

Hartplatz, Rasen, Spielplatz

	Spielform	Variationen
<p>Fotoapparat</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder bilden Zweiergruppen. Ein Kind schliesst die Augen und spielt den Fotoapparat. Das andere Kind ist Fotograf und läuft mit dem «Apparat» zu verschiedenen Objekten. Durch Drücken des Auslösers (Berührung des Kopfs) darf der Fotoapparat kurz die Augen öffnen und prägt sich das Bild ein (macht ein Foto). Jedes Kind darf drei Fotos schiessen und erzählt anschliessend der Fotografin, welche Bilder es geschossen hat und wo diese aufgenommen wurden.</p> <p>Ziel Die Kinder erleben bewusst die visuelle Wahrnehmung und trainieren ihr Erinnerungsvermögen.</p>	<p>Bewegung und Aufgabe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Leiterperson gibt vor, wie viele Objekte fotografiert werden sollen. • Die Leiterperson gibt vor, welche Art von Objekten fotografiert werden sollen. • Die Augen werden mit Augenbinden oder Tüchern verbunden.
<p>Foto-OL</p> 	<p>Beschreibung Die Leiterperson zeigt Fotos von Objekten, die sich auf dem Trainings- oder Schulareal befinden. Die Kinder suchen in Zweiergruppen diese Objekte. Dort ist jeweils ein Buchstabe versteckt. Die Kinder merken sich diesen. Wenn sie alle Buchstaben gesammelt haben, versuchen sie, das Lösungswort herauszufinden.</p> <p>Ziel Die Kinder lernen, sich im Gelände zurechtzufinden. Sie lernen Objekte, einfache Karten und Symbole kennen, die für weitere OL-Formen eine Grundlage bilden. Zudem trainieren sie ihr Herz-Kreislauf-System.</p> <p>Verweise www.scool.ch</p> <ul style="list-style-type: none"> 2. Schuljahr, Gegenstand verstecken. 2. Schuljahr, Schulhausarealplan. 2. Schuljahr, Postensuche. 2. Schuljahr, Foto in Wirklichkeit finden. 2. Schuljahr, Fotos zu Posten auf der Karte zuordnen. 	<p>Bewegung und Aufgabe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Kinder finden Zahlen, Zettel mit Sätzen oder Fragen, die beantwortet oder zu einer Geschichte zusammengesetzt werden sollen. • Stern-OL: Die Kinder kehren nach jedem Posten zum Ausgangspunkt zurück und erhalten ein Bild des nächsten Postens, den sie suchen müssen. • Die Leiterperson zeigt den Kindern das Foto eines Objektes in der Nähe. Die Kinder laufen hin und finden ein Foto der nächsten Station. So wird der ganze Orientierungslauf absolviert. • Die Leiterperson klebt 8 Fotos von Objekten auf eine OL-Karte des Areals. Die Kinder versuchen nun, alle Objekte abzulaufen. Bei den Objekten finden sie das entsprechende Kartensymbol, das sich die Kinder aufschreiben oder merken. Nach Abschluss des Laufes werden die Symbole miteinander besprochen.
<p>Schattenspiel</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder spielen in Zweiergruppen Schattenfangis: Der Fänger versucht, auf den Schatten des anderen Kindes zu stehen.</p> <p>Ziel Schnelligkeit und Orientierungsfähigkeit.</p> <p>Sicherheitshinweis Jüngere Kinder, die noch eine schlecht ausgebildete Orientierungsfähigkeit in der Gruppe haben, sollen behutsam an dieses Spiel herangeführt werden, um Zusammenstösse zu verhindern.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ein Kind führt verschiedene Bewegungen aus, das andere Kind imitiert das Schattenbild. • Mit den Schatten Figuren darstellen.

