

Fit von klein auf

„Sport im Elementarbereich“ – ein wichtiges Aufgabenfeld der BSJ / Von Corinna Keller

Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr!“ Was will uns dieser Satz sagen? Für die Bayerische Sportjugend (BSJ) ist eines sicher: je eher Kinder Spiel und Sport in ihren Alltag integrieren, desto selbstverständlicher werden sie ein „bewegtes Leben“ führen.

Die Fitnesswelle boomt und dennoch verschwindet die Bewegung aus unserem Alltag! Während in der Vergangenheit die Aufmerksamkeit des öffentlichen Interesses den Jugendlichen galt, steht aktuell die Altersgruppe der Kinder im Vordergrund. Die BSJ sieht ihre Aufgabe unter anderem darin, die körperliche Aktivität junger Menschen zu fördern, zu unterstützen und zu forcieren. Frühkindliche Bewegungserziehung mit kompetenter Betreuung ist ein großes Anliegen der BSJ. Dabei gilt es die Besonderheiten der Drei- bis Sechsjährigen zu kennen und zu berücksichtigen. Es handelt sich um ein sensibles Alter, das von verschiedenen Entwicklungsstufen mit speziellen Leistungsfähigkeiten geprägt ist und entsprechend betreut werden muss.

Daher wurde die bestehende Konzeption der Ausbildung Übungsleiter B Breitensport „Sport im Elementarbereich“ an die aktuellen Erkenntnisse angepasst. Die 2007 neu aufgelegte Praxismappe soll den Teilnehmern an der Ausbildung theoretisches Wissen über das pädagogische Konzept frühkindlicher Bewegungserziehung vermitteln, biologisch-medizinische Grundkenntnisse vertiefen und methodisch-didaktische Hinweise an die Hand geben, ergänzt durch zahlreiche Praxisanregungen für die Unterrichtsstunde.

„Achtung Bewegungsbaustelle“ Verwendung von Großgeräten zur Gestaltung von Bewegungslandschaften

Großgeräte sind...

alle großen Geräte, die in einer Sporthalle installiert sind oder aufgebaut werden können. Dazu gehören: Reck, Ringe, Barren, Weichbodenmatte, Kasten, Sprossenwand, Langbank usw.

Großgeräte bieten...

hohen Aufforderungscharakter, und verpackt in eine spannende Geschichte bringen sie den Kindern viel Spaß, regen die Kreativität an, bieten viele verschiedene Aktionsfelder und dienen je nach Aufgabenstellung dazu das soziale

Miteinander zu fördern. Gerade in der heutigen Lebenswelt, die die Kinder vieler Bewegungsmöglichkeiten und -erfahrungen beraubt, ist das Angebot von **Gerätekombinationen, die zum Klettern, Hangeln, Schaukeln, Schwingen, Kriechen, Balancieren, usw. einladen**, besonders wertvoll.

„Große Geräte, große Abenteuer“

Im Sinne des Abenteuersports ist die Verbesserung der Risikokompetenz ein Ziel der Nutzung von Großgeräten. Die Kinder lernen ihre eigenen körperlichen und motorischen Fähigkeiten und deren Grenzen kennen und verbessern spielerisch verschiedene motorische Fertigkeiten. Dadurch üben sie den Umgang mit Gefahren sowie das Dosieren und Kalkulieren von Risiko.

„Achtung Sicherheit“ Aufgaben des Übungsleiters

Dem ÜL kommt die verantwortungsvolle Aufgabe zu, stets den Sicherheitsaspekt zu berücksichtigen, um seiner Sorgfaltspflicht genüge zu leisten und Unfallverhütung zu betreiben. Risiken können und sollen nicht ausgeschlossen, sondern bewusst so gestaltet werden, dass sie von den Kindern zu bewältigen sind. Daher ist es notwendig, Gerätearrangements mit **unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden** anzubieten, damit **individuelle Bewältigungsstrategien** entwickelt werden können (Bsp.: schmale und breite Balancierflächen, hohe und tiefe Kästen...).

