

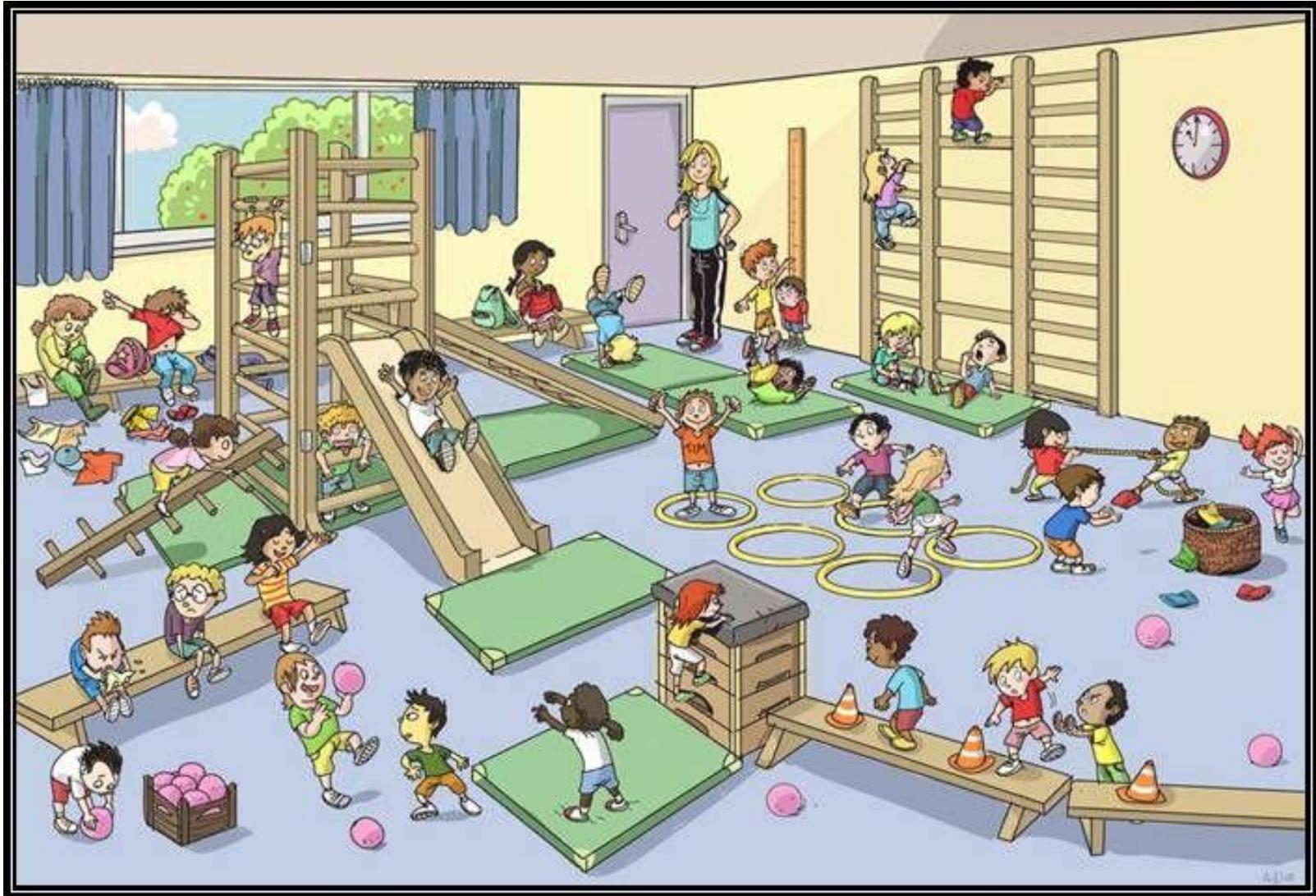


Dr. Daniel Wirszing

Bewegungslandschaften in Klasse 0-4

Begriffe

Bewegungslandschaft, Gerätearrangement,
Turnlandschaft, Aufbau, Abenteuerturnen/
landschaft, Gerätebahnen, Parcours...?



