglich hochheben und wieder absetzen.

Basale Variante: Die Assistenz berührt die Körperteile des Kindes mkB, belegt sie mit Sandsäckchen oder klopft diese mit verschiedenen Gegenständen ab.

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

Material

- ▶ Würfel
- ▶ evtl. Sandsäckchen oder verschiedene Gegenstände (Variante)

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

 BASALE VARIANTE

KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME

ZEITUNGSBLATT

Spielbeschreibung: Die Kinder rücken mit ihren Sesseln etwas zurück, legen ein Zeitungsblatt vor sich auf den Boden und führen folgende Übungen im Sitzen aus:

- mit den Zehen das Zeitungsblatt nehmen und „Fenster putzen“ (im und gegen den Uhrzeigersinn)
- kreisende Bewegungen ausführen, Wechsel linkes und rechtes Bein
- Zeitungsblatt mit beiden Füßen bügeln (ausstreifen)
- Zeitungsblatt mit den Zehen in der Mitte nehmen und winken
- mit den Zehen nehmen, hochwerfen und mit den Händen fangen
- Zeitungsblatt mit den Zehen dem Kind neben sich geben

Material

- ▶ Zeitung

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

STEIN WERFEN

Spielbeschreibung: Eine Zeitung liegt am Boden. Aus angemessener Entfernung muss nun eine Münze oder ein Stein so geworfen werden, dass die Münze oder der Stein auf der Zeitung liegen bleibt. Je nach Abstand zur Zeitung wird das Spiel einfacher oder schwieriger.

Basale Variante: Die Assistenz oder das Kind mkB macht mit der Zeitung Geräusche.


Material

- ▶ Stein oder Münze
- ▶ Zeitung

 KINDER IM ROLLSTUHL

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

BUNTES BALLONTREIBEN

Spielbeschreibung: Jedes Kind hat einen Ballon und treibt diesen in der Luft vor sich her. Die Kinder sollen sich in der Klasse bewegen, ohne diesen zu verlieren. Wie viele Runden können die Kinder im Klassenzimmer drehen?

Auf ein Kommando muss jedes Kind den Ballon mit einem anderen Kind in der Luft tauschen.

Material

▶ Luftballone

 KINDER IM ROLLSTUHL

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

UGOTCHI-Tipp:

Manche Kinder erschrecken sich, wenn ein Luftballon platzt. Die Luftballone sollten daher nicht zu prall aufgeblasen werden.

TIPP

Basale Variante: Der Luftballon wird befühlt und kann geworfen werden.

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

ZISCHZIELBALL

Spielbeschreibung: Alle Kinder erhalten einen leeren Luftballon, den sie möglichst groß aufblasen und dessen Öffnungen sie fest geschlossen halten. Von der Übungsleitung wird nun auf alle Ballone eine Nummer geschrieben. Von einer Startlinie aus lassen alle Kinder gleichzeitig ihre Luftballone los.

Basale Variante: Das Kind mkB kann den Ballon eventuell selbstständig festhalten und loslassen oder mit Hilfe der Assistenz am Spiel teilnehmen.

Material

▶ Luftballone

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

UGOTCHI-Tipp:

Manche Kinder erschrecken sich, wenn ein Luftballon platzt. Die Luftballone sollten daher nicht zu prall aufgeblasen werden.

TIPP

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME



ZAUBERKLEBER

Spielbeschreibung: Allen Kindern wird „symbolisch“ ein magischer Zauberkleber auf die Hände gegeben. Anschließend bewegen sich die Kinder im Raum. Auf ein Signal hin bleiben alle Kinder stehen und die Übungsleitung bestimmt: „Der Zauberkleber klebt am Boden / an der Wand / an der Bank / am Bauch“. Die Hände müssen anschließend so lange dort „kleben“, bis das Signal sie wieder erlöst und sich die Kinder wieder im Raum bewegen. Po, Ellenbogen, Knie und Kopf sind weitere Möglichkeiten, den Zauberkleber anzubringen.

Basale Variante: Die Assistenz führt die Bewegungen mit dem Kind mkB durch.

Material

- ▶ Tube überzogen mit Glitzerfolie

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

DER ZAUBERSTEIN

Spielbeschreibung: Jedes Kind sucht sich seinen persönlichen Zaubersstein. Danach finden sich alle Kinder in einem Kreis zusammen. Ein Kind steht in der Kreismitte.

Das Kind in der Mitte schüttelt seinen Zaubersstein in den geschlossenen Händen und ruft: „Zaubersstein, Zaubersstein, alle Kinder sollen Füchse sein!“

Und 1 - 2 - 3, verwandeln sich die Kinder in Füchse. Sie laufen herum, bellen, buddeln und fressen als wären sie Füchse.

Das nächste Kind darf nun in die Mitte und schüttelt seinen Zaubersstein. „Alle Kinder sollen Eichhörnchen sein!“ Aber das kann sich schon bald wieder ändern, weil ein anderes Kind in die Mitte tritt und seinen Stein schüttelt und alle Kinder erneut verzaubert werden.

Aber ein richtiger Zaubersstein kann auch sprechen. Er wird nun nicht mehr in der geschlossenen Hand geschüttelt, sondern vorsichtig mit beiden Händen um die eigene Achse gedreht.

Danach hält man seinen Stein ans Ohr und sagt:

„Mein Stein sagt, alle Kinder stehen auf einem Bein!“

Jeder Zaubersstein sagt etwas anderes, was die Kinder tun sollen. So soll man hüpfen, springen, lachen, mit den Beinen baumeln und so weiter.

Material

- ▶ 1 Stein pro Kind

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

STILLE RÜCKENPOST

Spielbeschreibung: Ungefähr fünf oder sechs Kinder stehen mit Blick in eine Richtung in einer Reihe hintereinander. Das letzte Kind in der Reihe beginnt und malt dem Kind vor sich einen Buchstaben, ein Wort, eine Zahl oder ein Symbol auf den Rücken. Nach dem „Stille-Post-Prinzip“ wird das Wort von einem Kind zum nächsten weitergegeben, also auf den Rücken gezeichnet. Was kommt beim ersten Kind in der Reihe an?