„Baustellen ohne Leerlauf – so läuft!“

Die **Intensität** sollte so gestaltet werden, dass keine Leerläufe oder Wartezeiten entstehen, sondern möglichst viele Kinder gleichzeitig beschäftigt sind. Eine offene Aufgabenstellung, wie z.B. „Wer schafft es, über die Balken zu balancieren?“, „Wie kann man die Hindernisbahn überwinden?“, „Probiert mal...“, appelliert an den Einfallsreichtum der Kinder. Sie haben dadurch die Möglichkeit, selbst Lösungen zu entwickeln, zu experimentieren und eigene Vorschläge zu erproben.



„Aufbauen, umbauen, abbauen – alle arbeiten mit!“

Auch beim Auf- und Abbau gilt es einiges zu beachten. Die Kinder können dabei sinnvoll einbezogen werden. Zugegeben wird der Auf- und Abbau anfangs viel Zeit in Anspruch nehmen, doch im Hinblick auf die damit einhergehende **pädagogische Funktion** sollte dieser Aufwand nicht gescheut werden. Die Kinder müssen **lernen, wie man die Geräte transportiert, aufbaut und miteinander verbindet**. Turnmatten und kleine Kästen können schon Kleiner gemeinsam tragen, bei schweren Gegenständen sollten Kollegen oder Eltern mit anpacken. Für den Aufbau kann es hilfreich sein, zu Stundenbeginn alle Beteiligten zusammenzuholen und anhand einer angefertigten Skizze das Vorgehen zu besprechen. Auch das Ende der Stunde muss gemeinsam erfolgen, indem alle nach dem Aufräumen der Geräte und Materialien nochmals kurz zusammenkommen.

„Sicherheit auf der Baustelle“ Aufgaben des Übungsleiters

- Der ÜL muss sich vorher von der Funktionstüchtigkeit aller eingesetzten Geräte überzeugen und auf äußerlich erkennbare Mängel prüfen (z.B. herausstehende Splitter bei Holzgeräten)
- Ausreichend große Abstände zwischen den einzelnen Geräten und Hallenwänden
- Schwungbereiche bei schwingenden Geräten freihalten
- Absicherung durch Matten
- Sicheres Beherrschen von Knoten
- Benutzung der Geräte nur auf ausdrückliche Erlaubnis des ÜL zulassen
- Auf Gefahren hinweisen, Ge- und Verbote aussprechen und Verstöße ahnden
- Sicherheits- und Hilfestellung gewährleisten
- Der ÜL sollte alles im Blick haben, um im Bedarfsfall schnell eingreifen zu können

Einfache Bewegungslandschaft

Verschiedene Geräte werden unzusammenhängend in der Halle aufgebaut, z.B.:

- Medizinbälle
- kleine Kästen
- Verkehrshütchen
- Langbänke
- verschiedene Matten

Den Kindern wird zunächst freigestellt, wie sie sich an den Geräten bewegen. Sie dürfen in einem offenen Spielbetrieb die verschiedenen Stationen ausprobieren und Lösungsmöglichkeiten zur Überwindung der Hindernisse finden. Der ÜL greift nur bei zu waghalsigen Aktionen ein. Im zweiten Teil der Stunde gibt der ÜL genaue Bewegungsanweisungen und stellt an jeder Station konkrete Bewegungsaufgaben, wobei er auch Ideen der Kinder aufgreifen kann.

Kombinierte Bewegungslandschaften

Die Verbindung mehrerer Großgeräte miteinander bedarf einer stabilen Befestigung, damit sich die Geräte nicht voneinander lösen. Dazu dienen Stricke, feste Sprungseile oder anderes Gurtmaterial aus dem Fachhandel, die mithilfe von Knoten (siehe *sportissimo Wissen*) verzurt werden.