Meine Ziele dieser Veranstaltung:

- Eckpunkte des Psychomotorischen Sportunterrichts
- Was macht BL aus und Abgrenzung von verwandten Gerätearrangements
- Beliebte, erprobte und verbreitete BL-Stationen
- Stationen situationsbedingt anpassen / umdeuten, Variationsmöglichkeiten
- Sicherheitsgefahren
- Rahmenplankonformität
- Planung von BL planen und Anregungsquellen
- Typische Probleme von BL und Lösungen
- Didaktisch-methodische und organisatorische Hinweise

Eigene Erfahrungen einbringen und viele Fragen stellen!

21 Jahre zuvor...



... und heute!



Phase 1: Theorie

Einführung, Definitionen, Sicherheit, Rahmenplan, Gerätekunde

Phase 2: Praxis

Erprobung, Reflektieren

Phase 3: Theorie

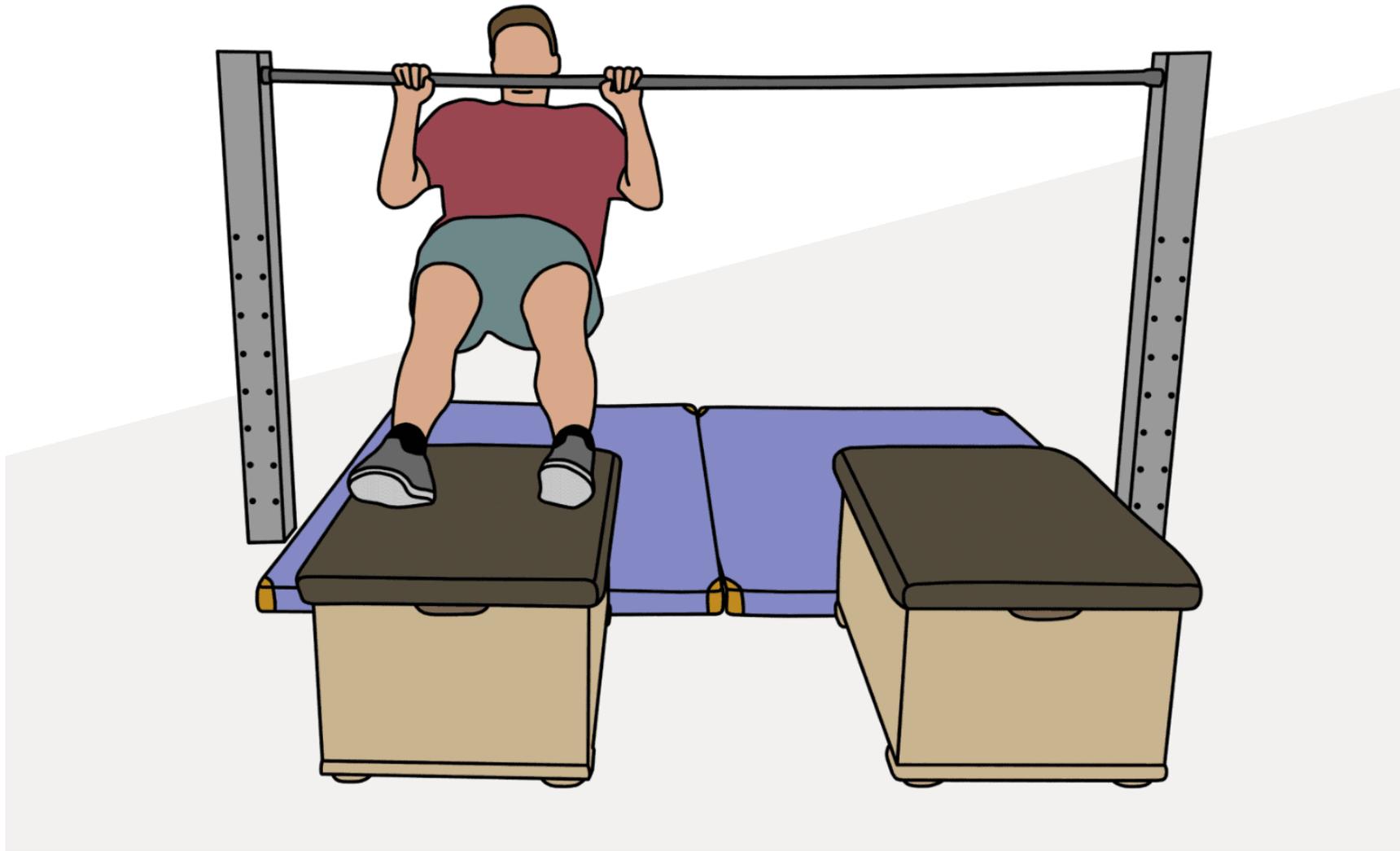
Didaktik und Organisation, Probleme und Kritik, Zusammenfassung /
Fazit, Rückmeldungen, Quellen





