







Rituale

Rituale sind wichtige Stützen. Sie strukturieren eine Lektion, indem sie den zeitlichen Ablauf unterteilen und Fixpunkte geben. Bei Kindergruppen im Vorschulalter können Rituale bei der Organisation der Gruppe während einem Training dienen. Sie lenken die Aufmerksamkeit auf die Leiterperson und helfen den Kindern, sich zu orientieren. Die Wiederholung von vertrauten Abläufen gibt den Kindern Sicherheit. Rituale sollen einfach sein und konsequent angewendet werden. Nachfolgend werden einige Beispiele von Ritualen vorgestellt:

 Kapitel «Die Psyche von 5- bis 10-Jährigen», «Lernen», «Aufmerksamkeit».

	Grundübung	Variationen
<p>Freies Spiel bis zum Lektionsbeginn</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder benötigen unterschiedlich lange, um sich für das Training oder für den Sportunterricht umzuziehen. Kinder, die bereits früh in der Halle sind, dürfen sich frei bewegen und spielen.</p> <p>Ziel Die Kinder toben sich vor der Lektion bereits etwas aus, bewegen sich, probieren Kunststücke aus und bestimmen selber über ihre freie Bewegungszeit.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Es kann Material zur Verfügung gestellt werden: Footbags, Seile, Reifen. •  «Freies Spiel»
<p>Lektionsbeginn im Kreis</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder wissen, dass die Lektion startet, wenn sie sich im Kreis besammeln, und dass sie sich auf die Leiterperson und die gestellten Aufgaben konzentrieren müssen.</p> <p>Ziel Erreichen von Aufmerksamkeit und Ruhe.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Halbkreis, Linie, Matte, Teppichquadrate.
<p>Einsatz von Signalen</p> 	<p>Beschreibung Klare akustische und visuelle Signale helfen der Leiterperson bei der Organisation der Klasse oder Gruppe.</p> <p>Ziel Erreichen von Aufmerksamkeit und Ruhe.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Akustische Signale: Tamburin, Pflöfe, in die Hände klatschen, Flöte, Mundharmonika, Glocke. • Visuelle Signale: Rotes Tuch aufhalten, Hand in die Luft strecken. Hand/Zeigefinger auf den Mund legen.
<p>Lektionsende im Kreis</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder wissen, dass die Lektion in diesem Moment beendet wird. Oftmals ist es von Vorteil, die Kinder bei Lektionsende noch mit einem ruhigen Spiel oder mit einer Entspannungsübung zu beschäftigen.</p> <p>Ziel Beruhigen und entspannen. Streitereien und Unruhen in der Garderobe oder im weiteren Tagesablauf verhindern oder zumindest vermindern.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alle Kinder legen sich auf den Rücken und schließen Augen und Mund. Die Leiterperson berührt ein Kind nach dem anderen oder flüstert die Namen der Kinder. Wer berührt oder genannt wird, darf in die Garderobe gehen um sich umzuziehen. • Alle Kinder begrüßen und verabschieden sich voneinander durch einen besonderen Handschlag, der mit den Kindern gemeinsam erfunden wird. •  Kapitel «Voraussetzungen schaffen», «Beruhigen und Entspannen».