„Flussüberquerung“

Sicherheitshinweise:

- nur in die Ringe treten
- Absicherung des Sturzgebietes mit Weichbodenmatte
- Belastung mit 1 Kind

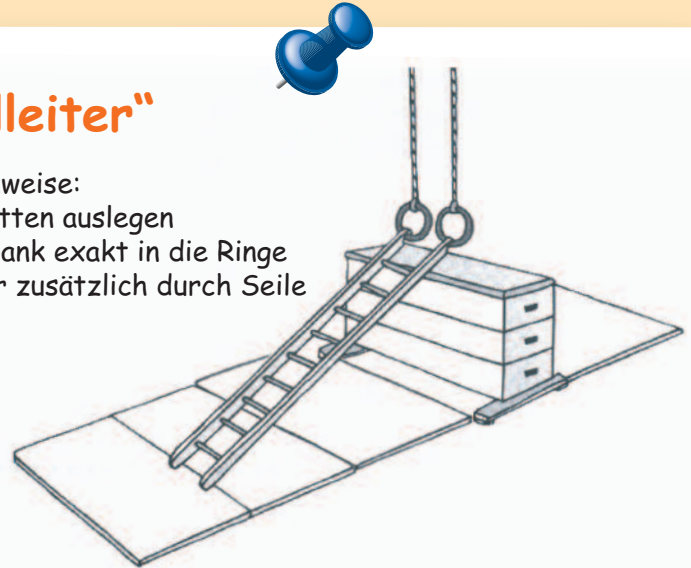


Schwerpunkt Klettern

„Wackelleiter“

Sicherheitshinweise:

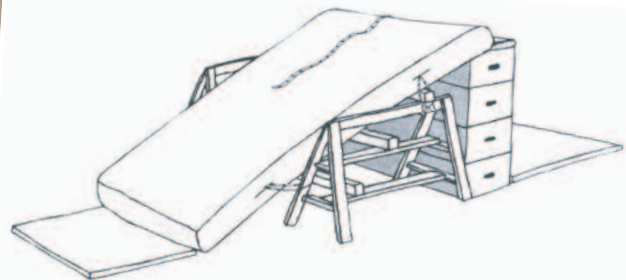
- genügend Matten auslegen
- Leiter/Langbank exakt in die Ringe einhaken oder zusätzlich durch Seile befestigen



„Kletterberg“

Sicherheitshinweise:

- Weichbodenmatte mit dem Lüneburger Stegel durch Seile fixieren
- Weichbodenmatte durch eine Niedersprungmatte vor dem Wegrutschen sichern
- Landezone hinter dem Kasten mit einer Nieder- oder Weichbodenmatte sichern
- mittig der Weichbodenmatte ein Seil befestigen, das als Aufstiegshilfe dient



beispiele

Schwerpunkt Schaukeln und Schwingen

„Hamsterrolle“

Sicherheitshinweise:

- Matten verwenden, die als Aufsprung- oder Landematte bereits ausrangiert wurden
- Möglichst stabile Holzreifen verwenden (keine Kunststoffreifen) ggf. zusätzlich mit Seilen zusammenbinden



„Reifenschaukel“

Sicherheitshinweise:

- Vorsicht mit Ventil des Reifens!
- Schaukelgurt verwenden (Fachhandel)
- max. 2 Kinder in der Schaukel
- Absicherung mit Matten

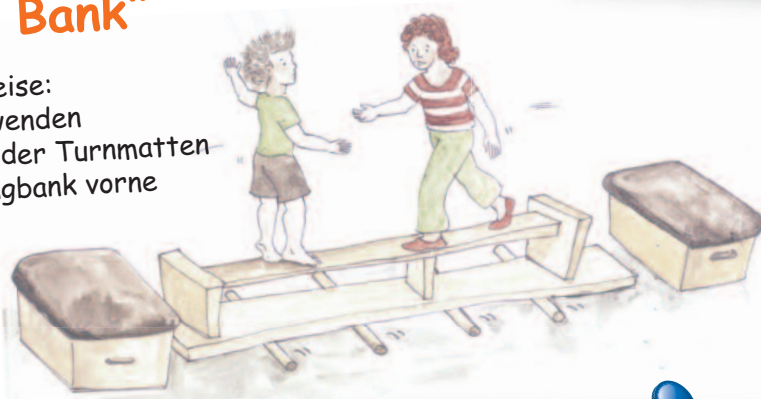


Schwerpunkt Balancieren

„Rollende Bank“

Sicherheitshinweise:

