

Wagnis als Lernweg: Organisation und Sicherheit

Einen Parcours mit verschiedenen Posten aufzustellen ist immer mit Aufwand verbunden. Es ist sinnvoll, sich zuvor mit einigen Punkten auseinander zu setzen. Es wäre schade, den Kindern all die wunderbaren Geräte vorzuenthalten, nur weil der Aufwand gescheut wird.

Tipps

- Wenn möglich nicht alleine aufstellen. Z.B. andere Lehrpersonen, Eltern, Stellenpartner, usw. um Hilfe bitten.
- Den Stundenplan so gestalten, dass KG und 1./2. Klasse nacheinander Sportunterricht haben. So kann die jeweilige Lehrperson sich entweder das Aufstellen oder Wegräumen sparen.
- Mit [Postenbildern](#) (pdf) arbeiten, so können auch Kinder beim Aufstellen helfen. Dazu den Kindern die jeweilige Materialliste zur Verfügung stellen. Sicherungen werden immer durch die Lehrperson erstellt und kontrolliert.
- Falls Kinder nicht mithelfen beim Aufstellen: Wenn möglich vor dem Unterricht, so stehen die Kinder nicht im Weg.
- Mit der Zeit geht es immer besser. Es heisst also auch hier: Übung macht den Meister!
- Es hat sich bewährt, einen Teil in der Sporthalle leer zu lassen, damit die Schülerinnen und Schüler selbstständig z.B. mit Reifen oder Seilen experimentieren und üben können.

Bemerkung: Es hat sich in der Praxis gezeigt, dass es sinnvoller ist, wenn nicht alle SuS alle Posten besuchen müssen.

Rundläufe

Die Kinder wählen und wechseln selbstständig von Posten zu Posten. Ab ca. Mitte bis Ende des Schuljahres, sollen die älteren Kinder dazu angespornt werden, alle verfügbaren Posten auszuprobieren. Dazu eignet sich die Postenform [«Rundlauf»](#). So merken die Kinder oft gar nicht, dass sie etwas Neues versuchen. Ängstliche Kinder haben bei dieser Form die Möglichkeit Abkürzungen zu nehmen.

Bei den [Hauptposten](#) können meistens ca. 10 Kinder gleichzeitig turnen. Deshalb ist ein organisierter Wechsel gar nicht nötig. Bei allen Posten kommt es auf die Einrichtung der Sporthalle an. Je nachdem, wo die festinstallierten Geräte sind und wie viel Material zur Verfügung steht, sind nicht alle Postenkombinationen möglich.

Die [Nebenposten](#) sind einfacher aufzustellen und kommen mit relativ wenig Material aus. Die Kinder können bei diesen Angeboten die Schwerpunkte (z.B. Kraft, Sprünge, Balancieren, etc.) der Hauptposten gesondert üben und/oder andere Bewegungen ausführen, welche die Hauptposten ergänzen. Die Nebenposten können auch für aktive Pausen genutzt werden.

Sicherheit



Alle Geräte, die für einen Posten verwendet werden, müssen gut gesichert werden. In der Sporthalle eignen sich dafür kurze Spannsätze. Diese gibt es günstig im Fachhandel oder im Baumarkt zu kaufen.

Die Vorteile beim Sichern mit einem Spannsatz:

- Es kann schnell und sicher angezogen werden und wieder gelöst werden.
- Es braucht keine Knotenkenntnisse.
- Matten können stark gebogen und zusammengebunden werden.
- Sie sind länger als normale Springseile.

Quelle: Miriam Rufer, Primarlehrerin Schule Unterleberberg, Hubersdorf



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO