

# Rituale im Kindersport: Ein wichtiges Element zur Unterrichtsgestaltung

Rituale sind vor allem im Kindersport ein wichtiges Mittel für eine klare Unterrichtsstruktur. Sie helfen den Kindern, sich zu orientieren, fördern die Aufmerksamkeit und geben ihnen Sicherheit. Vor allem dann, wenn Rituale als Lektionseinstieg und -ausklang, für Pausen, Übergänge und für einen reibungslosen Ablauf des Unterrichts oder des Trainings angewendet werden.



Ein wertschätzender, gut rhythmisierter, klar geführter, reibungsloser, interessanter, lern- und bewegungswirksamer Unterricht beugt Störungen vor. Die Erfahrung zeigt: Rituale im Sportunterricht und Training steigern die Unterrichtsqualität.

## Unterrichts-Struktur regulieren

Unterricht und Training sind komplexe Geschehnisse, bei denen simultan mehrere Handlungen ablaufen, verschiedene Personen beteiligt sind und daher unvorhersehbare Wendungen allgegenwärtig sein können. Rituale helfen an dieser Stelle die Struktur des Unterrichts zu regulieren und Abläufe zu gliedern.

- [Tipps zur Lektionsplanung](#)

Im Folgenden eine Sammlung von Ritualen, die in verschiedenen Situationen, mit denen Lehrpersonen und

Betreuer/innen in ihrer täglichen Arbeit konfrontiert werden können, anzuwenden sind.

## Spiele

- Lektionsbeginn und Begrüssung
- Einleitungsspiele
- Bewegungslieder zum Lektionsbeginn
- Beruhigung einer Gruppe/Pausenrituale
- Einleitung/Abschluss eines Spiels
- Verabschiedung und Lektionsabschluss

---

Quelle: [Bericht | Bewegungstipps - Tägliche Programme für jedes Alter](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**