- Holzstäbe verwenden
- kleine Kästen oder Turnmatten sichern die Langbank vorne und hinten (Abstand circa 50 cm)



„Wippe“

Sicherheitshinweise:

- Turnmatten unter die Bankenden
- kleinen Kasten in die Mitte (maximale Höhe 30 cm)



SPORTISSIMO-WISSEN Kleine Knotenkunde

Zum Verbinden von Großgeräten ist es wichtig, verschiedene Knoten zu kennen und zu können. Je nach Gerätezusammensetzung eignen sich unterschiedliche Knoten, die im Folgenden erläutert sind:

1. Der einfache Palstek:

Wenn man einen Knoten braucht, der sich nicht zuzieht



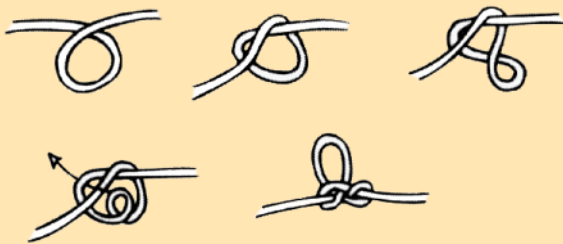
2. Palstek und Schlinge:

Der zieht sich zu!



3. Das Seilspannauge:

Zum Straffen eines Seils und zum Bau eines Seilstegs. Besonders wichtig, wenn die beiden Enden eines Seils schon belegt sind!



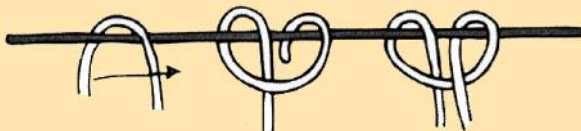
4. Kreuzknoten:

Seilverbindung von gleichen Seilen



5. Mastwurf:

Zugknoten, der sich bei Zugbelastung in jede Richtung zuzieht



6. Gesteckter Mastwurf:

Befestigung eines Seils an jeder denkbaren Befestigungsmöglichkeit



Gedicht

Das Kind erlebt im Spiel die Welt,
ist Forscher und Entdecker,
spielt Mama, Papa, Sonne, Wind,
spielt Doktor, Lehrer, Bäcker,
spielt sich von seinen Ängsten frei,
sucht Antworten auf Fragen,
erschließt sich so die Wirklichkeit,
lernt nicht gleich zu verzagen.
Das ICH entdeckt im Spiel das DU,
das WIR – und schenkt Vertrauen,
erlebt Enttäuschung, Lebenslust,
lernt, auf das DU zu bauen;
empfindet Liebe, Trauer, Glück,
lernt geben, teilen, gönnen.
Das Spiel macht Kinder SELBST-bewusst,
entwickelt sich zum Können.
Spielen ist keine Spielerei –
ist Abenteuer – Leben.
Lasst Kinder spielen, träumen, tun,
dann kann die Seele schweben.

Von Karin Schaffner
(Mitglied der BSJ-Arbeitsgruppe Sport im Elementarbereich)

Noch Fragen zur Ausbildung Übungsleiter B Breitensport – „Sport im Elementarbereich“ der BSJ oder wollen sie die Praxismappe „Sport im Elementarbereich“ für 22 Euro zzgl. Porto bestellen? Wenn ja, dann ...



wenden Sie sich unter Angabe ihrer Adresse für eventuelle Rücksprachen an:

Bayerische Sportjugend im BLSV
Georg-Brauchle-Ring 93
80992 München
oder per E-Mail: corinna.keller@blsv.de

Wir werden uns bemühen, die richtige Antwort zu finden!
Infos auch unter www.bsj.org