

Modul «Zusammen bewegt»

Darum geht's

«schule bewegt» ist ein nationales Programm des Bundesamts für Sport BASPO, das die tägliche Bewegung in den Schulen fördert. Alle teilnehmenden Schulklassen verpflichten sich zu mindestens 20 Minuten täglicher Bewegung.

«Zusammen bewegt» bietet die Möglichkeit, auf einfache und spielerische Art das Thema der Integration aufzugreifen. Es richtet sich an Lehrpersonen, die mit gemeinsamer Bewegung den Zusammenhalt innerhalb der Klasse unterstützen wollen. Es eignet sich sowohl für Bewegungspausen im Unterricht als auch für die Pausen- und Freizeitgestaltung.

Auf den Kartenvorderseiten werden die Grundübungen erläutert. Auf den Kartenrückseiten finden sich Spielvarianten sowie Impulsfragen, die Diskussionen über das Erlebte ermöglichen sollen. Mit dem Schlusspunkt kann eine entstandene Diskussion abgeschlossen werden.

Das Bilderbuch «nur wir alle» als Beilage zum Kartenset kann den Einstieg in das Modulthema erleichtern und soll die Umsetzung unterstützen.

Wir wünschen Ihnen viel Spass bei der täglichen Bewegung mit «schule bewegt»!

Mehr Infos und Umsetzungsideen auf: www.schulebewegt.ch



Herausgeber: Bundesamt für Sport BASPO

Autorenteam: Matthias Grabherr, Jonas Steiger, Evelyne Dürr

Mitarbeit: Jenny Pieth

Lektorat: Peter Bader

Zeichnungen: Kathrin Schärer

Layout: Lernmedien EHSM

Ausgabe: 2016



Mix

Produktgruppe aus vorbildlicher
Waldbirtschaft und anderen kontrollierten
Herkünften
www.fsc.org Cert.no. SCS-COC-100235
© 1996 Forest Stewardship Council



EDK | CDIP | CDPE | CDEP |

Schweizerische Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren
Confédération suisse des directeurs cantonaux de l'instruction publique
Confederazione Svizzera dei direttori cantonali della pubblica educazione
Confederaziun svizra dala directurs chantunala da l'educaziun publica



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO

Zusammen spielen

Das Kartenset umfasst die folgenden fünf Themenbereiche:

Respekt und Akzeptanz

Kommunikation und Kooperation

Vertrauen

Zusammenhalt

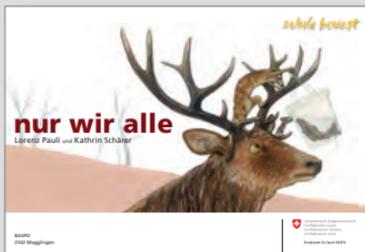
Regeln

Diese Themenbereiche werden im Zusammenhang mit dem beschriebenen Verständnis von Integration und Umgang mit Vielfalt (vgl. Karte «Zusammen leben») als zentral erachtet. Jeder Themenbereich umfasst vier spielerische Bewegungsaktivitäten. Auf den letzten Seiten des Kartensets werden die Themenbereiche kurz beschrieben.

Begleitgeschichte «nur wir alle»

Dem Kartenset liegt als begleitendes Unterrichtsmaterial das Bilderbuch «nur wir alle» bei. Die Geschichte zeigt Begegnungen verschiedener Individuen und ihre gemeinsamen Aktivitäten und wie dabei unterschiedliche Vorstellungen, Möglichkeiten und Bedürfnisse aufeinanderprallen. Sie kann einführend oder im Anschluss an die Aktivitäten gelesen werden und kann – insbesondere auf der Unterstufe – die Auseinandersetzung mit den Impulsfragen unterstützen. Die Illustrationen auf den Modulkarten sollen helfen, thematische Bezüge zwischen den durchgeführten Aktivitäten und der Geschichte herzustellen. Damit unterstützen sie auch den Prozess der Reflexion.

Bezugsquelle: www.basposhop.ch (nur ab 10 Exemplaren erhältlich im Rahmen der Sportförderung, im pädagogischen oder integrativen Kontext)



Zusammen lernen

Hinweis zu den Impulsfragen

Bewegungsaktivitäten, insbesondere in Gruppen, ermöglichen Erlebnisse, die Emotionen auslösen und deshalb während oder nach der Aktivität für Diskussionen sorgen. Diesem Umstand widmet sich die Spalte «Impulsfragen». Hier sind Fragen formuliert, mit denen im Anschluss an die Aktivität Bewegendes diskutiert werden kann. Die Lehrperson ist aufmerksam und greift Fragen auf, die aus der Durchführung der Aktivität hervorgehen. Eine Diskussion soll aber nicht erzwungen werden. Ziel der Diskussion ist es, Schülerinnen und Schüler dazu anzuregen, bestimmte Situationen nochmals durchzudenken und im Austausch mit den anderen zu verarbeiten. Je nach Alter der Schüler kann dies mehr oder weniger stark auf der Metaebene geschehen.

Hinweis zur Diskussionskultur

Wichtig ist eine offene Diskussionskultur, in der sich alle äussern. Dabei soll nicht gewertet werden – es gibt kein richtig oder falsch, kein gut oder schlecht. Die Aufgabe der Lehrperson besteht darin, eine solche Kultur mit den Schülerinnen und Schülern aufzubauen. Gelingt dies, trauen sich die Schüler, ihre Meinung zu äussern und sich auszutauschen – eine Diskussion entsteht.

Schlusspunkt

Findet eine Diskussion statt, soll sie mit einem Schlusspunkt abgeschlossen werden. Optimalerweise ergibt sich dieser aus der Diskussion in der Klasse. Kann kein Schlusspunkt gefunden werden, können die Vorschläge auf den Karten helfen.

Verbindung mit dem Schulunterricht

Die Diskussion, die durch die Impulsfragen angeregt wird, bietet der Lehrperson eine Möglichkeit, «Zusammen bewegt» in den Schulunterricht zu integrieren. So kann die Diskussion beispielsweise als Anlass genutzt werden, die eigene Ausdrucksweise in deutscher Sprache zu verbessern.



Modul

«Zusammen bewegt»

Zusammen leben

Ziel des Moduls «Zusammen bewegt» ist die Förderung der Bewegung und des positiven Umgangs mit Vielfalt innerhalb der Klasse. Ausgewählte Bewegungsaktivitäten sollen dazu beitragen, dass sich die Schülerinnen und Schüler mit sich selbst und ihrem sozialen Umfeld auseinandersetzen. Die Erlebnisse und Erfahrungen in den gemeinsamen Aktivitäten schärfen die Sinne der Kinder dafür, wie wichtig der soziale Zusammenhalt und der Umgang miteinander sind. Sie erfahren ausserdem, wie dieser Umgang gestaltet werden kann.

Hinweis zum Verständnis von Integration und zum Umgang mit Vielfalt

Der für dieses Kartenset verwendete Integrationsbegriff beruht auf einem Verständnis, das Integration in Abhängigkeit des Umgangs von unterschiedlichen Personen untereinander betrachtet. Wird gegenseitiger Respekt gezeigt, offen und transparent kommuniziert und besteht eine gewisse Vertrauensbasis, dann trägt dies zu einem positiven Umgang und damit zum Zusammenhalt innerhalb einer Gruppe bei.



Gruppenbildung

Gruppenbildung kann unangenehm sein

Für die beschriebenen Aktivitäten müssen oft Gruppen gebildet werden. Der Gruppenbildungsprozess ist eigentlich einfach, in der Praxis aber für viele immer wieder unangenehm. Vor allem schwächere Schüler spüren dies – die Spielfreude geht etwas verloren. Daher ist es wichtig, dass die Gruppenzusammensetzung oft auch dem Zufall überlassen wird. Freundinnen und Freunde sollen trotzdem die Möglichkeit haben, einmal zusammen zu spielen.