Material

► kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

UGOTCHI-Tipp:

Auch Grimassen oder Bewegungen können weitergegeben werden. Dazu tippt das hintere Kind das Kind vor sich an. Dieses dreht sich um, bekommt eine Grimasse oder eine Bewegung gezeigt, die es weitergibt.

TIPP

Basale Variante: Die Assistenz kann im Einzelsetting den Rücken des Kindes mKB bemalen. Alternativ kann auch in die Handfläche oder auf den Bauch gemalt werden.

KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME

DER WACHHUND

Spielbeschreibung: Die Kinder bilden einen Sesselkreis. Ein Kind kommt in die Mitte und legt sich dort auf den Boden. Es symbolisiert einen „Hund“. Vor dem Hund liegt ein Schlüsselbund, den er zu bewachen hat. Es soll Nacht sein und um die Dunkelheit zu symbolisieren, werden dem Hund die Augen verbunden oder es wird ein Tuch über den Kopf gelegt, damit er nichts mehr sehen kann. Jetzt muss er sich ganz auf sein Gehör verlassen. Die anderen Kinder im Sesselkreis sind „Diebe“, die dem Hund den Schlüsselbund wegnehmen wollen. Hört der Hund, dass sich ihm ein Kind nähert, muss er bellen und in die Richtung zeigen, aus der er etwas gehört hat. Hat der Hund richtig gehört, darf er weiterhin Hund bleiben, rät er dreimal falsch, kommt ein anderes Kind in die Mitte. Gelingt es einem Kind, den Schlüsselbund ungehört zu entwenden, so darf es in der nächsten Runde der Hund sein.

Material

- ▶ Schlüsselbund
- ▶ Tuch zum Verbinden der Augen

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

TAST-KIM

Spielbeschreibung: Auf dem Tisch liegen unter einem großen Tuch verschiedene Früchte oder Gegenstände: z. B. Apfel, Banane, Orange, Walnuss, Ball, Schlüsselbund etc. Nacheinander greifen die Kinder mit beiden Händen unter das Tuch und erfühlen die verschiedenen Dinge. Niemand darf darunter sehen und niemand darf auch nur das Geringste verraten. Sobald ein Kind glaubt, es kenne nun alle Dinge unter dem Tuch, nimmt es die Hände wieder vor und flüstert der Übungsleitung ins Ohr, was es sich gemerkt hat. Die Übungsleitung notiert sich die Zahl der richtig genannten Früchte oder Gegenstände. Dann ist das nächste Kind an der Reihe.

Schwierige Variante: Das Spiel kann auch als Tastmemory gespielt werden. Dazu liegen die Gegenstände paarweise (z. B. zwei Äpfel, zwei Bälle etc.) unter dem Tuch und die Kinder müssen die Paare ertasten.

Basale Variante: Dem Kind mit mkb werden die verschiedenen Gegenstände als Tasterfahrung angeboten.

Material

- ▶ Tuch
- ▶ Gegenstände zum Ertasten (Obst, Gemüse, Ball etc.)

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 



NASEN-KIM

Spielbeschreibung: Die Übungsleitung hat unterschiedliche Geruchsmaterialien vorbereitet: halbierte Früchte wie Äpfel, Orangen, Bananen, Fläschchen mit Essig, Parfüm, Stücke von Schokolade, Wurst, Käse und vieles mehr. Dem ersten Kind werden nun die Augen verbunden. Dann hält ihm die Übungsleitung einen der Gerüche unter die Nase und das Kind muss raten, was es ist. Dann ist das nächste Kind an der Reihe.

Basale Variante: Die Gerüche werden dem Kind mkB als Riecherfahrung angeboten.

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

Material

- ▶ unterschiedliche Geruchsmaterialien (z. B. Orangen, Essig, Parfüm, Käse etc.).

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

HÖR-KIM

Spielbeschreibung: Quer durchs Zimmer hängt ein Leintuch von einer Schnur herab und verdeckt den davorsitzenden Kindern die Sicht. Hinter dem Tuch steht die Übungsleitung und macht mit vorbereiteten Gegenständen unterschiedliche Geräusche, die erraten werden müssen: Nüsse knacken, ein Streichholz anzünden, Wasser in ein Glas gießen, Papier zerreißen, Luftballon aufblasen, Ballspielen etc.

Einfache Variante: Zuerst werden alle Gegenstände gesehen und kennengelernt und dann erst hinter dem Tuch gehört.

Schwierige Variante: Die Kinder müssen sich die Reihenfolge der Geräusche merken.

Basale Variante: Die Assistenz bietet dem Kind mkB die Materialien als Tast- und Hörerfahrung an.

Material

- ▶ verschiedene Materialien, um Geräusche zu erzeugen

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G



KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME

EINFRIEREN UND AUFTAUCHEN

Spielbeschreibung: Die Kinder stehen hinter ihren Tischen. Sie stellen sich vor, dass ein langer Wintertag im Freien hinter ihnen liegt und sie sich wie eingefroren fühlen. Dazu machen sie sich ganz steif und spannen jeden Muskel des Körpers an – von den Zehen bis zu den Fingerspitzen. Der Reihe nach darf nun jedes Kind ein Körperteil nennen, das aufzutauen beginnt. Dieses Körperteil wird wieder warm und darf bewegt werden. Nach und nach taut so der ganze Körper auf.

Basale Variante: Die Assistenz führt sanften Druck auf das genannte Körperteil aus.

Material


- ▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

EINZELÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

VERSTECKTE GEGENSTÄNDE

Spielbeschreibung: Es bilden sich beliebig viele Kleingruppen mit maximal fünf Kindern. Jede Gruppe erhält einen Zettel und einen Stift. Am Boden liegen zumindest 15 verschiedene Gegenstände, die durch ein Tuch abgedeckt werden. Dieses Tuch wird nun entfernt und nach 20 bis 30 Sekunden werden die Gegenstände wieder abgedeckt. Die einzelnen Gruppen haben nun ungefähr eine Minute Zeit, um möglichst alle Gegenstände aufzuschreiben. Die Gruppe, die anschließend die meisten richtigen Gegenstände aufgeschrieben hat, gewinnt. Für falsch aufgeschriebene Gegenstände können auch Minuspunkte bzw. Abzüge erteilt werden.

Material

- ▶ verschiedene Materialien
- ▶ 1 Tuch
- ▶ Zettel und Stifte

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

UGOTCHI-Tipp: Die Schwierigkeit kann über die Anzahl an Gegenständen und die Zeit zum Merken variiert werden.

TIPP

JAGDHUNDE

Spielbeschreibung: Alle Kinder dürfen an einer Creme oder einem Öl riechen. Zwei zu „Jagdhunden“ bestimmte Kinder müssen kurz vor die Türe gehen und bekommen dort die Augen verbunden. Die Übungsleitung markiert mit der Creme bzw. dem Öl vier Kinder am Handgelenk, welche nun zu den „Hasen“ werden. Die ganze Gruppe stellt sich im Raum auf, die Jagdhunde dürfen nun hineinkommen und schnüffeln an den Handgelenken der Kinder, um die Hasen zu finden.

- Basale Variante:**
- Als Hase kann das Kind mkB uneingeschränkt am Spiel teilnehmen.
 - Die Düfte werden dem Kind als Geruchswahrnehmung angeboten.

Material

- ▶ Creme oder Öl, um die Hasen zu markieren

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

GERÄUSCHPAARE

Spielbeschreibung: Die Übungsleitung teilt Kärtchen an alle Kinder aus. Unter den Karten befinden sich je zwei Paare mit gleichen Wörtern, Geräuschen, Tierstimmen etc. Alle Kinder bewegen sich nun im Raum und ahmen das ihnen zugeweilte Wort/Geräusch/die Tierstimme nach. Das Ziel ist, dass sich die Paare so schnell wie möglich finden.

PARTNERÜBUNG 

KLEINGRUPPE 

GROSSGRUPPE 

Material

- ▶ Kartenpaare mit Wörtern, Geräuschen, Tierstimmen etc.

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER



KURZE SPIELE FÜR KLEINE RÄUME

GERÄUSCHKULISSE

Spielbeschreibung: Die Gruppe einigt sich auf fünf Geräusche, z. B.: klatschen, stampfen, patschen, schnalzen etc. Alle Geräusche werden geübt, sodass jedes Kind die Geräusche gut kennt. Danach wird ein Kind – der Lauscher – hinausgeschickt und die Gruppe schließt ein Geräusch aus. Alle Kinder gehen nun im Raum umher und machen durcheinander die vier verbliebenen Geräusche. Der Lauscher kommt mit zurück und muss erhören, welches Geräusch fehlt. Über die Anzahl an Geräuschen kann die Schwierigkeit variiert werden.

Einfache Variante: Es können Instrumente verwendet werden.

Schwierige Variante: Statt der Geräusche werden Reimwörter verwendet (Klasse, Masse, Kasse, fasse etc.)

Material

▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 HOHE KOGNITIVE ANFORDERUNG

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)

SCHATTENBEWEGUNG

Spielbeschreibung: Die Kinder gehen paarweise zusammen. Die Paare stellen sich hintereinander auf. Ein Kind bewegt sich, z. B. Armbewegungen, gehen, hinsetzen, über Hindernisse steigen etc. Das andere ahmt es parallel als Schatten nach. Nach kurzer Zeit erfolgt ein Rollentausch.

UGOTCHI-Tipp: Blinde Kinder berühren den Partner, um die Bewegungen zu erspüren.

TIPP

Material

▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

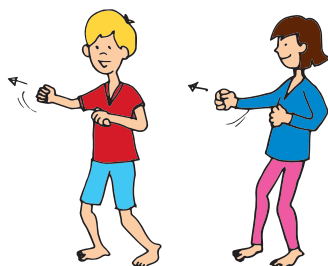
 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

PARTNERÜBUNG (P)

KLEINGRUPPE (K)

GROSSGRUPPE (G)



ABKLOPFEN

Spielbeschreibung: Alle Kinder stehen auf und klopfen sich den ganzen Körper ab. Sie sollen dabei nicht die Waden und Zehen vergessen, dafür machen sie sich ganz klein.

Basale Variante: Die Assistenz klopft die Körperteile des Kindes mkB sanft ab.

EINZELÜBUNG

E

KLEINGRUPPE

K

GROSSGRUPPE

G

Material

- ▶ kein Material erforderlich

 KINDER IM ROLLSTUHL

 BLINDE KINDER

 GEHÖRLÖSE KINDER

 BASALE VARIANTE



ANHANG

GEFÜHLE WÄHREND DER STUNDE

Der gute Umgang mit und das Ausdrücken von Gefühlen sind ein wesentlicher Bestandteil in der Arbeit mit Kindern. Die Übungsleitung ist ein Vorbild, indem sie selbst ihre Emotionen reflektiert und dies zum geeigneten Zeitpunkt eventuell auch mit den Kindern teilt. z. B.:

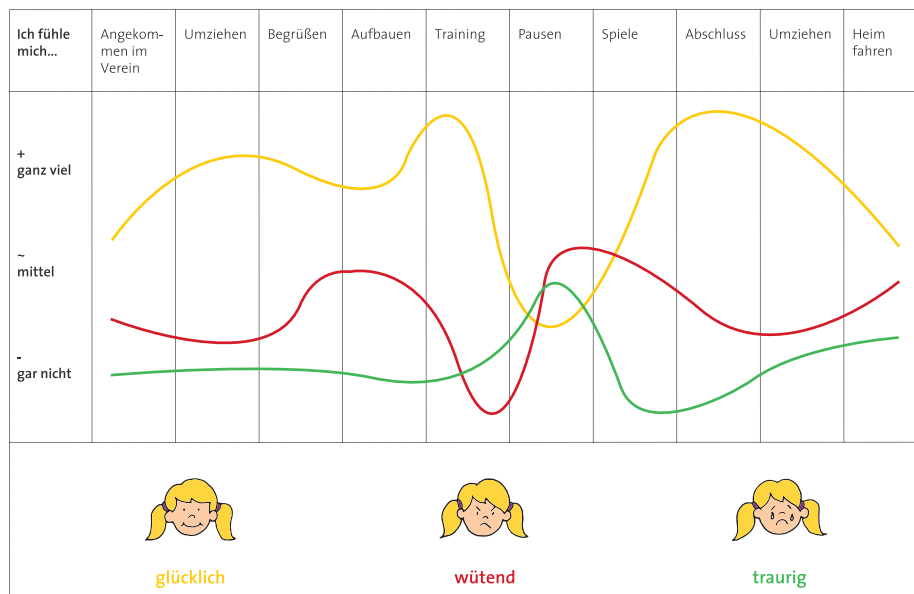
- „Heute hat mir das Training mit euch richtig viel Spaß gemacht.“
- „Es macht mich traurig, wenn ich bemerke, dass ein Kind ausgelacht wird.“

Darüber hinaus kann die Übungsleitung durch einfache Methoden den Kindern näherbringen, dass Gefühle auch hier in dieser Gruppe Platz haben. Ein weiteres Ziel dieser Übung ist es, möglicherweise unbemerkte Probleme oder Ängste, die einzelne Kinder in Bezug auf die Bewegungseinheit haben, erkennbar zu machen.




In der Vorlage wird ein typischer Ablauf eines Vereinstrainings skizziert, in dem die Kinder eintragen können, wann sie sich glücklich, traurig und wütend fühlen. Diese Übung kann bei Bedarf mit den Kindern durchgeführt und das Gefühleblatt dem Setting entsprechend angepasst werden.

Wenn vermehrt wütende oder traurige Nennungen vorkommen, dann sollte genau hingesehen werden, was dem zu Grunde liegt und wie etwas verändert werden kann. Dabei ist zu bedenken, dass manche Kinder sich möglicherweise nicht trauen, der Übungsleitung zu sagen, wenn ihnen etwas nicht gefällt. Um die Rückmeldungen anonym einzuholen, eignet sich eine Feedback-Box. In diese können die Kinder ihre ausgefüllten Gefühleblätter anonym einwerfen.

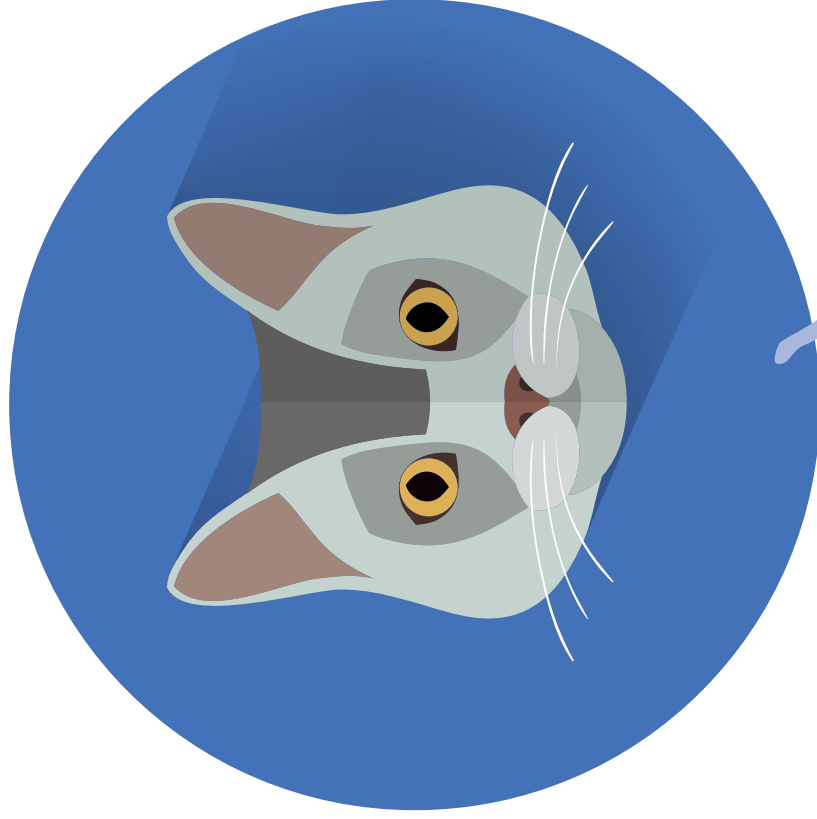
BEISPIEL EINES AUSGEFÜLLTEN GEFÜHLEBLATTES



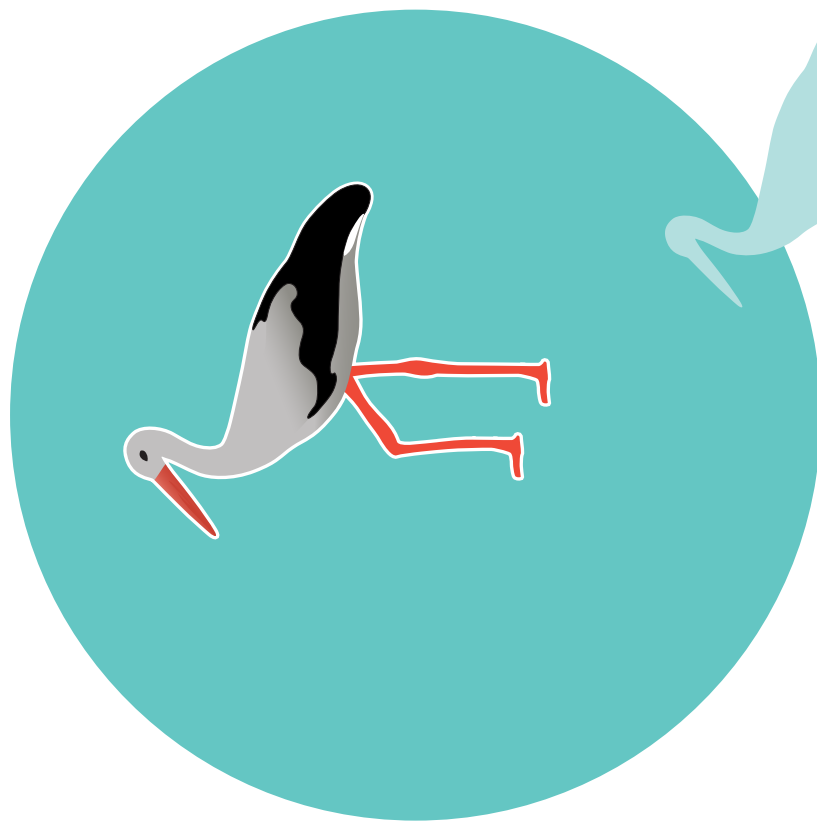
GEFÜHLEBLATT

Ich fühle mich...	Angekommen im Verein	Umziehen	Begrüßen	Aufbauen	Training	Pausen	Spiele	Abschluss	Umziehen	Heim fahren
+ ganz viel										
~ mittel										
- gar nicht										
										