		Spielform	Variationen
<p>Finde den richtigen Weg!</p> 	<p>Beschreibung Die Leiterperson bereitet verschiedene Karten mit Gegenständen vor: Je nach Alter und Übung der Kinder werden einfachere oder schwierigere Laufwege eingezeichnet. Die Kinder wählen nun in Zweiergruppen eine Karte aus und laufen den eingezeichneten Weg zusammen ab.</p> <p>Ziel Die Kinder lernen Kartenlesen. Ihr Herz-Kreislauf-System wird angeregt und die Merk- und Orientierungsfähigkeit trainiert.</p>	<p>Bewegung und Aufgabe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zwei Kinder wählen eine Karte aus. Ein Kind merkt sich den Weg und läuft diesen ab, das andere Kind kontrolliert, ob der Weg richtig ist. • Ein Kind nimmt eine Karte, läuft den Weg vor. Das andere Kind schaut zu, prägt sich den Weg ein und versucht dann, denselben Weg zu laufen. • Ein Kind führt ein «blindes» Kind durch den Parcours. Dann versucht das Kind, das die Augen geschlossen hatte, die entsprechende Karte zu erraten. • Als Teamwettkampf: Welches Team sammelt am meisten Karten? <p>Material</p> <ul style="list-style-type: none"> • Material einsetzen: Malstäbe, Kegel, Kisten, Pneus, Teppichreste. <p>Umgebung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Objekte vor Ort einzeichnen: Bäume, Sträucher, Schilder, Bänke. 	
<p>Wäscheklammern-Fangis</p> 	<p>Beschreibung Jedes Kind erhält drei Wäscheklammern und steckt sich diese an die Kleidung. Ziel ist, die Wäscheklammern der anderen Kinder zu ergattern. Diese müssen ebenfalls gut sichtbar an der Kleidung befestigt werden. Wer schafft es, am meisten Wäscheklammern zu sammeln?</p> <p>Ziel Die Reaktion und Schnelligkeit der Kinder wird gefördert. Sie lernen, sich in der Gruppe zu orientieren.</p>	<p>Bewegung und Aufgabe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alle Kinder erhalten drei Wäscheklammern, die sie in den Händen halten. Es gilt, die Klammern so schnell wie möglich loszuwerden, ohne dabei von anderen Kindern Klammern angesteckt zu bekommen. <p>Material</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Wäscheklammern durch Seile oder Spielbänder ersetzen. 	
<p>Schleichende Katze</p> 	<p>Beschreibung Ein Kind dreht in 20 bis 50 m Entfernung den anderen Kindern den Rücken zu. Diese schleichen sich leise wie eine Katze an. Das Kind dreht sich um, sobald es eine heranschleichende Katze hört. Wer sich in diesem Moment noch bewegt, muss zum Ausgangspunkt zurück.</p> <p>Ziel Die Kinder bewegen sich leise und geschmeidig. Fördern von Reaktionsfähigkeit und akustischer Wahrnehmung.</p>	<p>Bewegung und Aufgabe</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Zeitung lesen»: Ein Kind dreht der Gruppe den Rücken zu und ruft laut «Zeitung lesen, Zeitung lesen...». Gleichzeitig schleichen sich die Kinder an. Auf «Stopp!» bleiben sie wie versteinert stehen und das Zeitung lesende Kind dreht sich um. Wer sich in diesem Moment noch bewegt, muss zurück zur Startlinie. Wer schafft es, das Zeitung lesende Kind als erstes zu berühren? • Verschiedene Fortbewegungsarten ausführen: Gehen, Laufen, auf allen vieren. <p>Umgebung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dieses Spiel kann auch im Wasser, auf dem Eis oder im Schnee gespielt werden. 	

Im Wald

Der Wald ist ein Lebensraum, den es zu entdecken und erleben gilt. Er bietet sich wunderbar als Bewegungs- und Spielraum an. Zudem können Kinder in einer für sie «geheimnisvollen» Umgebung vielseitige Sinneserfahrungen und Eindrücke sammeln.

Wer mit einer Kindergruppe in den Wald geht, sollte einige wichtige Punkte beachten:

- Sich über die Zeckensituation vor Ort informieren und präventive Massnahmen ergreifen: www.zecken.ch
- Vorinformation an die Eltern, damit die Kinder in geeigneter Kleidung (lange Shirts, Jacken und lange Hosen, Kopfbedeckung) und guten Schuhen ausgerüstet erscheinen.
- Mit den Kindern das Verhalten im Wald besprechen. Wichtig sind Signale abzumachen und den Bewegungsraum zu definieren, in dem sich die Kinder bewegen dürfen. Zudem sollte ein zentraler Sammelplatz bestimmt und Orte mit guter Übersicht gewählt werden.
- Die Leiterperson sollte immer eine Apotheke (Desinfektionsmittel, Pflaster, elastische Binde, Pinzette, usw.) mit sich tragen.
- Wenn möglich sollten mindestens zwei Personen eine Kindergruppe begleiten.
- Es empfiehlt sich, ein Mobiltelefon und Notfallnummern mitzunehmen.

Verweis

Schaukelfee und Klettermax, Spielgeräte im Wald für Kinder, 2006.

 «Versteckspiele».

Spielform		Variationen
Nest füllen 	Beschreibung Die Kinder erhalten den Auftrag, zehn natürliche, unterschiedliche Gegenstände zu sammeln und diese in ihr persönliches Nest zu bringen. Pro Lauf darf nur ein Gegenstand transportiert werden. Die Kinder prägen sich dann ihre Gegenstände ein. In Zweiergruppen läuft nun ein Kind eine vorgegebene Runde ab. Das andere Kind entfernt währenddem aus dessen Nest einen Gegenstand. Nach der Rückkehr muss das Kind herausfinden, welcher Gegenstand fehlt. Ziel Die Kinder nehmen die Umgebung und natürliche Gegenstände visuell und taktil wahr. Ihr Herz-Kreislauf-System wird angeregt und die Merkfähigkeit trainiert. Verweis  Kapitel «Die Physis von 5- bis 10-Jährigen», «Herz-Kreislauf-System anregen».	Bewegung <ul style="list-style-type: none">• Die Fortbewegungsart und die Aufgabe des Kindes, das sich einen Gegenstand aus dem Nest stehlen lässt, kann variiert werden: Augen schliessen und auf 10 zählen, 20 x Seilspringen, 10 Bäume berühren.• Wahrnehmen in Zweiergruppen: Ein Kind legt sich bäuchlings auf den Boden. Das andere Kind legt ihm einen Gegenstand auf einen Körperteil. Das liegende Kind versucht, den Gegenstand zu erraten, und nennt zusätzlich den Körperteil, auf dem sich der Gegenstand befindet.  Kapitel «Voraussetzungen schaffen», «Den eigenen Körper wahrnehmen».• Die Kinder bauen mit den gesammelten Gegenständen ein Kunstwerk. Material <ul style="list-style-type: none">• Mehrere Gegenstände werden aus dem Nest entfernt und müssen bestimmt werden.• Es werden Gegenstände der Nester zweier Kinder vertauscht. Wer findet heraus, welche Gegenstände vertauscht wurden?

	Spielform	Variationen
<p>Tannzapfen-Hamster</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder werden in Gruppen eingeteilt und bauen sich mit einem Seil ein Nest. Sie müssen in vorgegebener Zeit möglichst viele Tannzapfen sammeln und in ihrem Nest deponieren. Pro Lauf darf ein Kind nur einen Tannzapfen mitbringen. Welche Gruppe sammelt am meisten Tannzapfen?</p> <p>Ziel Die Kinder entdecken die Umgebung. Ihr Herzkreislauf-System wird angeregt und trainiert.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Im Anschluss an das Tannzapfen-Sammeln ein Zielwerfen durchführen. Bäume, Baumstrünke, Nester aus Seilen eignen sich bestens als Ziele. • In Zweiergruppen: Ein Kind klemmt beim anderen Kind möglichst viele Tannzapfen ein (zwischen Beinen, Armen und Rumpf, Kinn und Brustkorb, Fingern). Welches Zweierteam kann am meisten Tannzapfen einklemmen und transportieren? • Tannzapfen-Boccia in Kleingruppen. Die Kinder werfen einen Stein als Ziel. Wer wirft seinen Tannzapfen am nächsten an den Zielstein heran? •  «Laufspiele und Stafetten». <p>Material</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grosse Tannzapfen auf einen Baumstrunk stellen und mit kleinen Tannzapfen bewerfen.
<p>Eichhörnchen</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder balancieren über dicke Äste und Baumstämme. Sie klettern auf Baumstrünke, Steine und allenfalls sogar auf ausgewählte, geeignete Bäume.</p> <p>Ziel Die Kinder bewegen sich der Umgebung angepasst. Sie üben die Bewegungsgrundformen Balancieren und Klettern.</p> <p>Sicherheitshinweis Achtung Rutschgefahr! Vorsicht bei nassem Holz.</p>	<p>Bewegung</p> <p> Kapitel «Vielseitigkeit fördern», «Balancieren».</p> <p>Material</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aus diversem Material einen Parcours bauen. • Ein Slackline spannen und darauf mit oder ohne Hilfe balancieren. • Einfache Seilkonstruktionen bauen. • Ein Holzbrett, welches über einen liegenden Baumstamm gelegt wird, kann als Schaukel verwendet werden.
<p>Teich</p> 	<p>Beschreibung Ein etwa 15 Meter langes Seil wird an den Enden zusammengeknüpft. Die Kinder stehen ausserhalb des Seilkreises und halten sich mit beiden Händen daran fest. In der Kreismitte wird am Boden mit einem etwa 3 Meter langen Seil ein zweiter Kreis (Teich) ausgelegt. Auf Kommando ziehen alle Kinder am Seil. Wenn ein Kind den Teich betritt, beginnt das Spiel erneut.</p> <p>Ziel Kräftigung der Muskulatur.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Kinder halten sich nur mit einer Hand (alle die rechte Hand oder alle gleichzeitig die linke Hand) am Seil fest. • Dito: Auf Kommando springen alle Kinder in dieselbe Richtung. Der Kreis setzt sich zuerst langsam und dann immer schneller in Bewegung. <p>Material Seile können bestens zum Bau von einfachen Konstruktionen verwendet werden: Schaukeln, Hängematten, Seilbrücken aus mindestens zwei Seilen, Seilnetze.</p>

Mit Wasser

Kinder lieben es, mit Wasser zu spielen. Für heisse Tage eignen sich Spiele, die irgendwo draussen durchgeführt werden können. Benötigt werden lediglich fliessendes Wasser und Kleider, die auch mal nass werden dürfen.

	Spielform	Variationen
<p>Petflaschen-Kegeln</p> 	<p>Beschreibung Zwei Kinder stellen je eine mit Wasser gefüllte Petflasche in einer vorgegebenen Distanz zueinander auf. Ziel ist es, den Ball wie beim Kegeln so gegen die Petflasche des Gegners zu rollen, dass diese umfällt und das Wasser ausläuft. Die Flasche darf nicht verteidigt werden. Wenn die Flasche umfällt, muss das Kind den Ball möglichst schnell holen und darf erst dann die Flasche wieder aufstellen. Es gewinnt, wer zuerst die Flasche des Gegners bis zu einem Markierungsstrich (es kann nicht alles Wasser aus einer Petflasche ausfliessen) geleert hat.</p> <p>Ziel Ein Ziel treffen.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Der Ball kann mit der Hand (rollen oder werfen) oder mit dem Fuss gespielt werden. • Die Distanz zwischen den Petflaschen je nach Treffsicherheit der Kinder variieren. • Es spielen zwei gegen zwei Kinder, die immer abwechselnd den Ball rollen. • Im Drei- oder Viereck spielen. <p>Material</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedlich grosse Petflaschen verwenden. Am besten eignen sich 1,5-Liter-Flaschen. • Unterschiedliche Bälle verwenden.
<p>Wassertransport</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder werden in Kleingruppen eingeteilt. Jede Gruppe erhält einen mit Wasser gefüllten Eimer auf der einen Seite des Spielfeldes und einen leeren Eimer auf der anderen Seite. Die Kinder transportieren mit einem auf einem Tennisschläger stehenden Becher das Wasser von der einen auf die andere Seite. Welche Gruppe füllt ihren Eimer zuerst?</p> <p>Ziel Die Kinder balancieren mit Hilfsmitteln Gegenstände. Die Geschicklichkeit wird gefördert.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stafette. • Einen Becher auf einem Brett oder Gobaschläger transportieren. • Einen Becher mit zwei Holzstöcken transportieren (chinesische Stäbchen). • Für den Wassertransport Schwämme verwenden.
<p>Nasser Ballontanz</p> 	<p>Beschreibung Alle Kinder binden sich einen mit Wasser gefüllten Luftballon an den Fuss. Sie versuchen, auf die Ballone der anderen Kinder zu stehen und diese so zum Platzen zu bringen. Wer kann seinen Ballon am längsten beschützen?</p> <p>Ziel Reaktionsfähigkeit und Geschicklichkeit.</p>	<p>Spielvariationen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zwei Kinder fassen sich an den Schultern und versuchen, auf den Ballon am Fuss des Gegenübers zu treten. • Die Kinder spielen sich im Kreis einen Wasserballon zu, ohne dass dieser kaputt geht. • Die Kinder müssen mit dem Strahl eines Schlauchs einen Ball von A nach B führen. • Die Leiterperson erzeugt mit einem Wasserstrahl eine Schlange. Die Kinder versuchen, von der einen Seite zur anderen zu laufen, ohne die Schlange zu berühren.

Am Wasser

Die Kinder lernen beim Spiel am Wasser Bach- oder Seeufer und Brunnen als Spielplätze kennen. Aber Achtung: Offene Gewässer bergen Gefahren, die zwingend beachtet werden müssen. Spiele am Wasser schliessen Baden und Schwimmen aus.

Wer mit einer Kindergruppe am Wasser spielt, sollte einige wichtige Punkte beachten:

- Vorinformation an die Eltern, damit die Kinder mit geeigneter Kleidung und guten Schuhen ausgerüstet erscheinen. Wechselkleider und ein Badetuch mitbringen.
- Das richtige Verhalten am Wasser wird mit den Kindern vorgängig besprochen.
- Zur Überwachung einer ganzen Klasse am offenen Gewässer sollten mindestens zwei Erwachsene anwesend sein.
- Eine gute Organisation und klare Spielregeln für die Kinder sind zwingend nötig.

	Spelform	Variationen
 <p>Zugfahrt</p>	<p>Beschreibung Die Leiterperson führt die Klasse als Zug (Eierkolonne) durch das Gebiet, in welchem die Kinder spielen dürfen. So wird die Umgebung besichtigt, auf Gefahren hingewiesen und die Spielregeln werden festgelegt.</p> <p>Ziel Die Kinder lernen die Umgebung und das richtige Verhalten kennen.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alle Kinder sind barfuss. Der von der Leiterperson angeführte Zug macht sich auf, um verschiedene Bodenbeschaffenheiten zu entdecken: Über Wiese, Waldboden, Kieselsteine und grosse Steine gehen. • Mit den Zehen kleine Steine aufnehmen und in den Bach werfen.
 <p>Bachüberquerung</p>	<p>Beschreibung Es wird eine Stelle am Bach gesucht, an der das Kind das Wasser überqueren kann, ohne nass zu werden. Die Kinder suchen sich ihren Weg über die Steine. Falls nötig, können auch mit weiteren Steinen Überquerungshilfen gebaut werden.</p> <p>Ziel Die Kinder üben die Bewegungsgrundform Balancieren und trainieren die Geschicklichkeit.</p> <p>Sicherheitshinweis Wenn möglich barfuss oder in Plastikschuhen. Bei kaltem Wasser kurze Spiel- und Übungsphasen machen. Die Wassertiefe darf nicht mehr als knietief sein und der Bach sollte kaum Strömung haben.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Das Springen von Stein zu Stein wird zuerst an Land geübt. • Einbeinig auf einem Stein balancieren und dabei verschiedene Kunststücke ausprobieren. <p>Material</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mit Steinen Wege und Brücken bauen. • Gleichgewichtshilfen wie lange Äste als Balancierstange suchen und einsetzen. • Als Hilfsmittel ein Seil über den Bach spannen. • Zwei Kinder überqueren den Bach gemeinsam: Das eine Kind folgt dem anderen auf dem genau gleichen Weg.

Im Wasser

Kinder im Vorschulalter sollen einen freudvollen und entspannten Umgang mit Wasser lernen. Eine vielseitige Gewöhnung trägt dazu bei, das Element besser kennen zu lernen, damit vertraut zu werden und den Widerstand sowie den Auftrieb des Wassers zu erfahren. Dadurch kann das Körperbewusstsein der Kinder erweitert und bereits gelernte Bewegungsmuster vom Land ins Wasser übertragen werden. In einer nächsten Phase können neue, spezifische Bewegungsformen wie Atmen, Schweben, Gleiten und Antreiben behutsam vorbereitet werden. Wenn diese Kernelemente beherrscht werden, können die Kinder voller Freude ins Wasser springen, denn dies macht ihnen am meisten Spass. Die Kinder werden durch die positiven Erfahrungen mit dem Element Wasser vertraut, daran gewöhnt und zusehends darin gewandt. Spiele mit, am und im Wasser können diesen Lernprozess unterstützen.

Sicherheitshinweis

Bei J+S-Kindersport gehört der Schwimmsport zu den Sportarten mit besonderen Sicherheitsbestimmungen. Zum Schwimmsport werden die Sportarten Freitauchen, Rettungsschwimmen, Schwimmen, Synchronschwimmen, Wasserball und Wasserspringen gezählt. Wer mit einer J+S-Kindersport-Gruppe eine dieser Sportarten durchführen möchte, muss zwingend den entsprechenden Leitfadern zur Durchführung von J+S-Angeboten Schwimmsport beachten und die Sicherheitsbestimmungen in jedem Fall einhalten. Zusätzlich müssen Schulen ebenfalls die kantonalen Vorschriften beachten.

Weiterführende Unterlagen: www.swimsports.ch und www.swiss-swimming.ch

	Grundübung	Variationen
<p>Atmung kontrollieren</p> 	<p>Beschreibung Unter Wasser eine Melodie summen und mit den Händen dirigieren.</p> <p>Ziel Die Kinder können im und unter Wasser kontrolliert und vollständig ausatmen.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Melodie an der Wasseroberfläche sprudeln. • Gleiche Übung nur auf einem Bein stehend. • Unter Wasser übergeben sich zwei Kinder ohne Bodenkontakt ein Ringli.
<p>Schwebelage einnehmen</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder sind Flugzeuge. Sie fliegen und rennen durch das Wasser. Dann landen die Flugzeuge, indem die Kinder möglichst schnell, auf dem Bauch liegend, zu «schweben» versuchen.</p> <p>Ziel Die Kinder können sich möglichst lange vom Wasser tragen lassen.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gleiche Übung mit Partnerhilfe. • Das Flugzeug landet (schwebt) und lässt den Motor laufen (Ausatmen durch Mund und Nase), bis der Treibstoff (Luft) ausgeht. • Das Flugzeug landet auf dem Rücken (Ausatmung durch die Nase).

		Grundübung	Variationen
<p>Gleiten im Wasser</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder stossen sich mit den Füßen von der Wand ab und gleiten auf einen Partner zu.</p> <p>Ziel Die Kinder gleiten so weit wie möglich.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sich von der Wand abstossen und mit geschlossenen Augen genau bis zum Partner gleiten. • Sich von der Wand abstossen und zwischen den gegrätschten Beinen eines Kindes durchgleiten. 	
<p>Antrieb erzeugen</p> 	<p>Beschreibung Die Kinder treiben sich mit den Armen an und tauchen so bis zu einem Reif, welcher vertikal im Wasser gehalten wird. Sie tauchen durch den Reif hindurch und brauchen nur noch die Beine zum Antrieb.</p> <p>Ziel Die Kinder nutzen den Wasserwiderstand, um sich vorwärts zu bewegen.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Der Reif ragt zur Hälfte aus dem Wasser (erleichternd). • Mit geschlossenen Augen antreiben. • In Rückenlage antreiben. 	

Schnee

Kinder lieben es, im Schnee zu spielen. Vor allem Rutschen und Gleiten machen ihnen grossen Spass. Eine zwingende Voraussetzung dafür ist, dass sie genügend warme und geeignete Kleider tragen.

Wer mit einer Kindergruppe im Schnee spielt, sollte einige wichtige Punkte beachten:

- Vorinformation an die Eltern, damit die Kinder in geeigneter Kleidung, mit Handschuhen und guten Schuhen ausgerüstet, erscheinen.
- Warme Getränke mitnehmen.
- Achtung beim Schlitteln: Diese Sportart birgt Gefahren, denn Kinder bis ca. 8 Jahre erkennen Gefahren erst, wenn es für eine Reaktion bereits zu spät ist. Deshalb die Kinder mit Helm, guter Kleidung, guten und hohen Schuhen ausrüsten.
- Achte bei kleinen Kindern auf Hänge mit freiem Auslauf.
- Offizielle Schlittelwege: Auf Schlittelwegen sind die offiziellen Verhaltensregeln vorgängig einzuführen.

Verweis

bfu Broschüre, Schlitteln – Sicher in Fahrt, 3.001

	Spielform	Variationen
 <p>Tummeln im Schnee</p>	<p>Beschreibung Die Kinder spielen im Schnee und erhalten dafür einerseits Anleitung von der Leiterperson, andererseits können sie eigene Kunststücke und Spiele ausprobieren.</p> <p>Ziel Die Kinder freuen sich am Schnee und machen dabei vielseitige Erfahrungen.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sich im Schnee verschiedenartig fortbewegen und dabei den Widerstand spüren. • Spuren legen und verfolgen. • Durch den Schnee stampfen, dabei Muster in den Schnee zeichnen und durch andere Kinder erraten lassen: Figuren, Zeichnungen, Buchstaben, Zahlen, Wörter. • Im Schnee rollen, drehen, Engel zeichnen. • Zielwurf mit Schneebällen.
 <p>Skulpturenbau</p>	<p>Beschreibung Die Kinder bauen unter Anleitung der Leiterperson eine Skulptur.</p> <p>Ziel Die Kinder bauen etwas miteinander und strengen sich körperlich an.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skulpturenbau auf Zeit. • Verschiedene Objekte bauen: Iglus, Schneemänner und -frauen. • Je nach Schneebeschaffenheit verschiedene Bau-techniken kennen lernen. • Pistenmaschine: Die Kinder werden in zwei Teams eingeteilt. Pro Team steht ein frisch verschneites und unberührtes Quadrat bereit. Welches Team hat sein Quadrat zuerst flachgewalzt? <p>Material</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mit Hilfsmitteln bauen: Schaufel, Säge.
 <p>Schlittenfahrt</p>	<p>Beschreibung Alle Kinder bringen einen stabilen Plastiksack ins Training oder in den Sportunterricht. Sie bauen zusammen eine Bobbahn und probieren diese aus.</p> <p>Ziel Die Kinder machen Erfahrungen im Rutschen und Gleiten und freuen sich am Schnee und an der Geschwindigkeit.</p> <p>Verweis Diese Bewegungsgrundformen können bereits in der Turnhalle eingeführt und angewendet werden.  Kapitel «Vielseitigkeit fördern», «Rutschen und Gleiten».</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bobbahn im Sitzen, auf dem Bauch liegend, kniend, stehend hinunterrutschen. • Pferdekutsche: Ein Kind sitzt auf einem Schlitten und lässt sich von einem anderen Kind ziehen. • Zu zweit schlitteln. • Wer rutscht am weitesten? <p>Material</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Bobbahn mit verschiedenen Bauten ergänzen: Slalom, Tunnels, kleine Schanzen. • Die Kinder bringen ihren Schlitten oder Bob mit.

Eis

Kinder lassen sich gerne von Eis und seinen Eigenschaften faszinieren und lieben es, darüber zu gleiten, sich darauf fallen zu lassen und zu rutschen. Kinder probieren selber viel aus und erkunden diese für sie oftmals neue Umgebung auf ihre Art. Je nach Gruppe oder Klasse bestehen grosse Unterschiede in den Lernvoraussetzungen der Kinder, sodass ein individualisierter Unterricht nötig ist.

Wer mit einer Kindergruppe Schlittschuhlaufen geht, sollte einige wichtige Punkte beachten:

- Vorinformation an die Eltern, damit die Kinder mit geeigneter Kleidung und guten Schlittschuhen ausgerüstet sind.
- Wasserfeste und praktische Kleidung sowie Handschuhe (wenn möglich Schneesport-Handschuhe) sind obligatorisch. Ein gut sitzender Helm ist sehr zu empfehlen.
- Hilfsleiter oder Eltern, die beim Schlittschuhen-Binden und auf dem Eis mithelfen, sind eine grosse Unterstützung für die Leiterperson.

	Spielform	Variationen
 <p>Eisbär und Pinguin</p>	<p>Beschreibung Den Kindern werden verschiedene Hilfsmittel zur Verfügung gestellt: Gleitende Figuren, grosse Kegel oder kleine Tore (oftmals bei der Eisbahn erhältlich). Die Kinder können sich festhalten und so fortbewegen.</p> <p>Ziel Die Kinder sammeln erste Geh- und Gleiterfahrungen.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Leiterperson führt ein Kind an der Hand und hilft ihm, sich fortzubewegen. • Die Kinder probieren verschiedene Gehvarianten aus: Welche ist am effizientesten, um vorwärts zu kommen? • Bewegungsaufgabe: Wie bewegen sich die Pinguine vorwärts? • Die Kinder fahren durch einen Slalomparcours.
 <p>Pferdegespann</p>	<p>Beschreibung Zwei Kinder, die bereits Schlittschuhlaufen können, halten eine Stange oder einen langen Stock an den Enden. Ein drittes Kind darf sich in der Mitte des Stocks halten und wird von den beiden anderen über das Eis gezogen.</p> <p>Ziel Die Kinder gewöhnen sich an die Schlittschuhe und machen erste Gleiterfahrungen.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Das Kind in der Mitte der Dreiergruppe führt im Fahren Kunststücke aus: Hocke oder Zwerg, auf einem Bein gleiten, eine Hand loslassen, Standwaage, Springen über kleine Hindernisse, sich blind ziehen lassen. • In 3er-Gruppe: Das mittlere Kind fährt rückwärts. • Pferd und Kutsche: Die Kinder ziehen sich mit einem Reif oder Seil. Der Passagier kann sitzen oder stehen (siehe Bild).
 <p>Eisakrobat</p>	<p>Beschreibung Die Kinder fahren um die aufs Eis gelegten Reife oder Ringe. Liegt ein Ball in einem, nimmt das Kind diesen auf und legt ihn in einen freien Ring. Liegt ein Seil am Boden, springen die Kinder darüber, bei einem Kegel bremsen sie.</p> <p>Ziel Während dem Schlittschuhlaufen verschiedene Elemente üben und dabei Fahrsicherheit gewinnen.</p>	<p>Bewegung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auf dem Eis liegen Seile, Kegel und Ringe bereit. Die Kinder erfinden in Zweiergruppen (Herr und Hund) verschiedene Wege und Kunststücke. • Bremsen: Wie beim Skifahren zuerst den halben Pflug, dann den ganzen Pflug einführen. • Bremsen: Das Spiel «Zeitung lesen» eignet sich bestens, um das Bremsen zu üben. • Kapitel «Umgebungswechsel», «Hartplatz, Rasen, Spielplatz», «Schleichende Katze». • Mit Kegeln wird ein Slalom ausgelegt. Die Kinder fahren unterschiedlich durch den Slalom: Mit Partnerhilfe, alleine, beidbeinig, einbeinig, rückwärts (siehe Bild). • Pärlifangis.