

STUNDE 3

ZAUBEREI

INTENTIONEN

Stunde 3 thematisiert die Inhalte Anspannung und Entspannung, die im Bereich Bewegen an Geräten eine zentrale Rolle spielen. Die Kinder lernen ein Gefühl für Anspannung und Entspannung zu entwickeln und können somit ihren Körper besser wahrnehmen.

MATERIALIEN / GERÄTE

- M1 Aufgabenkarten Versteinering
- M2 Arbeitskarten Partnerübungen
- M3 Hallenplan
- Trommel / Triangel o. ä.
- Zauberstab
- Hütchen (pro Paar ein Hütchen)



STUNDENVERLAUF

1. BEGRÜßUNGSRITUAL

Neben dem Begrüßungsritual bietet sich ein Einstieg in die Zauberwelt an.

2. ERWÄRMUNG: DIE ZAUBERIN UND DER ZAUBERER

Die Lehrkraft (Zauberin oder Zauberer) lässt zunächst alle Kinder sich frei im Zauberwald (Halle) bewegen. Auf das erste akustische Signal hin bleiben alle Kinder versteinert stehen, auf das zweite Signal hin wird die Versteinering aufgelöst und alle laufen weiter. Folgende Versteineringungen sind möglich:

- beliebig
- Vogel
- Elefant
- Katze
- Maus
- Känguru
- Giraffe
- Löwe, usw.

Es empfehlen sich im Unterricht bereits thematisierte Tiere.

3. HAUPTTEIL: DIE ZAUBERLEHRLINGE

Nachdem die Zauberin oder der Zauberer (Lehrkraft) gezeigt hat, wie man Kinder versteinert, sind die Zauberlehrlinge (Kinder) an der Reihe. Die Lehrkraft fragt die Zauberlehrlinge, welche Wesen in einem Zauberwald leben. Daraufhin werden Paare gebildet (M1), die sich an einem Hütchen einfänden.

Im Hauptteil üben sich die Zauberlehrlinge an den Versteineringaufgaben, die sich in einem Briefumschlag befinden. Auf das erste akustische Signal beginnt der erste Zauberlehrling mit dem Versteinern des anderen Kindes. Die Lehrkraft weist darauf hin, dass der Zauberlehrling bei jeder Versteinering bis zehn (vgl. Karte) zählen muss und erst dann die Versteinering aufgelöst werden darf. Ertönt das zweite akustische Signal, erfolgt ein Rollenwechsel.



Folgende Versteinerungen werden von den Kindern durchgeführt

- Riese
- Fee
- Drache
- Einhorn
- Frosch
- Zwerg

Puffer

Zwei Zauberlehrlingspaare (mit ähnlicher Statur) finden sich zu einer 4er-Gruppe zusammen und üben weiterhin das Versteinern. Hierfür dienen folgende Übungen:

- **Ü1: Baumstamm (Pendel)**

Drei Kinder stehen in einer Linie (Abstand ca. eine Armlänge). Das mittlere Kind spannt sich an und lässt sich wie ein Baumstamm vor- und zurückfallen. Die beiden anderen Kinder fangen es vorsichtig auf und lenken es in die andere Richtung um. Dabei fassen die Hände an die Schultern.

- **Ü2: Schiefe Ebene; Schulter am Boden**

Ein Kind legt sich mit dem Rücken auf den Boden, die Hände liegen ausgestreckt neben dem Körper. Zwei weitere Kinder greifen es oberhalb vom Sprunggelenk und versuchen, es gestreckt anzuheben. Dabei werden die Beine gebeugt und der Rücken ist gerade.

- **Ü3: Liegestütz vorlings**

Ein Kind nimmt die Liegestützposition ein. Dabei werden die Hände auf Schulterhöhe aufgesetzt, die Finger zeigen nach vorne und der Rücken ist möglichst gerade. Gelingt dies, können zwei weitere Kinder versuchen, das Kind in die Schubkarre zu heben (vgl. Übung 2).

- **Ü4: Liegestütz rücklings**

Ein Kind nimmt die Liegestützposition rücklings ein (vgl. Übung 3). Gelingt dies, können zwei weitere Kinder versuchen, das Kind in die Schubkarre rücklings zu heben (vgl. Übung 2).

Durchführung

Mithilfe der Übungsformen versuchen die Zauberlehrlinge, abwechselnd das Gefühl von Anspannung und Entspannung (versteinern) zu üben. Die Lehrkraft koordiniert den Ablauf (Übungsreihenfolge und Zeit).

4. ABSCHLUSS

Es empfiehlt sich ein ritualisiertes Stundenende (z.B. Sitzkreis), das mit der Zauberwelt abschließt.

KORREKTURHILFEN/ HILFESTELLUNGEN

Baumstamm

Die äußeren Kinder fassen das mittlere Kind mit den Händen an den Schultern. Das mittlere Kind bleibt bei der Pendelbewegung angespannt. Der Bewegungsradius kann nach und nach erweitert werden.

Schiefe Ebene

Beim Anheben stehen die Kinder seitlich und platzieren ihre Hände oberhalb des Sprunggelenks, die Hände greifen von unten. Die Beine sind zunächst gebeugt und werden beim Anheben gestreckt. Der Rücken wird dabei stets gerade gehalten.

Liegestütz vorlings und rücklings

Die Hände (ganze Handfläche) werden auf Schulterhöhe aufgesetzt und die Finger zeigen nach vorne. Der Rücken ist möglichst gerade. Das Anheben verläuft wie in Übung zwei.

M2 Arbeitskarten - Partnerübungen



1-2-3-4-5-6-7-8-9-10

ZAUBEREI: HALLENPLAN