	glücklich	wütend	traurig							

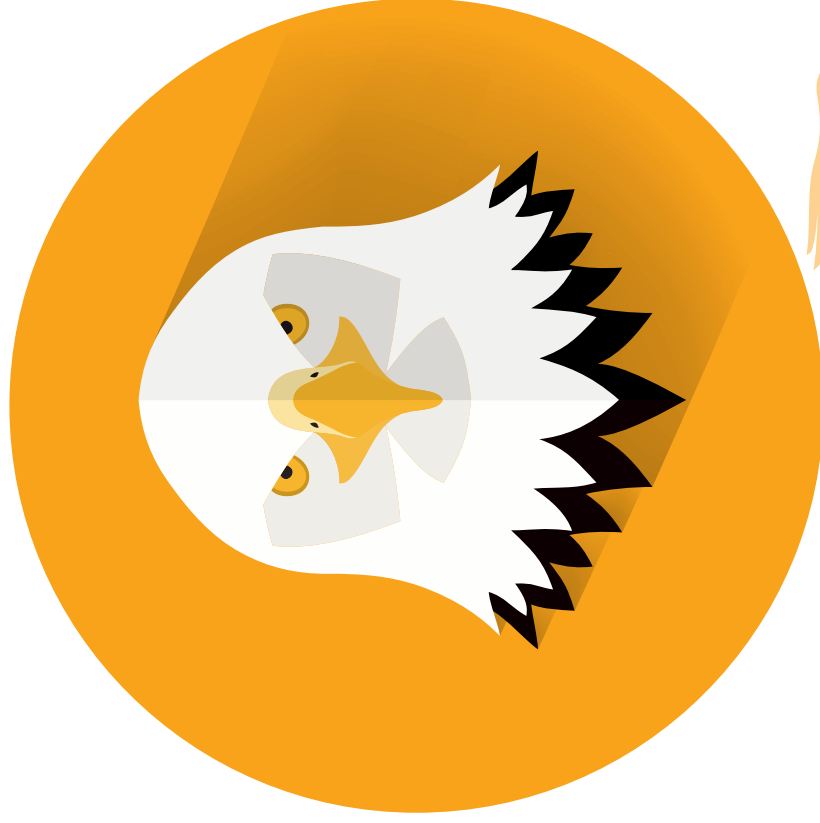
GESCHMEIDIG WIE EINE KATZE



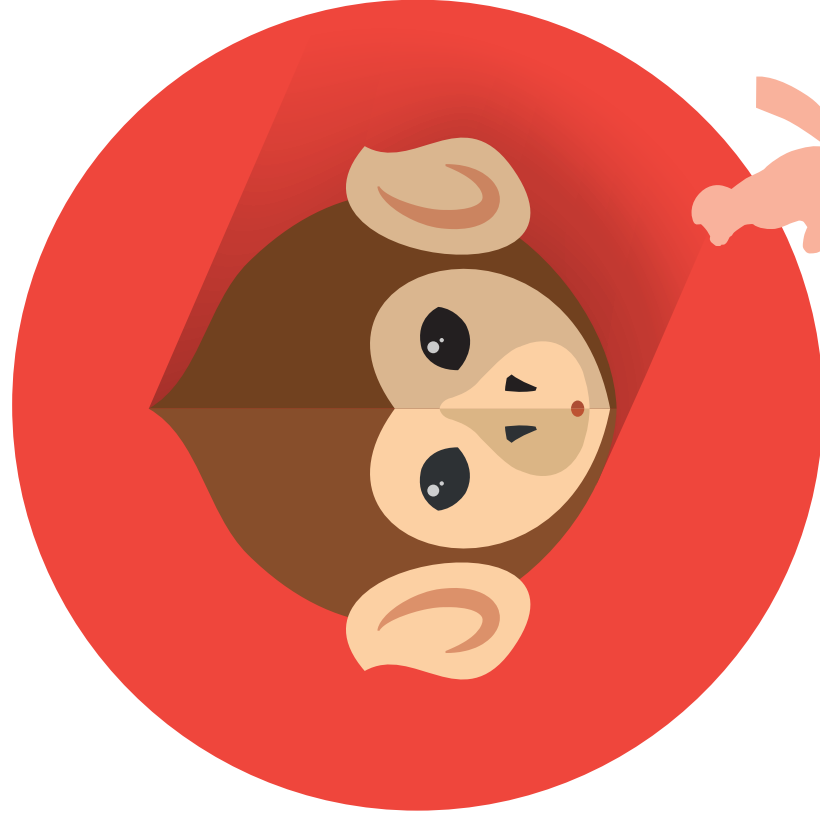
BALANCIEREN WIE EIN STORCH



ZIELGENAU WIE EIN ADLER



GESCHICKT WIE EIN AFFE



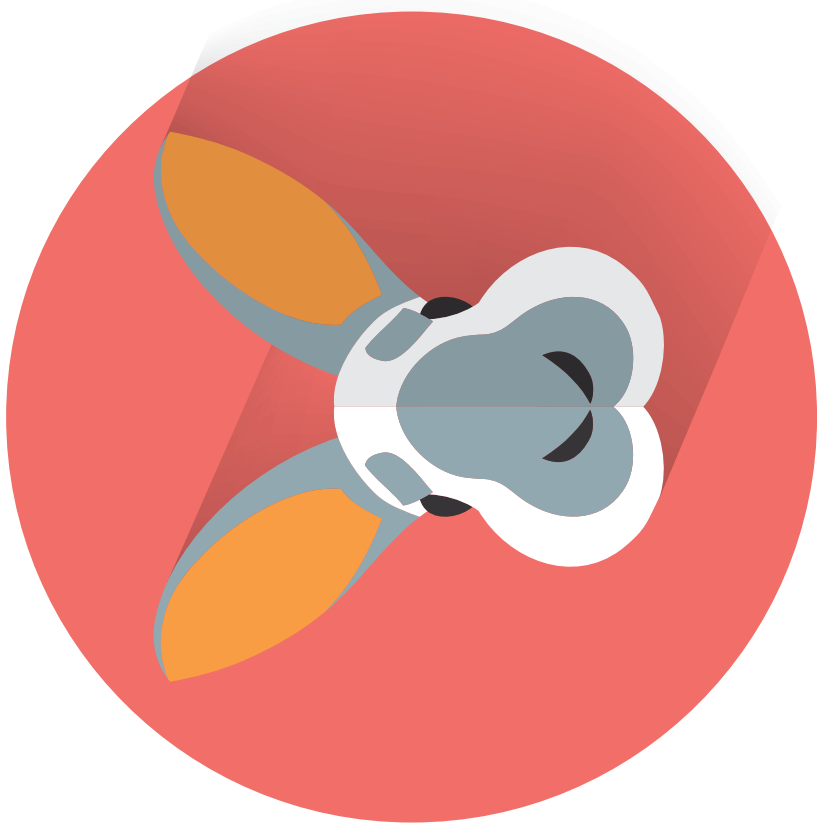
STARK WIE EIN BÄR



MUTIG WIE EIN LÖWE



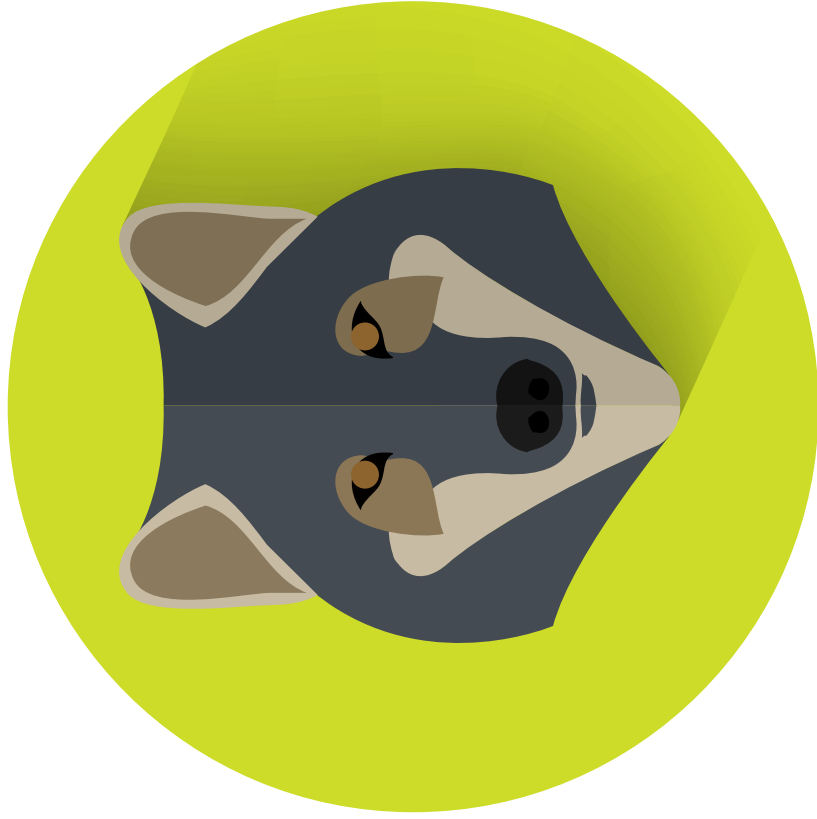
FLINK WIE EIN HASE



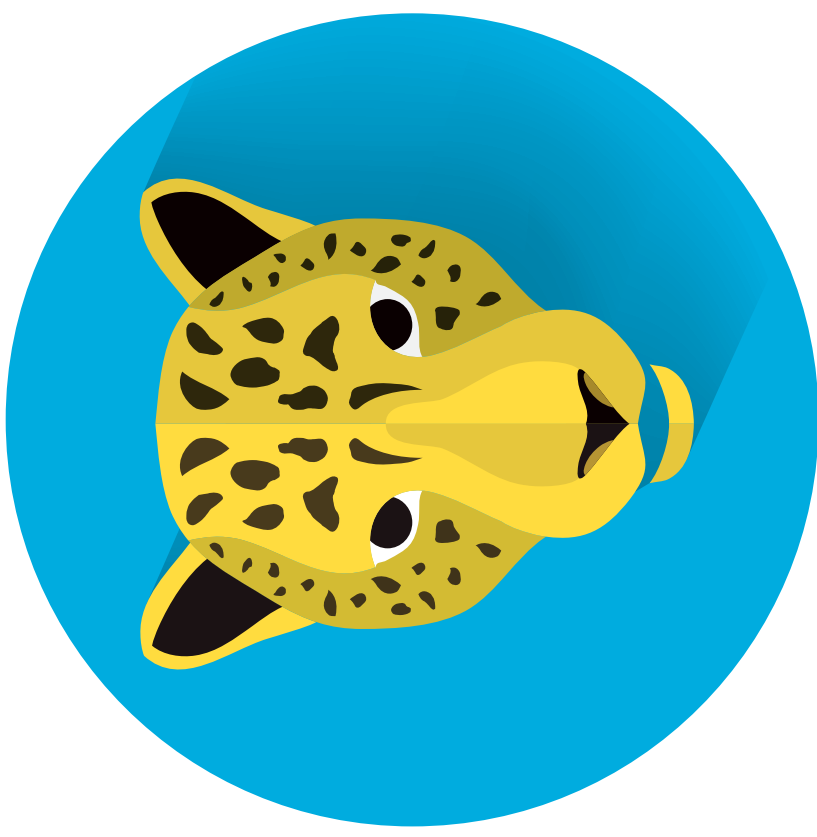
HÜPFEN WIE EIN KÄNGURU



AUSDAUERND WIE EIN WOLF



SCHNELL WIE EIN GEPARD















URKUNDE



PUNKTELISTE

Name: _____

BEWEGUNG	PUNKTE
 Balancieren wie ein Storch	
 Geschmeidig wie eine Katze	
 Geschickt wie ein Affe	
 Zielgenau wie ein Adler	
 Mutig wie ein Löwe	
 Stark wie ein Bär	
 Hüpfen wie ein Känguru	
 Flink wie ein Hase	
 Schnell wie ein Gepard	
 Ausdauernd wie ein Wolf	
GESAMTPUNKTE:	



GRUPPE

NAMEN

1

2

3

4

5



BEWEGUNGSFEST



WICHTIGE BEGRIFFE IM ÜBERBLICK

Assistenz: Assistenzarbeit dient der Unterstützung für erforderliche Tätigkeiten, die Kinder mit sonderpädagogischem Förderbedarf aufgrund ihrer individuellen und spezifischen Beeinträchtigungen nicht ohne Hilfe ausführen können.

Aufmerksamkeitsstörung: Kindern mit Aufmerksamkeitsstörung fällt es schwer, von allen Umweltreizen nur die gerade relevanten Reize herauszufiltern. Die Aufmerksamkeitsspanne ist sehr kurz und oft zeichnet die betroffenen Kinder auch ein erhöhter Bewegungsdrang und sehr impulsives Verhalten aus.

Autismus: Autismus ist eine tiefgreifende Entwicklungsstörung, die als Autismus-Spektrum-Störung diagnostiziert wird. Diese tritt in unterschiedlichen Ausprägungen und häufig in einem oder mehreren der folgenden Bereiche auf: Schwierigkeiten bei der Informationsverarbeitung der Sinnesorgane, Filterprobleme in Bezug auf bedeutende und unbedeutende Reize, Auffälligkeiten bei der sprachlichen und nonverbalen Kommunikation, Spezialinteressen mit vertieftem Wissen, sich wiederholende und stereotyp ablaufende Verhaltensweisen etc.

basal: die Basis bildend, fundamental, grundlegend, elementar

basale Stimulation / basale Variante: Basale Stimulation ist eine Kommunikationsmöglichkeit zur Förderung von Menschen, deren Wahrnehmung beeinträchtigt ist. Die eingesetzten Mittel aktivieren die Wahrnehmung und stimulieren die Sinne. Dies kann durch den Einsatz von Gerüchen, Berührungen, Bewegung oder etwa Musik erfolgen.

Behinderung/Beeinträchtigung: „Zu den Menschen mit Behinderungen zählen Menschen, die langfristige körperliche, seelische, geistige oder Sinnesbeeinträchtigungen haben, welche sie in Wechselwirkung mit verschiedenen [gemeint sind: einstellungs- und umweltbedingte] Barrieren an der vollen, wirksamen und gleichberechtigten Teilhabe an der Gesellschaft hindern können.“ (Artikel 1 der UN-Behindertenrechtskonvention)

Geeignet für blinde Kinder: Die Kennzeichnung im Skript „Geeignet für blinde Kinder“ weist jene Spiele aus, die auch von Kindern mit gänzlich fehlendem oder nur äußerst gering vorhandenem visuellen Wahrnehmungsvermögen gespielt werden können.

Geeignet für gehörlose Kinder: Die Kennzeichnung im Skript „Geeignet für gehörlose Kinder“ weist jene Spiele aus, die auch von Kindern trotz vollständigen oder weitgehenden Fehlens der Hörfähigkeit gespielt werden können.

Geeignet für Kinder im Rollstuhl: Die Kennzeichnung im Skript „Geeignet für Kinder im Rollstuhl“ weist jene Spiele aus, die auch von im Rollstuhl sitzenden Kindern mit Lähmung gespielt werden können. Oberhalb der Verletzungshöhe ist bei diesen Kindern eine motorische oder sensible Funktion gegeben.

Gruppengröße: Einzel-/Partnerübung/Klein-/Großgruppe: Im Skript wird unter einer Kleingruppe eine Gruppe von sechs bis acht Personen verstanden. Eine Gruppe ab ca. acht Personen wird als Großgruppe bezeichnet. Spiele mit Kleingruppeneignung sind bei einem großen Betreuungsschlüssel gegebenenfalls auch mit größeren Gruppen möglich.

Heterogenität: Heterogenität (auch: Inhomogenität) bezeichnet die Uneinheitlichkeit der Elemente einer Menge zu einem oder mehreren Merkmalen. Im pädagogischen Zusammenhang meint Heterogenität die Verschiedenartigkeit der SchülerInnen und bezeichnet folglich nichts anderes als eine Gruppe von Kindern mit unterschiedlichen Eigenschaften.

Hörbeeinträchtigung: Hörbeeinträchtigung ist eine Beeinträchtigung des Hörvermögens, von Hörminderung über Schwerhörigkeit bis hin zu bleibender Gehörlosigkeit. Visuelle Hilfen wie Lippenlesen oder die Gebärdensprache können für diese Kinder/Menschen unterstützend zum Einsatz kommen.

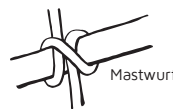
hohe kognitive Anforderung: Im Skript werden unter dieser Kategorie Spiele ausgewiesen, die in Punkto Aufmerksamkeit, Erinnerung, Lernen, Kreativität, Planen, Orientierung, Vorstellungskraft oder Wille eine hohe Anforderung an die Kinder aufweisen. Darüber hinaus spielen sozial-emotionale Anforderungen wie etwa Regelbewusstsein, Fairplay, Teamfähigkeit etc. eine große Rolle.

hohe motorische Anforderung: Im Skript werden unter dieser Kategorie Spiele ausgewiesen, die eine hohe Anforderung an die Fein- und/oder Grobmotorik sowie die Koordination aufweisen. Durch Hilfestellungen oder den Einsatz von einfacheren Varianten können auch physisch „schwächere“ Kinder an diesen Spielen teilnehmen.

Inklusion: Das Konzept der Inklusion beschreibt eine Gesellschaft, in der jeder Mensch akzeptiert wird und gleichberechtigt sowie selbstbestimmt an dieser teilhaben kann – unabhängig von Geschlecht, Alter oder Herkunft, von Religionszugehörigkeit oder Bildung, von Behinderungen oder sonstigen individuellen Merkmalen. Inklusion ist ein Menschenrecht und als solches in der UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen geregelt.

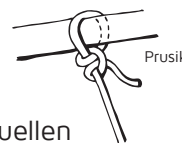
Kind mkB = Kind mit komplexen Beeinträchtigungen: Komplexe Behinderung ist die Bezeichnung für eine Beeinträchtigung des ganzen Menschen in all seinen Lebensvollzügen. Betroffen davon sind alle Erlebens- und Ausdrucksmöglichkeiten, wie emotionale, kognitive, körperliche, soziale und kommunikative Fähigkeiten.

Mastwurf: Ein Mastwurf ist ein Knoten zur Befestigung eines Seiles an einem Gegenstand, welcher sich auch bei Belastung nicht festzieht.



mkB = mit komplexen Beeinträchtigungen

Prusik: Ein Prusik, oder auch Prusikschlinge, ist ein Klemmknoten, der sich unter Belastung zuzieht und sich bei Entlastung wieder lockert.



Sehbeeinträchtigung: Sehbeeinträchtigung ist eine dauerhafte massive Einschränkung der visuellen Wahrnehmungsfähigkeit – von leichter bis hochgradiger Sehbehinderung bis hin zu Blindheit. Hier spielt die auditive und taktile Unterstützung eine wichtige Rolle.

Sonderpädagogik: Die Sonderpädagogik beschäftigt sich mit Kindern und Jugendlichen, für die ein sogenannter besonderer bzw. sonderpädagogischer Förderbedarf festgestellt wurde. Sonderpädagogischer Förderbedarf bedeutet, dass die Kinder (je nach Art und Schwere der Beeinträchtigung) Förderung durch spezielle Maßnahmen benötigen: z. B.: Anwendung eines anderen Lehrplanes, spezielle Lehrmittel bzw. Lehrmethoden, zusätzliche PädagogInnen und AssistentInnen, bauliche Veränderungen etc.

UGOTCHI: UGOTCHI, das kleine gelbe Küken, ist das Maskottchen der SPORTUNION und steht für Kinderaktivitäten im Sportverband.



Wahrnehmungsstörungen: Bei diesen Kindern werden die unterschiedlichen Umweltreize zwar von den Sinnesorganen aufgenommen, aber dann im Gehirn nicht richtig verarbeitet bzw. interpretiert. Manche Kinder reagieren gegenüber Berührungen oder taktilen Materialien sehr empfindlich oder impulsiv, andere Kinder wirken tollpatschig oder besonders waghalsig und wild.

Wiffzack: Wiffzack ist ein Inklusionsprojekt der SPORTUNION Tirol und der SPORTUNION Salzburg zur Bewegungsförderung von Kindern mit Beeinträchtigung. Im Zuge des Projekts werden Sportvereine und sonderpädagogische Bildungseinrichtungen zusammengebracht.



LITERATURTIPPS

AUVA: Mach mit - Bewegung hält fit!: Lernprogramm für die tägliche Bewegungszeit. Karteikartenset, 2015

Bechheim, Yvonne: Erfolgreiche Kooperationsspiele: Soziales Lernen durch Spiel und Sport. Limpert Verlage, 5. Auflage 2017

Bierögel, Sybille: Sternstunden - Turnen mit Alltagsmaterialien & Kleingeräten: Fantasiervolle Turnstunden kinderleicht umsetzbar in Kiga, Grundschule und Verein. Ökotopia Verlag, 2014

Bierögel, Sybille & Hemming, Antje: Sternstunden im Kinderturnen: Fantastisches Erlebnisturnen mit 64 Geräte-Karten, kompletten Stundenbildern und zahlreichen Fotobeispielen. Ökotopia Verlag, 2011

Fachausschuss Wissenschaft, Special Olympics Deutschland e.V.: Inklusion in Bewegung: Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam im Sport. Sport-Thieme, 2014

Fediuk, Friedhold: Sport in Heterogenen Gruppen: Integrative Prozesse in Sportgruppen mit behinderten und benachteiligten Menschen. Meyer + Meyer Fachverlag, 2007

Friedl, Johanna: Spielend die Sinne entdecken: Einzelspiele und Spieleinheiten für Kinder zwischen 2 und 10 Jahren. Ravensburg, 2001

Kapustin, Peter & Kapustin-Lauffer, Tatjana: Ich will auch ... wie DU! Sport, Spiel und Spaß zusammen mit beeinträchtigten Kindern. Limpert Verlag, 2009

Kiphard, Ernst J.: Psychomotorische Entwicklungsförderung, Bd. 1: Motopädagogik Taschenbuch. Verlag modernes lernen 2009

Lange, Harald: Grundschulsport: Erfolgreiche Praxisideen in attraktiven Stundenbildern. Limpert Verlag, 2012

Michael Schoo (Hrsg.): Sport für Menschen mit motorischen Beeinträchtigungen. 1. Auflage, 2010

Renate Macher-Meyenburg (Hrsg.) & Claudia Koch (Hrsg.): Praxishandbuch Grundschule für Bewegung und Sport. Leykam Verlag, 2014

QUELENNACHWEISE

UGOTCHI Stundenbilder
UGOTCHI Bewegungsstationen
UGOTCHI Bewegungsspiele mit und ohne Geräte
UGOTCHI Team.Geist
UGOTCHI Bewegungspausen für die Klasse und den Hof
Behindertenrechtskonvention:
<https://www.behindertenrechtskonvention.info/teilnahme-am-kulturellen-leben-3939> (29.4.2021)

IMPRESSUM

Herausgeber

SPORTUNION Österreich
Falkestraße 1, 1010 Wien
www.sportunion.at
Tel: +43 1 513 7714



Inhalt und Text

SPORTUNION Salzburg: Mag. Martina Braun und Mag. Mariella Bodingbauer

ExpertInnen SPORTUNION Salzburg:

Gascho Oliver, BSc., BEd.
MMag. Martina Leiter
Michaela Plöbst

ExpertInnen SPORTUNION Tirol:

Stefanie Knoll, BSc., BSc
Iris Mittendorfer, MSc.
Mag. Dominik Rolli
Mavin Wilhelm, MSc., BSc., BSc.
Emanuel Fischer, MSc., BSc.

Illustration: MMag. Christina Hötzing

Grafik und Layout: www.mokka.at

Druck: Friedrich Druck & Medien GmbH