Abgrenzung von anderen „Verwandten“















Abgrenzung von anderen „Verwandten“:

1. Turnerischen Stationsaufbauten
2. Abenteuersport / Erlebnissport
3. Stationslernen mit motorischem Schwerpunkt
4. Spielen, wie Takeshi's Castle, Gerätebrennball
5. Indoorspielplatz
6. Le Parkour / Freerunning
7. Bewegungsbaustelle

Trotz vieler Vermischungen und Kombinationen:

Im Folgenden wird unter Bewegungslandschaft stets eine „Psychomotorische Bewegungslandschaft“ verstanden.

Was ist Psychomotorik?

Psychomotorik

- Ursprung vor 1971, gegründet von J. Kiphard
- Therapieform: psychische Entwicklungsstörungen durch körperliche Bewegungshandlungen reduzieren/beheben

Psychomotorik

- Ursprung vor 1971, gegründet von J. Kiphard
- Therapieform: psychische Entwicklungsstörungen durch körperliche Bewegungshandlungen reduzieren/beheben

Psychomotorischer Sportunterricht (Psychomotorisch-orientierter Sportunterricht)

- Erkenntnisse der Psychomotorik im schulischen Sportunterricht umzusetzen
- Offenes Unterrichtskonzept

*„Bewegung und Wahrnehmung sind der Motor
der Entwicklung und die Basis des Lernens“*

(Prof. Dr. Renate Zimmer, 2004)

Grundprinzipien der psychomotorischen Arbeit:

- **Unversehrtheit** (Sicherheit und Grenzen!)
- **Freiwilligkeit und Selbstbestimmung**
- **Kooperation**
- **Veränderbarkeit** (Geräte und Regeln!)
- **Vielfältigkeit und Angemessenheit**

- Ursprünglich im therapeutischen Bereich (Motologie) und im elementarpädagogischen Bereich eingesetzt
- Hamburger Tradition an Grundschulen (Aufbautag)
- Legitimation über die „Veränderte Kindheit“
- In HH: Reduktion der PSM auf **BL**

Acht Merkmale von psychomot. Bewegungslandschaften (Zsf. versch. Def.):

1. Gerätekombination zu Gesamtaufbau
2. Grundformen der Bewegung
3. Förderperspektive / Sinneserfahrungen
4. Planungskompetenz der Kinder
5. Materiale Provokation
6. Umfunktionierung und Umdeutung: „Bewegungslandschaften schreiben nicht vor, sie bieten an. (...) Sie bergen Bewegungsthemen in sich, die erst in der tätigen Auseinandersetzung entdeckt werden.“
(Kretschmer, 1997)
7. Bereitstellung unterschiedl. Herausforderungs-/Schwierigkeitsgrade
8. Einbindung in Geschichten

Geschichtliche Einbettung	Motorische Schwerpunkten
Im Dschungel	Schwingen, