

Spiele – Ausklangspiele: Gordischer Knoten

Diese Übung dient zum Entspannen und beruhigen. Dies wird durch die starke Konzentration auf die zu lösende Aufgabe gefördert.



Fünf bis acht Kinder stehen eng in einem Kreis zusammen. Jedes gibt seine Hände einem anderen Kind, aber nicht beide Hände dem gleichen.

Wenn keine Hände mehr frei sind, versucht die Gruppe vorsichtig und in Teamarbeit – mit Drehen, Übersteigen und unten durchkriechen – den Knoten zu lösen, ohne dabei die Hände loszulassen

Variationen

- Statt sich die Hände direkt zu geben, halten alle ein Spielband in der rechten Hand. Mit der leeren linken Hand wird ein Spielband von irgendeiner Person aus der Gruppe gefasst. Nun wird das Spiel genau gleich, wie oben beschrieben, durchgeführt.
- Die Schüler stehen in einem Kreis und halten sich die Hände. Durch Drehen und Übersteigen bilden sie einen gordischen Knoten. Eine Schülerin befindet sich ausserhalb des Kreises und leitet die Gruppe beim Knoten lösen an.
- Alle Schülerinnen stehen im Kreis. Ein Schüler steht daneben. Ein Wollknäuel wird im Kreis hin- und hergeworfen, bis alle den Wollfaden in der Hand halten. Dann muss der Schüler die Gruppe anleiten, damit das Geflecht wieder entflochten wird (Platz tauschen, über/unter den Faden durch, ...). Dabei darf der Faden nicht losgelassen werden. Ziel ist, dass sich der Faden am Schluss nicht mehr überkreuzt.

Bemerkung: Ausklangspiele charakterisieren sich dadurch, dass die Kinder die Hektik und die Emotionen der Lektion abbauen können. Die Kinder beruhigen und entspannen sich auf spielerische Weise.

Quelle: Lehrmittel Sporterziehung Band 2 Broschüre 5, angepasst durch Corina Wilhelm.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO