

Olympische Winterspiele

Ein sportliches Projekt

Skispringen

Die Kinder bekommen natürlich über ihre Eltern, älteren Geschwister und Medien DAS sportliche Großereignis des Jahres mit: Die „Olympischen Winterspiele“. Nachdem mir aufgefallen ist, wie sehr die Kinder dieses Thema beschäftigt, habe ich ein Projekt mit unterschiedlichen Disziplinen erarbeitet. Bei uns stehen allerdings nicht das Gewinnen im Vordergrund, sondern der gemeinsame Spaß und vor allem die Freude an der Bewegung. Und es gibt auch „neue Disziplinen“, denn jeder Austragungsort hat ja die Möglichkeit, Sportarten zu veranstalten, die es bisher noch nicht gab.

Brigitte Richter

Vorbereitung und Überlegungen

- Sammeln und besprechen Sie mit den Kindern, welche Sportarten es bei den Olympischen Winterspielen gibt und legen Sie dazu Bildmaterial aus.
- Ergänzen Sie (je nach Bedarf und Lust) die bei den Kindern bereits bekannten Sportarten durch „Spezialdisziplinen“, die es exklusiv nur in Ihrer Einrichtung gibt.
- Sie können dieses Projekt über mehrere Tage hinweg veranstalten, oder als Bewegungsbaustelle mit mehreren Stationen anbieten oder auch nur eine Sportart in Ihren Wochenplan aufnehmen.

Schlittschuhlaufen/Eiskunstlauf

Materialien: glatter Boden, pro Kind zwei Staublappen (o. Ä.), evtl. Musik

So geht's:

Die Kinder sollen sich vorstellen, dass der Raum in eine Eisfläche verwandelt

wurde. Nur mit Socken bekleidet, sollen sie versuchen, über die Eisfläche zu gehen. Damit die Kinder dann ins Gleiten kommen, bekommt jedes zwei Staublappen, auf die es sich stellen soll (Schlittschuhe).

Achtung! Die Schlittschuhe dürfen dabei nicht verloren gehen! Wer schon geschickter ist, kann Kunststücke erfinden oder zeigen. Bitte beachten Sie, dass Sie alle Hindernisse, an denen sich die Kinder stoßen könnten (denn sie werden anfangs immer wieder hinfallen!) beiseiteräumen. Es ist eine ganz wunderbare Übung für das Gleichgewicht, für die Dosierung zwischen Kraft (Lappen nicht verlieren) und Gleiten, für das Wählen von Raumwegen und für die Geschicklichkeit, wenn Kunststücke erfinden werden.

Variationen:

Eine kleine Kür erfinden und diese dann dem Publikum zeigen oder zur Musik laufen (z. B. „Die Schlittschuhläufer“ von Emil Waldteufel), oder mit einem Partner eine Choreografie entwickeln.

Eishockey

Materialien: pro Kind zwei Staublappen, ein Hockeyschläger, ein Schaumstoffball

So geht's:

Jedes Kind bekommt seine Schlittschuhe (Staublappen), einen Hockeyschläger und einen Ball und „lernt“ zunächst diese Sportart. Sind die Kinder dann einigermaßen geschickt, können sich jeweils zwei, drei oder mehrere Kinder den Ball zuspielen. Zu beachten ist dabei, dass die Kinder bereits vorher Erfahrungen beim „Schlittschuhlaufen“ machen konnten und so die Geschicklichkeit des Gleitens bereits erprobt haben, denn zur Fortbewegung mit den Schlittschuhen kommt nun ja noch das Spiel mit dem Schläger und das Treffen/Zuspielen eines Balls dazu.

Variationen:

Kann auch als Gruppenspiel veranstaltet werden mit zwei Mannschaften, zwei Toren und mit/ohne Torwart.

Langlauf

Materialien: pro Kind zwei Staublappen, zwei Stäbe, Kreppband, evtl. Materialien für einen Parcours

So geht's:

Jedes Kind bekommt zwei Staublappen als Ski und zwei Stäbe und versucht, sich durch den Raum zu bewegen und einen markierten Weg (Kreppband) abzulaufen.

Variationen:

Der markierte Weg kann auch kleine Steigungen beinhalten oder um Hindernisse führen. Manche Einrichtungen haben auch das psychomotorische Übungsgerät: „Pedalo Sommerski.“ Dabei können zwei oder mehrere Kinder sich gemeinsam „skimäßig“ auf den Weg machen. Da heißt die Aufgabe dann nicht mehr „Gleiten“, sondern es müssen gleichzeitig, die Füße gehoben und gesenkt werden.

Langlauf

Rodeln

Schlittschuh



Schneeflocken fangen

Schneeflocken fangen

Materialien: pro Kind eine (später auch mehrere) „Schneeflocken“: Federn, Chiffontücher, Styroporflocken

So geht's:

Jedes Kind spielt für sich selbst. Es bekommt eine Schneeflocke, die es hochwirft und wieder fangen soll. Die Schneeflocke wird mit der Hand, dem Fuß, dem Rücken gefangen. Beobachten Sie die Kinder und bereiten Sie genannte Materialvarianten vor. Die vorgeschlagenen Materialien haben unterschiedliche Flugeigenschaften, die dem einen oder anderen Kind das Fangen erleichtern.

Variationen:

Ein Spielleiter wirft viele Federn in die Luft, das Kind soll so viele Flocken wie möglich fangen.

Zwei (oder mehrere Teams) versuchen, so viele Flocken wie möglich zu fangen (so können Sie auch „ungeübteren“ Kindern helfen, als Teammitglied ein Erfolgserlebnis zu bekommen).

Ein Spielleiter (Erwachsener oder Kind/ mehrere Kinder) wirft „Flocken“ hoch, die Kinder versuchen, sie zu fangen und in einen Behälter abzulegen. Alle im Behälter liegenden Schneeflocken werden vom Spielleiter wieder hochgeworfen. Wer ist Sieger: der Spielleiter oder die Schneeflockenfänger?

Materialwechsel: statt Federn – weiße Luftballons als Schneeflocken nehmen und mit einer Fliegenklatsche soll die Schneeflocke möglichst lange in der Luft gehalten werden (wie oft wurde die Schneeflocke „angestoßen“?)

Schneeball werfen

Materialien: mehrere kleine Bälle zur Verfügung stellen, Zielpunkt: Korb, Dosen, Kreuz an der Wand markieren

So geht's:

Es gibt „Schneebälle“, die möglichst zielgenau abgeworfen werden sollen, z. B. in einen Korb, an eine markierte Stelle an der Wand, auf aufgestellte Dosen.

Variationen:

Als Gruppenspiel „Schneeballschlacht“: Zwei Felder werden markiert. In jedem Feld steht eine Mannschaft mit gleicher Anzahl an Schneebällen (Schaumstoffbälle, Luftballons). Die Mannschaften bewerfen sich gegenseitig mit Schneebällen. Welche Mannschaft hat nach einer vorher vereinbarten Zeit (Sanduhr oder Eieruhr) wie viele Schneebälle in ihrem Feld?

Schneeball fangen: jeweils zwei (oder mehrere) Kinder werfen sich gegenseitig Schneebälle zu, die gefangen werden sollen. Bitte stellen Sie für diese Spielideen nur „Schneebälle“ aus weichem Material zur Verfügung, damit es keine Verletzungen gibt.

Rodeln

Materialien: Sprossenwand und Langbank, ggf. Teppichfliese (oder Tuch)

So geht's:

An eine Sprossenwand wird eine Langbank angebracht. Je nach Alter der Kinder weniger steil oder steiler oder, falls möglich, mehrere Variationen. Auf der einen Seite klettert das Kind die Sprossenwand hoch, es setzt sich auf die Langbank und rutscht herunter.

Variationen:

Sitzend, auf dem Bauch liegend, auf dem Rücken liegend, paarweise ... Nimmt man eine Teppichfliese oder ein Tuch als Rutschhilfe, geht es „rasanter“ den Berg hinunter. Bitte beachten Sie, dass die Langbank zusätzlich mit einem Seil an der Sprossenwand abgesichert werden sollte und je nach Untergrund (Boden) Weichmatten aufgelegt werden. Bei dieser Übung sollte unbedingt ein Erwachsener danebenstehen.

Skispringen

Materialien: Kasten, Weichbodenmatte

So geht's:

Kästen in unterschiedlichen Höhen werden aufgestellt. Das Kind soll auf den Kasten klettern und dann auf die Weichbodenmatte springen.

Variationen:

Zunächst macht es den Kindern einfach Spaß, sich auf die Weichbodenmatte fallen zu lassen. Erst wenn dieser Spaß ausreichend befriedigt ist, kann auf Haltung beim Sprung und bei der Landung geachtet werden. Bieten Sie dazu Kästen in unterschiedlichen Höhen an, es ist noch „kein Meister vom Himmel gefallen!“

Iglu bauen

Materialien: Reifen

So geht's:

Aus 6 Reifen ein Iglu bauen. Wenn er fertig ist, soll das Kind versuchen, hinein- und hinaus-zu-schlüpfen – hält das Iglu dann noch? Ansonsten muss nachgebessert werden. Es gilt dabei zu beachten, dass zunächst ein Reifen auf den Boden gelegt werden muss, damit die anderen Reifen stehen bleiben.

Fotos: B.Richter



Schlepplift fahren

Variationen:

Mehrere Iglus bauen bzw. die gebauten Iglus für andere Kinder, die Lust zum Hinein- und Hinausschlüpfen haben, stehen lassen.

Schlepplift fahren

Materialien: Sprossenwand, langes Seil, Rollbrett, Matte

So geht's:

Zwischen zwei Sprossenwänden wird ein Seil gespannt. An einem Ende ist der Startpunkt, das Kind setzt sich auf das Rollbrett und zieht sich am Seil auf die andere Seite. Es berührt die Sprossenwand (oder berührt eine angebrachte Glocke) und zieht sich wieder zurück. Federn Sie jeweils die Sprossenwand mit einer Matte ab, damit sehr dynamische Kinder nicht an diese „knallen“.

Eisstockschießen

Materialien: Kegel, Bälle

So geht's:

Von einer Startlinie aus sollen aufgestellte Kegel mit einem Tennisball (oder je nach Alter entsprechend größere Bälle) umgeworfen werden. Dabei muss so

lange gespielt werden, bis alle Kegel umgeworfen sind (Wie viele Würfe braucht das Kind?) oder es wird gezählt, wie viele Kegel mit einer abgesprochenen Anzahl von Bällen umgeworfen wurden.

Variation:

Es können auch zwei oder mehrere Kinder (Teams) diese Aufgabe bewältigen. Achtung: Es braucht Helfer, die die Kegel wieder für die nächsten Teilnehmer:innen aufstellen und die Bälle einsammeln.

Noch 3 Ideen ...

1. Sprechen Sie mit Ihrem Team und veranstalten Sie gemeinsam dieses Projekt. **Die Kinder haben dann mehrere Wettkampftage**, bei denen unterschiedliche Disziplinen angeboten werden.

2. **Die Kinder können sich eine „Medaille“ erarbeiten**, indem sie einen Wettkampfpfad abzeichnen oder abstempeln lassen oder (noch schöner) ein Foto eingeklebt bekommen, wenn sie diese Sportart ausreichend geübt haben. Es geht nicht darum, so viel wie möglich „abzuarbeiten“, sondern für die einzel-

nen Disziplinen sollte auch genügend Zeit zur Verfügung stehen, um die Körperwahrnehmung, die Geschicklichkeit, das Gleichgewicht, evtl. auch gemeinsam mit einem Partner oder der Gruppe zu üben!

3. **Teams spielen miteinander.** Prima Idee für ein lustiges Eltern-Kind-Projekt: jede Familie spielt als Team. Da können auch größere/kleinere Geschwister mitspielen, aber auch Großeltern. Dabei gilt immer: es gibt keine Gewinner und Verlierer! Das Team gewinnt! Statt eines traditionellen Sommerfestes könnte auch einmal ein Winterfest mit unterschiedlichen Stationen durchgeführt werden. Natürlich kann die ein oder andere Disziplin auch im Freien durchgeführt werden: ein besonders großer Spaß – wenn es genügend Schnee gibt?!

Brigitte Richter, Musik-, Psychomotorik- und Montessoripädagogin. Sie arbeitet mit Kindern ab zwei Jahren und ist zudem in der Aus- und Fortbildung für Erzieher:innen tätig.

Kontakt
b.richter.musik@arcor.de