

### 5.4.3 Auf schmalem Grat

**Altersgruppe:** 5–9 Jahre

**(Spiel-)Dauer:** ca. 15 Minuten

**Setting:** Gruppe mit bis zu 20 Kindern

**Material:**

- Schwämme in verschiedenen Farben/Formen
- 2 Turnbänke



**Vorbereitung:**

- Turnbänke aneinander gereiht in der Mitte des Raumes aufbauen
- Schwämme um die Bänke herum auf dem Boden verteilen

**Durchführung:**

Die Kinder bekommen freie Zeit zum Bauen mit den Schwämmen. Das Bauwerk soll auf der Bank errichtet werden und darf allein, zu zweit oder in einer kleinen Gruppe erstellt werden.



**Variation:**

- a) Es gibt eine vereinbarte Zeitvorgabe, wie lange die Kinder an ihrem Bauwerk bauen dürfen.
- b) Die Bank wird umgedreht, sodass die schmalere Seite zum Bauen genutzt werden kann.

**Impulse und Handlungsweisen der Psychomotorik:**

- Materialerfahrung
- Feinmotorik und Geschicklichkeit
- Sozialkompetenz (Absprachen, Rücksichtnahme, Kooperation)
- Visuelle Wahrnehmung (Raum-Lage)
- Selbstbestimmtes Handeln
- Kreativität
- Handlungsplanung

- Selbstwirksamkeit
- Frustrationstoleranz

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Förderaspekte</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>Planung</b> = Vorstellung, wie man stabiles Bauwerk aus den Schwämmen auf einem schmalen Untergrund errichten kann</li> <li>▶ <b>Räumliche Wahrnehmung</b> = Räumliche Beziehungen (wie viel Platz habe ich zur Verfügung zum Rand der Bank und zu meinen Nachbarn?)</li> <li>▶ <b>Inhibition</b> = Regulation von Verhalten und Emotionen; sich nicht von benachbartem Bauen anderer Kinder ablenken lassen</li> <li>▶ <b>Zeitmanagement</b> = das Bauwerk innerhalb einer bekannten Zeitvorgabe fertig stellen (Variation)</li> <li>▶ <b>Achtsamkeit</b> = vorsichtiges Bewegen beim Bauen, um benachbarte Bauwerke nicht zu beschädigen; kontrollierte Bewegungssteuerung, damit das eigene Bauwerk auf der schmalen Bank hält</li> </ul> |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### 5.4.4 Der achtsame Schatzräuber

**Altersgruppe:** 5–9 Jahre

**(Spiel-)Dauer:** ca. 30 Minuten

**Setting:** Kleingruppe mit 2–4 Kindern

##### Material:

- Gewichtsmemory: Flaschen (z. B. von Smoothies oder Babynahrung), Sand zum Befüllen (s. Kapitel 4.3)
- Geräusche-Memory: kleine Dosen (z. B. Filmdosen), Material zum Befüllen (z. B. Stroh, Papier, Sand, Styropor, stabile Muscheln, Murmeln, Steine)
- „Ball in den Reifen“: Reifen, kleiner Gymnastikball (s. Kapitel 4.3)
- Tastsäckchen: undurchsichtiger Sack, Material zum Erfühlen (z. B. Wäscheklammer, Büroklammer, Radiergummi, Stift, Kreisel, Murmel, Perle)
- Tastspiel „Fingerspitzengefühl“ = mit flüssiger durchsichtiger Klebe (alternativ Klebepistole) auf festeres Papier malen (s. Kapitel 4.1)
- Drehkreisel (s. Kapitel 4.2)
- 6 Schatzkisten
- 6 Bausteine oder 6 farbige Tücher in den Farben des Farbwürfels
- Bildkarten für eine Bildergeschichte
- Farbwürfel



### Vorbereitung:

- Bausteine kreisförmig aufstellen
- jeweils eine Schatzkiste auf einem Baustein bereitstellen
- einzelne Achtsamkeitsübungen vorbereiten (siehe Material)
- zu jeder Schatzkiste das Material für eine Achtsamkeitsübung zuordnen
- Bildkarten in den Schatzkisten verstecken
- Farbwürfel bereitlegen



### Durchführung:

Ein Kind beginnt und würfelt den Farbwürfel, um damit zu bestimmen, mit welcher Schatzkiste die Kinder starten. Um die geheimnisvolle Schatzkiste zu öffnen, absolvieren die Kinder gemeinsam (in Kooperation) die jeweilige Achtsamkeitsübung:

- Gewichtsmemory: durch Spüren zwei gleichschwere Flaschen finden; alle Flaschen zu Pärchen zuordnen
- Geräusche-Memory: durch Hören zwei Dosen finden, die mit demselben Material befüllt sind; alle Dosen zu Pärchen zuordnen
- „Ball in den Reifen“: den Ball aus einer bestimmten Entfernung (ca. 2 – 3 Meter) losrollen, sodass er im Reifen liegen bleibt
- Tastsäckchen: Gegenstände im Säckchen erfühlen und benennen
- Tastspiel: Tiere/Formen/Buchstaben/Gegenstände mit den Fingerspitzen erfühlen und benennen
- Kreisel: auf dem Kreisel sitzen, knie oder stehen und sanfte Bewegungen spüren, wenn der Kreisel langsam gedreht wird

Alle erhaltenen Bildkarten aus den Schatzkisten werden in der Mitte gesammelt. Nachdem alle Bildkarten gefunden wurden, dürfen die Kinder diese in die richtige Reihenfolge bringen, so dass sich eine sinnvolle Bildgeschichte ergibt.



### Variationen:

- a) Es können andere Achtsamkeitsübungen eingesetzt werden.
- b) Der Inhalt der Schatztruhen kann verändert werden (z. B. einzelne Buchstaben, aus denen ein Lösungswort gefunden werden muss).

### Impulse und Handlungsweisen der Psychomotorik:

- Entwicklungsorientierung
- Emotionales Empfinden (Spannungsmomente aushalten)
- Materialerfahrung
- Körpererfahrung (Körperschema)
- Sozialkompetenz (Kooperation)
- Ganzheitlichkeit
- Selbstbewusstsein/positives Selbstkonzept
- Beziehungsarbeit (Begleitung des Handelns)
- Wahrnehmungsleistungen (taktil, taktil-kinästhetisch, auditiv, vestibulär)

### Förderaspekte

- ▶ **Aufmerksamkeit** = Selektion (Störfaktoren ausblenden und fokussieren)
- ▶ **Planung** = serielle Abfolge der Bildergeschichte erkennen und wiedergeben
- ▶ **Inhibition** = Regeleinhaltung; Impulskontrolle/Bewegungskontrolle
- ▶ **Kognitive Flexibilität** = sich immer wieder auf neue Aufgaben einstellen, die unterschiedliche sensorische Kanäle ansprechen und zur Verarbeitung auffordern; distale Reizverarbeitung; multisensorische Integration
- ▶ **Achtsamkeit** = bewusstes Wahrnehmen der unterschiedlichen Reize; Spüren des eigenen Körpers; Fingerdiskrimination; Tastschärfe/Oberflächensensibilität; auf die unterschiedlichen Reize fokussieren