Mit den folgenden Vorschlägen kann die Klasse auf vielseitige und motivierende Art in Gruppen eingeteilt werden.

Gruppenbildung «anders gewählt»

Die Teamchefs werden bestimmt (z. B. drei). Diese stellen sich gut sichtbar mit genügend Abstand voneinander auf. Die restlichen Schüler stehen nach einem bestimmten Kriterium (z. B. Grösse) in einer Reihe. Der erste Schüler darf wählen, zu welchem Teamchef er gehen will, der Zweite darf zwischen den zwei verbleibenden Teamchefs auswählen. Der Dritte geht zum letzten Teamchef. Der nächste Schüler in der Reihe kann wieder frei wählen usw.

Hinweis: Möglichst ähnlich starke Teamchefs bestimmen.



Modul «Zusammen bewegt»

Gruppenbildung

Gruppenbildung nach Zufall

Grössere Gruppen:

- Verschiedene Tierkärtchen verteilen. Jede Tierart versucht sich durch das jeweilige Tiergeräusch als Gruppe zu versammeln.
- Kärtchen mit ähnlichen Familiennamen (z. B. Müller, Brüller) und der dazugehörigen Familienrolle (Vater, Mutter, Tochter, Hund usw.) verteilen. Auf «Los!» müssen sich die Familienmitglieder durch Rufen ihres Namens finden und sich in der zuvor bestimmten Reihenfolge der Familienmitglieder einordnen.
- Jasskartenset mit der richtigen Anzahl und Aufteilung der Karten für die benötigte Gruppengrösse vorbereiten. Die Schülerinnen ziehen sich ihre Gruppe.
- Nach Kriterium (z. B. Alter, Grösse, Haarfarbe usw.) in eine Reihe stehen, durchnummerieren.
- Jeder Schüler würfelt sich mit dem «schule bewegt»-Würfel seine Gruppenfarbe. Beim Joker darf die Gruppe gewählt werden. Beim Erreichen des Gruppenmaximums einer Farbe wird erneut gewürfelt.

Zweiergruppen:

- Pro zwei Schüler liegt ein Faden in einem Bündel. Jeder Schüler zieht an einem Fadenende. Wer am selben Faden zieht, bildet ein Paar.
- Ein Bild wird in zwei Teile geschnitten und den Schülerinnen verteilt. Die passenden Teile bilden ein Paar (Variante: Memory-Karten verwenden).



Respekt und Akzeptanz

1, 2 oder 3

«Für drinnen»

Organisation: Definiert drei verschiedene Bereiche. Nummeriert sie mit Zonen 1 bis 3.

Modul

«Zusammen bewegt»

Spielidee: Bestimmt eine Bewegungsart und bewegt euch ausserhalb der Zonen.

Der Spielleiter formuliert eine Meinung oder ruft ein Merkmal (z. B. Augenfarbe, Körpergrösse, Hobby, «Ich bin der Meinung, dass...», «Ich fühle mich...») in den Raum. Trifft die Aussage auf euch zu, geht ihr schnell in Zone 1. Trifft sie nicht zu, geht ihr in Zone 2.

Falls ihr euch nicht entscheiden könnt, platziert ihr euch in Zone 3. Wer als letztes eine der drei Zonen betritt, gibt die Bewegungsart für die nächste Runde vor (z. B. rennen, auf allen vieren gehen, hüpfen).

Hinweis: Die gewählte Meinung oder das Merkmal können eine Aufspaltung oder ein Zusammenfinden der Klasse bewirken.



Respekt und Akzeptanz

Variante: Bewegt euch zur Musik. Sobald die Musik stoppt, ruft der Spielleiter eine Meinung oder ein Merkmal. Wer als Letzter eine Zone betritt, bestimmt die neue Meinung oder ein Merkmal.



Impulsfragen

- Ist euch das Entscheiden einfach oder schwer gefallen?
- Wie habt ihr euch in den Feldern gefühlt?
- Was heisst das für uns, dass wir uns in gewissen Dingen ähnlich sind bzw. unterscheiden?

Schlusspunkt

Manchmal sind wir anders, manchmal sind wir gleich. Beides ist gut.

Respekt und Akzeptanz

Achtung Stromschlag!

«Für drinnen»

Organisation: Bildet Gruppen von 5 Personen. Spannt eine Schnur etwa auf Kniehöhe (z. B. an Stühlen oder Tischen befestigt).

Modul

«Zusammen bewegt»

Spielidee: Die Lehrperson weist einem Teil der Schülerinnen eine mehr oder weniger starke körperliche Einschränkung zu (z. B. blind, stumm, Arme hinter Rücken haltend, nur sitzend, nur auf einem Bein).

Versucht alle, von einer Seite der Schnur auf die andere zu wechseln. Legt fest, ob ihr dabei unter der Schnur durch oder darüber steigen müsst. Helft euch gegenseitig. Wird die Schnur berührt («Stromschlag»), muss die ganze Gruppe auf die Startseite zurück und neu beginnen.

Welche Gruppe ist am schnellsten?

Sicherheitshinweis: Sturzraum einplanen.



Respekt und Akzeptanz

Varianten

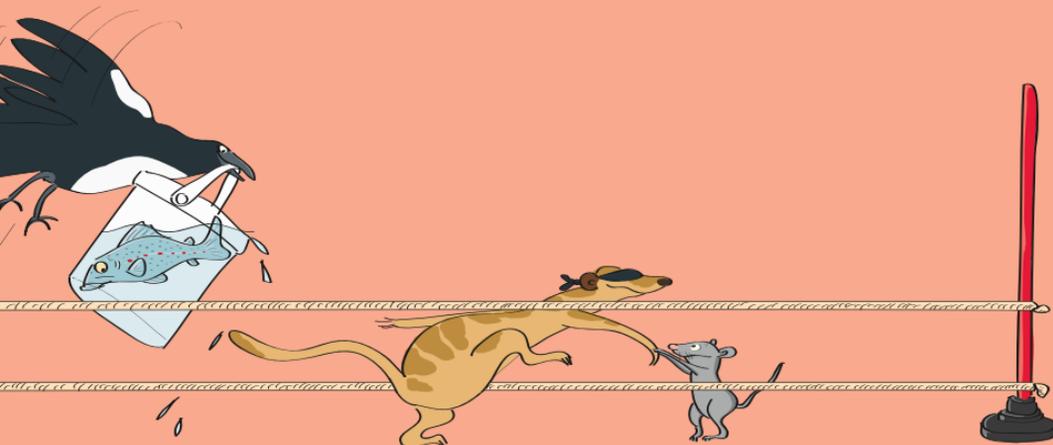
- Unterschiedliche Höhe der Schnur.
- Unterschiedliche Anzahl Schüler mit einer Einschränkung.
- Spannt mehrere Schnüre. Klettert über alle Schnüre – oder kriecht unten durch – und zählt dabei die Anzahl Berührungen. Welche Gruppe hat die wenigsten Berührungen und welche Gruppe war dabei am schnellsten?

Impulsfragen

- Wie habt ihr «Stromschläge» vermieden?
- Konnten alle etwas zum Erfolg beitragen?
- Was könnte besser gemacht werden?

Schlusspunkt

Wir sind alle anders – wenn wir unsere Stärken und Schwächen akzeptieren, können wir Aufgaben besser meistern.



Respekt und Akzeptanz

Kaiserspiel

«Für draussen/Sporthalle»

Organisation: Definiert ein Spielfeld und bestimmt einen Kaiser. Dieser steht allen anderen Schülern, die sich nebeneinander aufstellen, gegenüber.

Modul

«Zusammen bewegt»

Spielidee: Die Schüler rufen: «Kaiser, wie tanzen wir heute?»

Der Kaiser antwortet z. B.: «Rückwärts!»

