

## Monatsthema 02/2017: Rituale im Kindersport

Wer Kinder im Sport unterrichtet, weiss: Rituale sind wichtig für einen gelungenen Unterricht. Doch was sind «gute» Rituale im Sportunterricht und im Training mit Kindern? Wie können diese eingesetzt werden und was steckt dahinter? Dieses Monatsthema geht Ritualen auf den Grund und präsentiert Ideen für die Praxis.



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. Das Einsetzen von Ritualen fördert – zusätzlich zu vielen weiteren Faktoren – einen störungsfreien Trainingsverlauf.

Ein wertschätzender, gut rhythmisierter, klar geführter, reibungsloser, interessanter, lern- und bewegungswirksamer Unterricht beugt Störungen vor. Durch eine klare Leitung der Gruppe und eine gute Trainings- und Lektionsplanung können Lernziele besser erreicht werden. Die zur Verfügung stehende Lern- und Bewegungszeit kann dadurch optimal genutzt werden.

### Fokus Weiterbildung

Eine optimale Inszenierung des Sports sowie reibungslose Abläufe im Unterricht sind u. a. wichtige Anliegen bei Jugend und Sport J+S. Deshalb lautet im J+S-Kindersport das Fortbildungsthema 2017/18 «Störungen in Sportunterricht und Training». Es soll dazu ermutigen über Störungen nachzudenken, um sich darauf vorzubereiten sowie besser damit umzugehen und darauf reagieren zu können.

Darüber hinaus werden Anregungen zur Reduktion von Störungen und Tipps für einen angepassten Umgang mit Unvorhergesehenem vorgestellt. Die zu diesem Thema erschienene Broschüre «J+S-Kindersport – Störungen in Sportunterricht und Training» wird in allen J+S-Modul-Fortbildungen für Leitende und Experten Kindersport abgegeben.

## Fokus Praxisanwendungen

Dieses Monatsthema geht vertiefend auf Rituale ein. Zunächst erfolgt die Klärung, was Rituale kennzeichnet, welche Formen es gibt und welche Besonderheiten sie aufweisen. Es werden sowohl die psychologischen Auswirkungen für die einzelnen Kinder angesprochen, als auch die organisatorischen Vorteile bezüglich der Unterrichtsstruktur und damit die möglichen Effekte auf den Unterricht erläutert. Darüberhinaus liefert dieses Monatsthema Inputs zur Lektionsplanung und sowie eine Sammlung nützlicher Rituale für unterschiedliche Situationen in Unterrichtssequenzen.

### Monatsthema als pdf

- [Rituale im Kindersport](#) (pdf)

### Berichte

- [Ritualen auf den Grund gegangen](#)
- [Definition von Ritualen](#)
- [Rituale in Unterricht und Erziehung](#)
- [Inputs zur Lektionsplanung](#)

### Übungen

- [Lektionsbeginn und Begrüssung](#)
- [Einleitungsspiele](#)
- [Bewegungslieder zum Lektionsbeginn](#)
- [Beruhigung einer Gruppe/Pausenrituale](#)
- [Einleitung/Abschluss eines Spiels](#)
- [Verabschiedung und Lektionsabschluss](#)

---

Quelle: Patricia Steinmann, Verantwortliche J+S-Kindersport, Sara Seiler, Mitarbeiterin J+S Jugend- und Erwachsenensport, Lukas Niederberger, J+S-Experte Kindersport, Turn- und Sportlehrer



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**