Schüler und Kaiser «tanzen» nun auf diese Weise einander entgegen und wechseln die Spielfeldseite. Der Kaiser versucht, möglichst viele Kinder zu berühren. Wer berührt wird, gehört zum Team des Kaisers und wechselt auf seine Spielseite. Das Kaiserteam bestimmt vor jedem Seitenwechsel gemeinsam die neue Bewegungsform.

Tauscht die Seiten so oft, bis nur noch ein Schüler übrig bleibt. Dieser wird zum neuen Kaiser.



Respekt und Akzeptanz

Varianten

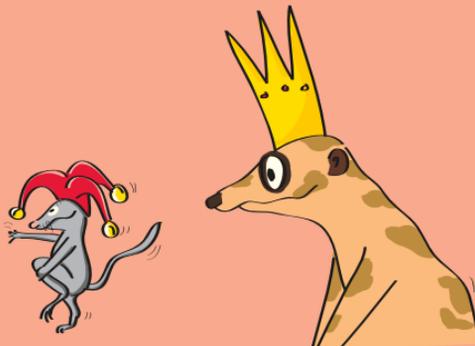
- Die Schüler rufen die Frage: «Kaiser, welche Farbe magst du nicht?» Mit der Antwort «rot» können alle Schüler, welche ein rotes T-Shirt oder eine rote Hose tragen, vom Kaiser nicht gefangen werden. Findet weitere mögliche Fragen, die ihr dem Kaiser stellen könnt.
- Wer vom Kaiser berührt wird, bleibt auf dem Spielfeld stehen und wird zum «Hofnarren» des Kaisers. Die Hofnarren unterstützen den Kaiser und versuchen, ohne die Füße zu bewegen, weitere Schüler zu berühren. Diese werden zu weiteren Hofnarren.

Impulsfragen

- Wie war es, Kaiser zu sein?
- Wie seid ihr mit den Vorgaben des Kaisers umgegangen?

Schlusspunkt

Es gibt Momente, in denen deine Meinung und deine Bedürfnisse im Zentrum stehen. In anderen Momenten bestimmen andere. Das ist auch gut so.



Respekt und Akzeptanz

Zweikämpfe

«Für drinnen/draussen»

Organisation: Bildet Zweiergruppen.

Spielidee: Tragt einen Zweikampf aus.

Begrüsset euren Gegner vor dem Zweikampf (z. B. durch einen Handschlag und einen Blick in die Augen). Auf das Kommando «Achtung, fertig, los!» beginnt der Zweikampf.

Mögliche Zweikampfformen findet ihr auf der Rückseite.

Nach dem Kampf könnt ihr euch gratulieren. Bedankt euch bei eurem Gegner und verabschiedet euch (z. B. erneut in die Augen schauen und die Hand reichen).

Folgende Regeln müsst ihr beachten:

- Fühlt ihr euch bedrängt oder unwohl, könnt ihr den Kampf jederzeit mit einem «Stopp!» beenden.
- Behandelt euch fair und fügt eurem Gegner keine Schmerzen zu.



Modul

«Zusammen bewegt»

Respekt und Akzeptanz

Zweikampfformen

Daumenringen: Steht euch gegenüber und hakt gegenseitig mit den Fingern eurer rechten Hand ein. Mit dem freistehenden Daumen wird der Zweikampf ausgeführt. Versucht, den gegnerischen Daumen mit eurem eigenen Daumen auf die Hand zu drücken und ihn für 3 Sekunden zu fixieren.

Handdrücken: Steht euch breitbeinig gegenüber und legt jeweils eure beiden Handflächen gegeneinander. Versucht, euren Gegner aus dem Gleichgewicht zu bringen – mittels Stossen oder Wegziehen eurer eigenen Hände. Der Gegner darf nicht gehalten werden. Wer zuerst einen Schritt macht, hat verloren.

Pfützenkampf: Bildet mit einem Seil oder einem Reifen eine «Pfütze». Steht euch ausserhalb der Pfütze gegenüber und reicht euch über die Pfütze hinweg eure Hände. Versucht, eure Gegnerin in die Pfütze zu ziehen. Wenn richtige Pfützen vorhanden sind, Gummistiefel tragen.

Ball erobern: Legt euch mit den Füßen zueinander auf den Rücken. Zwischen euren Füßen liegt ein Ball. Auf Kommando versucht ihr beide, den Ball zu erobern und ihn zu euren Händen zu transportieren.

Impulsfragen

- Habt ihr euch getraut, «Stopp!» zu rufen?
- Warum ist es wichtig, dass man sich nach dem Wettkampf bedankt, entschuldigt oder allenfalls versöhnt?
- Hat euer Gegenüber fair gekämpft?

Schlusspunkt

Im Zweikampf schenken wir uns nichts. Danach bedanken wir uns aber und drücken damit Respekt gegenüber den anderen aus.

Kommunikation und Kooperation

Gordischer Knoten

«Für drinnen/draussen»

Organisation: Bildet einen Kreis. Schliesst die Augen und streckt die Hände in die Kreismitte. Sucht zwei freie Hände, wenn möglich von verschiedenen Schülerinnen. Haltet diese fest. Öffnet die Augen.

Spielidee: Versucht, ohne die Hände loszulassen, den entstandenen Knoten zu lösen, so dass eine (oder mehrere) geschlossene Menschenketten entstehen. Steigt dazu über andere Arme oder kriecht unten durch.

Tipp: Als Einstieg könnt ihr die Klasse in kleine Gruppen (ca. 6 Schüler) aufteilen und gemeinsam einen Knoten bilden. Welche Gruppe hat ihren Knoten als erste gelöst?

Modul

«Zusammen bewegt»



Kommunikation und Kooperation

Varianten

- Gelingt es euch, den Knoten ohne zu sprechen zu öffnen?
- Bestimmt einen Schüler im Knoten, der sprechen darf und den Knoten löst. Allenfalls können die anderen Schüler die Augen schliessen.
- Bestimmt eine Schülerin, welche nicht im Knoten eingebunden wird. Diese versucht von aussen den Knoten durch ihre Anweisungen zu lösen.
- Jede Schülerin darf eine Teilbewegung (z.B. jemanden über einen Arm steigen lassen) vorgeben. Der Reihe nach gebt ihr Anweisungen, bis euer Knoten gelöst ist.
- Legt pro Schüler ein Seil in die Kreismitte. Sucht zwei freie Seilenden und haltet diese fest. Versucht, ohne die Seile loszulassen, den entstandenen Knoten zu lösen.

Impulsfragen

- Habt ihr euch beteiligt?
- Welches ist die beste Strategie?
- Wurde auf euch gehört? Habt ihr zugehört?

Schlusspunkt

Wichtig ist, dass jeder von uns eine Stimme hat und dass sie wahrgenommen wird.

Kommunikation und Kooperation

Gruppenskulpturen
«Für drinnen»

Organisation: Bildet Gruppen von 2 bis 6 Personen.

Spielidee: Der Spielleiter gibt vor, wie ihr eine «Gruppenskulptur» bilden müsst. Dabei bestimmt er, mit welchen und mit wie vielen Körperteilen die Gruppe den Boden berühren darf. Alle Schüler müssen miteinander verbunden sein.

Beispiele:

- Eine Dreiergruppe muss den Boden mit genau zwei Füßen und einem Gesäss berühren (leicht).
- Eine Dreiergruppe muss den Boden mit genau einem Fuss, vier Händen und einem Gesäss berühren (schwierig).

Tretet in Teams gegeneinander an.
Welches Team kann die gestellte Aufgabe als erstes lösen?



Modul
«Zusammen bewegt»

Kommunikation und Kooperation

Varianten

- Verkleinert die Fläche, auf der die «Gruppenplastik» aufgebaut werden darf.
- Besprecht eure Ideen zuerst während einer Minute im Team. Versucht nun, die Plastik ohne zu sprechen aufzubauen.
- Würfelt euch die Vorgaben. Der erste Würfel bestimmt, wie viele Personen in einer Gruppe sind, der zweite Würfel bestimmt die Anzahl Körperteile, die den Boden berühren dürfen.
- Überlegt euch selbst in kleinen Gruppen mögliche Varianten für Gruppenplastiken. Schreibt diese auf Kärtchen (z. B. 3 Personen, 2 Hände, 2 Füsse). Zieht nun verdeckt ein Kärtchen und versucht, die Anweisungen zu befolgen.

Impulsfragen

- Wie seid ihr vorgegangen?
- Ist es besser, wenn eine Schülerin anleitet, oder alle zusammen?

Schlusspunkt

Verstehen wir uns, können wir gemeinsam auch schwierige Aufgaben lösen.



Kommunikation und Kooperation

Vulkanausbruch

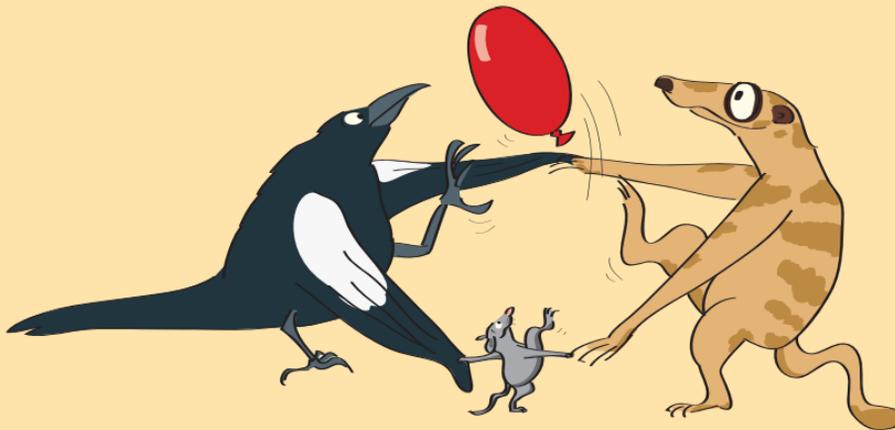
«Für drinnen/Sporthalle»

Organisation: Bildet Dreiergruppen. Legt euch die Arme gegenseitig auf die Schultern und bildet ein Dreieck. Ein Ballon liegt in der Mitte zwischen euch am Boden.

Modul

«Zusammen bewegt»

Spielidee: Versucht, den Ballon ohne Hände gemeinsam nach oben über eure Köpfe aus dem Dreieck zu bringen. Dabei muss jede Schülerin den Ballon einmal berührt haben. Fällt der Ballon zu Boden, legt ihr ihn wieder in die Mitte und beginnt von vorne. Welcher «Vulkan» bricht als erster aus?



Kommunikation und Kooperation

Varianten

- Könnt ihr den «Vulkan» auch ohne zu sprechen ausbrechen lassen?
- Alle Schülerinnen der Gruppe bis auf eine tragen eine Augenbinde. Befolgt die Anweisungen der sehenden Schülerin. Gelingt es euch auch, wenn alle blind sind?
- Verwendet unterschiedliche Bälle (Gymnastikball, Volleyball usw.) und variiert auch die Anzahl der Bälle.
- Bildet grössere Gruppen (max. 5 Schüler)
- Bildet Vierergruppen. Setzt euch, mit den Füßen zur Mitte gerichtet, in einen Kreis. Ein Ball liegt in der Kreismitte. Könnt ihr den Ball gemeinsam hochheben und aus dem «Vulkan» rauswerfen? Könnt ihr den Ball auch im Kreis weitergeben? Klemmt den Ball zwischen eure Füße und gebt ihn im Kreis herum.



Impulsfragen

- Welche Gruppe hat die Aufgabe am schnellsten gelöst?
- Wie seid ihr vorgegangen, um die Aufgabe gemeinsam zu lösen?
- Welche Strategie habt ihr verfolgt?

Schlusspunkt

Wollen wir das Ziel erreichen, sind wir darauf angewiesen, dass alle zusammenarbeiten.

Kommunikation und Kooperation

Magnetstab

«Für drinnen/Sporthalle»

Organisation: Bildet Gruppen von 4 bis 5 Personen. Stellt für jede Gruppe einen identischen Parcours auf.

Modul

«Zusammen bewegt»

Spielidee: Bringt eure rechten Zeigefinger in eine Reihe und legt einen Stab (z. B. Massstab) darauf. Transportiert den Stab gemeinsam durch den Parcours. Der Stab wird dabei immer von allen berührt, darf jedoch nicht festgehalten werden. Verliert jemand den Kontakt zum Stab oder fällt er zu Boden, muss mit dem Parcours wieder von vorne begonnen werden. Welche Gruppe ist zuerst im Ziel?

Möglicher Parcours: Slalom um 4 Stühle – über ein quergestelltes Pult klettern – unter einer Latte durchkriechen, die auf zwei Stühlen liegt – Schlussspurt rückwärts bis zum Ziel.

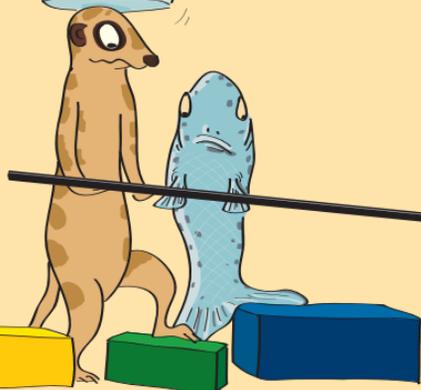
Tipp: Versucht als Übung, den Stab gemeinsam in der Gruppe vom Boden hochzuheben und wieder zu senken.



Kommunikation und Kooperation

Varianten

- Könnt ihr den Parcours auch ohne zu sprechen absolvieren?
- Verbindet etwa der Hälfte der Gruppenmitglieder die Augen. Führt diese mit Worten genau an, damit ihr den Stab nie verliert.
- Einfacher wird es, wenn der Stab gehalten werden darf oder Seile statt Stäbe verwendet werden.
- Schwieriger wird es, wenn ihr gleichzeitig einen Gegenstand (z. B. Footbag) auf eurem Kopf balanciert.



Impulsfragen

- Hatten alle die gleiche Funktion?
- War die Stimmung in der Gruppe gut?

Schlusspunkt

Je besser man sich versteht, desto besser kann man gemeinsam Herausforderungen bewältigen.

Vertrauen

Stehaufmännchen
«Für drinnen»

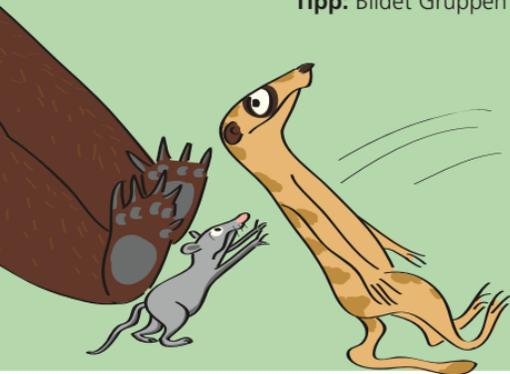
Organisation: Bildet Gruppen von ca. 8 Personen. Stellt euch Schulter an Schulter auf und bildet einen engen Kreis. Ein Schüler stellt sich in die Mitte und macht sich steif wie ein Brett.

Modul
«Zusammen bewegt»

Spielidee: Der Schüler in der Kreismitte lässt sich beliebig in eine Richtung fallen. Fangt das «Brett» sicher an den Schultern auf und gebt ihm möglichst schnell Sicherheit, indem ihr «Ich halte dich!» ruft. Stellt das «Brett» wieder auf.

Hinweis: Führt das Spiel langsam und sorgfältig ein. Beginnt mit einem engen Kreis.

Tipp: Bildet Gruppen aus Schülern mit ähnlicher Grösse und ähnlichem Gewicht.



Vertrauen

Varianten

- Führt die Übung bei absoluter Stille durch.
- Der Schüler in der Mitte hat die Augen geschlossen.
- Der Schüler in der Mitte lässt sich in die Richtung fallen, von der er gerufen wird.
- Schwieriger ist es, wenn das «Brett» nie im Gleichgewicht ist. Es ist stets in Bewegung und wird immer weitergereicht.
- Bildet Dreiergruppen. Ein Schüler steht in der Mitte und darf sich nur vorwärts oder rückwärts fallen lassen. Dabei wird er von den anderen beiden Schülern sicher aufgefangen und wieder zur Mitte gebracht.

Impulsfragen

- Habt ihr euch sicher gefühlt?
- Habt ihr den anderen vertrauen können?
- Wann gelingt es besser, wann weniger gut?

Schlusspunkt

Mit Vertrauen soll sorgsam umgegangen werden, damit der andere nicht verletzt wird.



Vertrauen

Blindenführer
«Für drinnen»

Organisation: Bildet Zweiergruppen.

Modul
«Zusammen bewegt»

Spielidee: Eine Schülerin hat die Augen verbunden und wird von ihrer Partnerin geführt. Die Blinde hält sich am Ellbogen der Sehenden und wird von ihr auf eine Erkundungstour mitgenommen. Sie ist dafür verantwortlich, dass der blinden Schülerin nichts passiert.

Tipp: Augenbinden sowie diverse Informationsmaterialien können kostenlos beim Schweizerischen Zentralverein für das Blindenwesen unter www.szb.ch (Angebot > Informationsmaterial) bestellt werden.



Vertrauen

Varianten

- Die Blindenführerin bleibt an einem Ort im Raum stehen und steuert die Blinde nur durch Worte.
- Versucht, euch mit verschiedenen Hilfsmitteln (z. B. Seile) zu führen.
- Versucht, auch schwierigere Aktivitäten einzubauen (z. B. Drehung, rückwärts gehen, unterschiedlich schnell gehen, über ein kleines Hindernis steigen usw.).
- Führt die Blinde zu verschiedenen Gegenständen und lässt sie diese ertasten. Gelingt es ihr, diese mit offenen Augen in der richtigen Reihenfolge wieder zu finden?
- «Roboter»: Die Blinde wird durch Berührungen geführt. Ein Klaps auf den Rücken bedeutet «los», bei zwei Klapsen muss die Blinde stehenbleiben. Ein Klaps auf die linke Schulter bedeutet links abbiegen. Dasselbe gilt für die rechte Schulter. Die verschiedenen «Roboter» sollen sich nicht berühren.

Impulsfragen

- Wie habt ihr euch als Führende bzw. Geführte gefühlt?
- Hat sich das Gefühl verändert?
- Was hat euch Angst gemacht, was hat euch Sicherheit gegeben?

Schlusspunkt

Vertrauen schenken heisst auch, Verantwortung an andere abgeben und für andere übernehmen zu können.



Vertrauen

Vertrauensgasse

«Für drinnen/draussen»

Organisation: Bildet zwei gleich grosse Gruppen und stellt euch in zwei parallelen Reihen auf. Streckt die Arme so nach vorne, dass sie gerade die Fingerspitzen eures Gegenübers berühren.

Modul

«Zusammen bewegt»

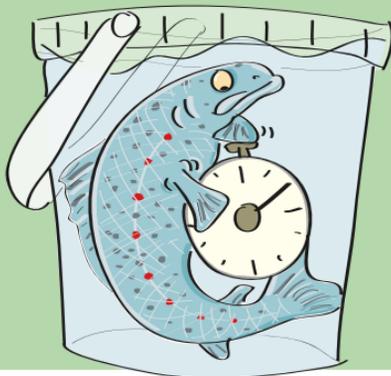
Spielidee: Ein Schüler läuft durch die Gasse. Hebt die Arme erst kurz bevor der Schüler bei euch durchläuft und senkt sie danach gleich wieder. Der Läufer darf sich nicht bücken oder abbremsen. Wechselt den Läufer.



Vertrauen

Varianten

- Könnt ihr auch blind durch die Gasse gehen, ohne dabei das Tempo zu reduzieren?
- Senkt die Arme, kurz bevor der Läufer bei euch vorbeikommt.
- Mehr Mut braucht es, wenn ihr dichter nebeneinander steht.
- Bildet eine Gasse, die wie ein Trichter zum Ende hin immer schmaler wird.
- Versucht, auch Ecken und Kurven in eure Gasse einzubauen.
- Macht mehrere Durchgänge und versucht, das Tempo mit jedem Versuch zu steigern.



Impulsfragen

- Habt ihr euch wohl gefühlt – als Läufer, Spaliersteher?
- Hattet ihr Angst – als Läufer, Spaliersteher?
- Was braucht es, damit man schneller laufen oder sogar rennen kann?

Schlusspunkt

Vertrauen zueinander entsteht durch positive gemeinsame Erfahrungen.

Vertrauen

«Hang loose»

«Für drinnen/Sporthalle»

Organisation: Bestimmt eine Schülerin, die sich kurz zur Seite stellt. Bildet einen Kreis und haltet ein Seil an einem Ende in eurer Hand fest. Gebt das andere Seilende einem euch gegenüberstehenden Schüler weiter – eine Art Spinnennetz entsteht. Haltet die beiden Seilenden fest.

Spielidee: Die Schülerin legt sich nun in der Mitte des Netzes auf die Seile. Zieht alle langsam und gleichmässig an den Seilenden, damit die Schülerin vom Boden hochgehoben wird. Senkt die Seile danach wieder langsam und kontrolliert.

Die Schülerin geht dann zu einem im Kreis stehenden Schüler und übernimmt seine Seilenden. Der Schüler darf sich nun auf das Netz legen. Wechselt, bis alle an der Reihe waren.

Tipp: Bringt am Seilende einen Knoten (z. B. Achterknoten) an, damit das Seil nicht aus der Hand gleitet. Unter das Netz kann eine Matte gelegt werden.

Wichtig: Wenn sich jemand unsicher fühlt, Angst oder keine Kraft mehr hat, «Stopp!» rufen. Darauf senken alle die Seile langsam und kontrolliert.

Modul

«Zusammen bewegt»



Vertrauen

Varianten

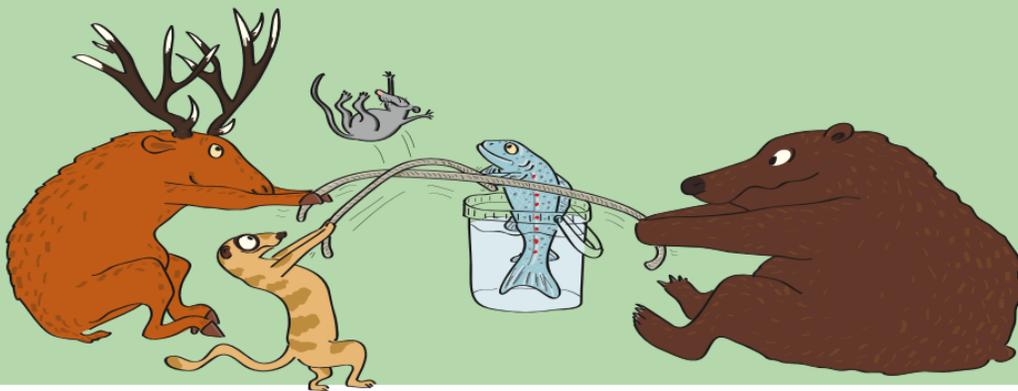
- Versucht, das Netz langsam auf und ab wippen zu lassen.
- Versucht, das Netz langsam im Kreis zu drehen.
- Wenn alle einen guten Stand haben und sich die Person in der Mitte sicher fühlt, kann sie sich aufsetzen oder hinknien (allenfalls mit Hilfestellung).
- Bildet kleinere Gruppen.
- Versucht, ein Netz aus halb so vielen Seilen aufzubauen. Dabei hält jeder Schüler im Kreis nur noch ein Seilende.

Impulsfragen

- Habt ihr euch (un)sicher gefühlt?
- Was hat euch Sicherheit gegeben bzw. Angst gemacht?

Schlusspunkt

Vertrauen wird gestärkt, indem man zu seiner Angst steht und die Ängste anderer akzeptiert und respektiert.



Zusammenhalt

Sitzkreis

«Für drinnen»

Organisation: Bildet einen engen Kreis und schaut in die Kreismitte. Macht eine Vierteldrehung nach rechts. Geht immer mehr seitwärts in Richtung Kreiszentrum, bis ihr eure Nachbarn mit Bauch und Rücken berührt.

Spielidee: Auf das Startsignal des Spielleiters setzt ihr euch alle auf die Knie des Schülers hinter euch. Habt ihr das Gleichgewicht gefunden, könnt ihr versuchen, gemeinsam einige Schritte im Kreis vorwärts oder rückwärts zu gehen. Steht danach alle wieder gemeinsam auf und löst den Sitzkreis.

Modul

«Zusammen bewegt»

Tipp: Als Abschlussritual verwenden.



Zusammenhalt

Varianten

- Versucht, in der Sitzposition gemeinsam ein Lied zu singen.
- Bei stabilem Sitzkreis könnt ihr diverse Aktivitäten durchführen. Versucht z. B. mit den Armen eine Welle durch den Kreis zu schicken.
- Gebt einen Ball im Kreis herum. Der Ball wird jeweils ausserhalb oder innerhalb des Kreises an die hinter euch sitzende Schülerin weitergereicht.

Impulsfragen

- War es bequem beim Sitzen?
- War der Kreis stabil?

Schlusspunkt

Gemeinsam könnt ihr vieles erreichen.



Zusammenhalt

Zick-Zack

«Für drinnen»

Organisation: Bildet einen Kreis und schaut alle in die Kreismitte. Haltet eure Nachbarn fest an den Händen und steht sicher auf dem Boden. Nummeriert der Reihe nach auf zwei (1-2-1-2 usw.).

Spielidee: Auf ein gemeinsames Zeichen lassen sich alle Nummern 1 langsam nach vorne und alle Nummern 2 langsam nach hinten fallen. Haltet euch fest, damit eine Art Zick-Zack-Linie entsteht. Auf ein gemeinsames Zeichen wechselt ihr eure Position (vorne-hinten/hinten-vorne).

Tipp: Bei ungerader Schülerzahl kann eine Schülerin die Zeichen geben und den Ablauf koordinieren.

Modul

«Zusammen bewegt»



Zusammenhalt

Varianten

- Übt zuerst in kleineren Gruppen von ca. 8 Personen.
- Versucht, die Übung kniend oder in der Hocke auszuführen.
- Schaut zu Beginn in unterschiedliche Richtungen: die Nummern 1 in die Kreismitte, die Nummern 2 nach draussen. Lasst die Zick-Zack-Linie entstehen. Wechselt danach die Blickrichtung.
- Gelingt euch die Übung auch, wenn die Hälfte der Schüler die Augen geschlossen hält?
- Bildet Zweiergruppen. Haltet euch mit eurer rechten Hand fest und stellt eure Füße zueinander. Lasst euch langsam nach aussen fallen.

Impulsfragen

- Wurdet ihr gut festgehalten?
- Hat der Wechsel funktioniert?

Schlusspunkt

Die Gewissheit, gehalten zu werden, stärkt das Zugehörigkeitsgefühl.



Zusammenhalt

Drachenschwanzjagen

«Für draussen/Sporthalle»

Organisation: Bildet Gruppen von ca. 5 Personen und stellt euch in eine Reihe. Bildet einen Drachen, indem ihr jeweils die Person vor euch an der Hüfte oder den Schultern festhält.

Modul

«Zusammen bewegt»

Spielidee: Der Kopf (vorderste Schülerin) versucht nun, den Schwanz (hinterster Schüler) eines anderen Drachens zu berühren. Gelingt dies, wechselt der Schüler, der berührt wurde, zum anderen Drachen. Er verlängert diesen und wird der neue Kopf. Versucht, möglichst viele Drachenschwänze zu berühren, damit euer Drachen immer länger wird. Vergesst dabei nicht, euren eigenen Drachenschwanz gut zu beschützen.



Zusammenhalt

Varianten

- Wenn ein Drachenschwanz gefangen wird, wechselt er zum anderen Drachen und schliesst sich diesem hinten als neuer Drachenschwanz an.
- Jeder Schüler hat einen Bündel, den er zur Hälfte hinten in seine Hosen steckt. Der Drachenkopf versucht nun, einen Bündel zu fangen – auch von anderen Drachenköpfen oder von einem Mittelteil. Gelingt dies, wechselt die Schülerin, welcher der Bündel geraubt wurde, zum anderen Drachen. Sie bekommt ihren Bündel zurück, steckt ihn wieder in die Hose und schliesst sich hinten als neuer Drachenschwanz an.

Impulsfragen

- Welches war eure Jagdstrategie?
- Habt ihr euch allen Drachen gleich zugehörig gefühlt?

Schlusspunkt

Wenn man als Gruppe zusammenarbeitet und einander hilft, ist man stärker, als wenn jeder für sich alleine kämpft.



Zusammenhalt

Lustige Kette

«Für drinnen/Sporthalle»

Organisation: Bildet Gruppen von 6 bis 8 Personen. Stellt euch in der Gruppe nebeneinander in einer Reihe auf. Abwechslungsweise schaut eine Schülerin nach vorne und eine nach hinten. Bückt euch, überkreuzt die Arme und streckt die Hände durch die gegrätschten Beine. Greift mit überkreuzten Armen die Hände eurer Nachbarinnen.

Spielidee: Bestimmt in der Gruppe eine Bewegungsform (vorwärts, rückwärts oder seitwärts gehen). Eine Schülerin, die an einem Kettenende steht, bestimmt die Route ihrer Gruppe. Versucht, auch kleinere Hindernisse in eure Route einzubauen.

Modul

«Zusammen bewegt»



Zusammenhalt

Varianten

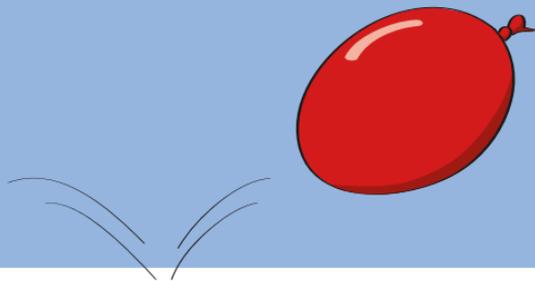
- Stellt einen Parcours oder eine Stafetten-Strecke auf. Klemmt alle einen Ballon (oder Ball) zwischen eure Knie. Stellt euch in der Gruppe in eine Reihe und haltet euch an den Händen fest. Wenn ein Ballon zu Boden fällt, muss wieder von vorne begonnen werden. Welche Gruppe erreicht das Ziel als erste?
- Könnt ihr es auch, wenn ihr in einer Kolonne steht und jeweils einen Ballon (oder Ball) zwischen eurem Bauch und dem Rücken der vor euch stehenden Schülerin einklemmt?

Impulsfragen

- War es lustig?
- Was gefällt euch am meisten: am Anfang, mittendrin oder am Ende der Kette zu sein?

Schlusspunkt

Gemeinsam lachen verbindet.



Regeln

2 Teams – 2 Regeln

«Für draussen/Sporthalle»

Organisation: Bildet zwei Gruppen.

Spielidee: Spielt gegeneinander Schnappball. Versucht, den Ball innerhalb der Gruppe weiterzugeben, ohne dass euch die Gegner den Ball wegnehmen können. Zählt die Anzahl Pässe. Beide Gruppen haben dabei unterschiedliche Regeln.

Gruppe A: nur direkte Pässe werden gezählt.

Gruppe B: direkte Pässe sowie Pässe via Boden oder Wand werden gezählt.

Modul

«Zusammen bewegt»



Regeln

Varianten

- Bestimmt für weitere Sportarten (Fussball, Unihockey usw.) mögliche Teamregeln und probiert die Regeln aus (z. B. Teamregel 1: Tor treffen, Teamregel 2: Pfosten treffen).
- Wählt eine Spielform (z. B. Fussball). Nach jedem Tor oder bei einem Signal des Spielleiters legt ihr neue Teamregeln fest. Entweder bestimmt das Gegnerteam eure Regel oder jede Gruppe bestimmt ihre eigene Regel. Die Regeln gelten bis zum nächsten Wechsel.

Impulsfragen

- Warum hat es (keinen) Spass gemacht?
- Funktioniert ein Spiel, wenn nicht für alle dieselben Regeln gelten?

Schlusspunkt

Damit ein faires Spiel möglich ist, müssen für alle dieselben Regeln gelten.



Regeln

Wieso nicht so?
«Für draussen»

Organisation: Bestimmt ein Spielfeld, auf dem ihr «Alle gegen alle» (auch als Sitzball bekannt) spielen könnt. Ihr braucht einen Ball (Volleyball, Softball).

Modul
«Zusammen bewegt»

Spielidee: Spielt «Alle gegen alle» mit den euch bekannten Regeln. Tragt vor dem Spiel eure drei wichtigsten Regeln zusammen. Für das bevorstehende Spiel wird eine Regel gestrichen oder verändert.

Beispiel:

1. Regel: Mit dem Ball in der Hand darf man nicht laufen.
2. Regel: Wenn man getroffen wird, muss man das Spielfeld verlassen.
3. Regel: Wird die Person getroffen, von der man zuvor getroffen wurde, darf man zurück auf das Spielfeld.

Regeländerung: Man darf mit dem Ball in der Hand drei Schritte laufen.

Tipp: Überlegt nicht zu lange, welche Auswirkungen eine Regeländerung haben könnte. Bestimmt etwas, setzt es um und schaut, was passiert.



Regeln

Varianten

- Wenn ihr getroffen werdet, müsst ihr euch auf den Boden setzen. Wenn man im Sitzen einen vorbeierollenden Ball berühren kann, darf man wieder aufstehen und mitspielen.
- Spielt auch einmal mit mehreren Bällen.
- Bildet zwei Gruppen. Versucht, durch gutes Zusammenspiel eure Gegner zu treffen.
- Findet andere Spiele, bei welchen ihr einige Regeln weglassen oder verändern könnt.
- Anstatt die Regeln in der Gruppe zu bestimmen, bekommt jeweils eine Schülerin die Aufgabe, eine Regeländerung zu formulieren (evtl. als Hausaufgabe).

Impulsfragen

- Welche Folgen hatte die Regeländerung?
- Welche Regeln können wir verändern und welche nicht?
- Wie sieht das mit den Regeln im Schulalltag aus?

Schlusspunkt

Regeln dürfen und sollen hinterfragt werden. Wenn es die Situation verlangt, können sie auch geändert oder angepasst werden.



Regeln

Regelitis

«Für drinnen»

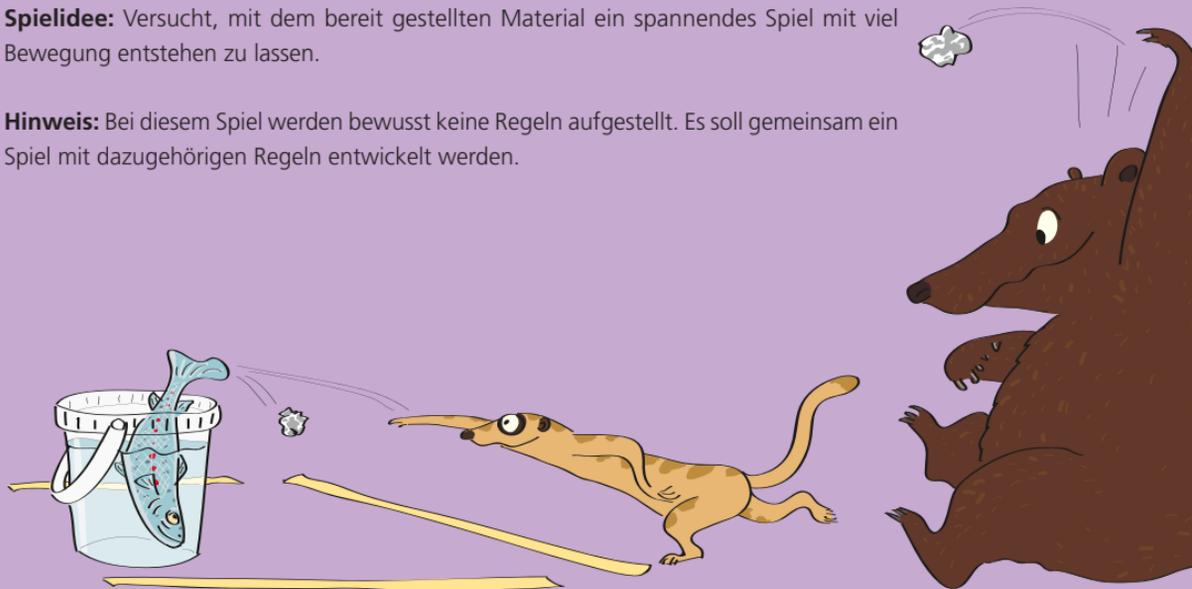
Organisation: Bildet zwei Gruppen. Stellt einen grossen Behälter (z.B. Abfalleimer) auf. Legt Papiere und Klebeband bereit.

Spielidee: Versucht, mit dem bereit gestellten Material ein spannendes Spiel mit viel Bewegung entstehen zu lassen.

Hinweis: Bei diesem Spiel werden bewusst keine Regeln aufgestellt. Es soll gemeinsam ein Spiel mit dazugehörigen Regeln entwickelt werden.

Modul

«Zusammen bewegt»



Regeln

Variante: Bildet Gruppen von ca. 5 Personen. Alle Gruppen haben dasselbe Spielmaterial. Entwickelt Spiele mit euren eigenen Regeln. Folgende Fragen helfen euch dabei: Was ist das Ziel unseres Spieles? Wie wird mit dem Material gespielt? Welche Regeln braucht es? Wie kommt es zum Spielende? Probiert das Spiel in der Gruppe aus und zeigt es anschliessend der Klasse.

Impulsfragen

- Warum sind Regeln nötig?
- Was verbessert das Spiel: mehr Regeln oder weniger Regeln?

Schlusspunkt

Stellt man die Regeln selber auf, versteht man besser, warum es diese manchmal braucht.



Regeln

Der Zufall will ...

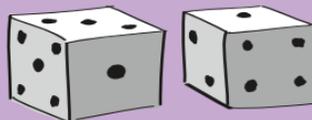
«Für draussen/Sporthalle»

Organisation: Bildet zwei Gruppen.

Spielidee: Spielt Fussball. Bei Spielstart wirft jede Mannschaft je einen Würfel. Es dürfen so viele Schüler auf das Spielfeld, wie die Würfelaugen anzeigen. Die anderen setzen sich auf eine Bank, schauen zu und feuern ihr Team an.

Durch das Signal des Spielleiters oder sobald ein Tor fällt, wird neu gewürfelt. Die vordersten Schüler der Bank (entsprechend der Würfelzahl) kommen nun auf das Spielfeld. Schüler, die bereits gespielt haben, schliessen auf der Bank hinten an.

Tipp: Je nach Gruppengrösse können pro Gruppe zwei Würfel eingesetzt werden.



Modul

«Zusammen bewegt»

Regeln

Varianten

- Versucht, das Spiel auch mit anderen Sportarten durchzuführen (z. B. Schnappball, Unihockey, Basketball oder Seilziehen).
- Stafette: Bestimmt sechs (Würfelzahl) bzw. zwei (ungerade oder gerade Zahl) Varianten für Stafettenläufe (z. B. rückwärts gehen, hüpfen, Ball prellen usw.). Bildet vier Gruppen. Jeder Schüler würfelt vor seinem Lauf seine Bewegungsform.

Impulsfragen

- War dieses Spiel gerecht?
- Warum hat es (keinen) Spass gemacht?

Schlusspunkt

Bestimmt der Zufall die Spielbedingungen, ist es einfacher, sie zu akzeptieren.



«Respekt und Akzeptanz»

Erklärung der Themenbereiche

Integration verläuft einfacher, wenn wir es schaffen, den anderen zu akzeptieren. Dafür müssen wir ihn respektieren, also wertschätzen. Dies wiederum setzt die Wertschätzung unseres eigenen Ichs voraus.

Die Bewegungsaktivitäten und Spiele in dieser Kategorie tragen dazu bei, dass die Schülerinnen und Schüler sich selbst und andere besser wahrnehmen, kennen lernen und einschätzen können. Nicht nur motorische Fähigkeiten, sondern auch andere Ansichten und Einstellungen sollen entdeckt werden. Wichtig dabei ist, dass diese nicht bewertet werden.

Wenn beispielsweise also ein Schüler kein Fleisch mag, blaue Augen hat oder ihm das Zugfahren sicherer scheint als das Fliegen, dann sind das Vorlieben, Körpermerkmale oder Meinungen, die diesen Schüler kennzeichnen und einzigartig machen. Sie machen ihn im Vergleich mit seinen Mitschülerinnen und Mitschülern aber nicht mehr oder weniger wertvoll.

Modul «Zusammen bewegt»



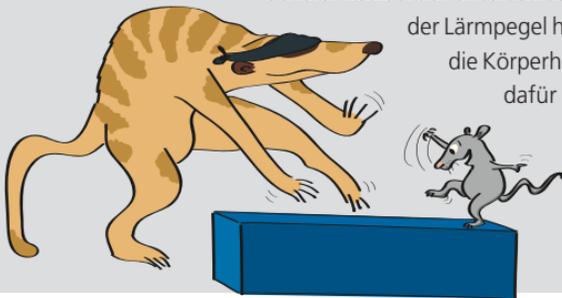
«Kommunikation und Kooperation»

Erklärung der Themenbereiche

Kommunizieren können heisst, sich verständigen können. Dafür muss man sich einerseits ausdrücken, andererseits aber auch zuhören und beobachten können. Gelingt dies, vereinfacht es den Umgang miteinander und unterstützt somit den Integrationsprozess. Bewegen wir uns in einer Gruppe, kommen wir um Kommunikation nicht herum.

Für die zu diesem Themenbereich zusammengetragenen Aktivitäten ist die Kommunikation besonders entscheidend. Es sind Spiele, bei denen das Gelingen massgeblich von der Kommunikation abhängig ist. Muss beispielsweise eine Gruppe gemeinsam eine Aufgabe lösen, hilft eine vorgängige Absprache im Team.

Verständigung im Zusammenhang mit Bewegung bedeutet auch, dass Schülerinnen und Schüler flexibel auf unterschiedlichen Ebenen miteinander kommunizieren. Ist beispielsweise der Lärmpegel hoch, muss vermehrt nonverbal (z. B. durch Mimik, Gestik oder die Körperhaltung) kommuniziert werden. Sehen wir einander nicht, muss dafür umso präziser verbal kommuniziert werden.



Modul «Zusammen bewegt»

«Vertrauen»

Erklärung der Themenbereiche

Vertrauen unterstützt den Integrationsprozess. Wollen wir den gemeinsamen Alltag positiv gestalten, ist es notwendig, dass wir uns kennen und verstehen lernen. Dabei spielt das Vertrauen ineinander eine zentrale Rolle.

Um Vertrauen aufbauen zu können, sind gemeinsame, positive Erfahrungen und Erlebnisse wichtig. Aber auch das Wissen, dass man bei aller Andersartigkeit wahrgenommen, akzeptiert und respektiert wird, ist zentral.

Die Spiele zum Themenbereich Vertrauen bringen die Schülerinnen und Schüler in Situationen, die sie nur meistern können, wenn das gegenseitige Vertrauen vorhanden ist. Sie lernen Vertrauen zu schenken und erfahren, dass Vertrauen nicht missbraucht werden darf.

Sich beispielsweise fallen zu lassen und aufgefangen zu werden, sich von anderen hochheben und weiterreichen zu lassen oder sich blind führen zu lassen – das braucht und schafft Vertrauen.



Modul «Zusammen bewegt»



«Zusammenhalt»

Erklärung der Themenbereiche

Der Zusammenhalt in einer Gruppe hängt wesentlich davon ab, inwiefern jeder Einzelne sich der Gruppe zugehörig fühlt. Ist jemand nicht engagiert dabei, übernimmt keine Mitverantwortung oder fühlt sich nicht als Teil der Gruppe, erschwert oder verunmöglicht dies den Erfolg bzw. das Funktionieren der Bewegungsaktivität.

Die Bewegungsaktivitäten zu diesem Themenbereich vermitteln den Schülerinnen und Schülern das Gefühl, dazuzugehören und gebraucht zu werden. Ziel ist es, dass aus diesen Gefühlen Einstellungen und Erkenntnisse entstehen (z. B. «Es braucht uns alle» oder «Zusammen geht es leichter»), die nachhaltig und handlungsleitend sind.

Modul «Zusammen bewegt»



«Regeln»

Erklärung der Themenbereiche

Gemeinsam zu handeln bedeutet auch, Regeln zu akzeptieren und einhalten zu können. Verhält sich jeder so wie er will, wird ein friedliches Zusammenleben schwierig. Regeln können unseren individuellen Freiraum zwar begrenzen, sie sorgen aber auch dafür, dass jeder von uns einen Platz in der Gesellschaft (Klasse) findet und Chancengleichheit möglich ist.

Dazu müssen die Regeln jedoch eingehalten werden und für alle Gruppenmitglieder gelten. Trotzdem sollen Regeln hinterfragt, angezweifelt und allenfalls angepasst werden können.

Zum Beispiel entwickeln Schülerinnen und Schüler für ein Spiel Regeln und lernen dabei, dass diese nie für alle passend oder nachvollziehbar sind. Doch für ein faires Spiel sind Regeln eine zwingende Voraussetzung.

Modul «Zusammen bewegt»



Weiterführende Informationen

Literatur

- Gaschler, P., Klimek, S. & Lauenstein C. (2010). *Kinder fördern durch Bewegung und Sport. Anregungen zur Förderung motorisch und psycho-sozial auffälliger Kinder in Schule, Verein und Kindertagesstätte*. Wiesbaden: Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V. (BAG).
- Helmers, T. (2005). *Sozialerziehung zum sozial verantwortlichen Handeln*. Oldenburg: BIS-Verlag.
- Pühse, U. (2004). *Kindliche Entwicklung und soziales Handeln im Sport*. Schondorf: Hofmann.

Lehrmittel

- Plussport, SVSS (Hrsg.) (2008). *Themenfächer: Mit Unterschieden spielen*. Herzogenbuchsee: Ingold.
- Zihler, S. (2008). *KRAFTmodell – das Potenzial von Sport und Spiel nutzen*. Schönbühl: Mastra Druck.
Zu bestellen unter: www.zihler.org/id/sportpaedagogik.php

Links

- www.integrationundschule.ch
- www.egalite-handicap.ch/schule.html

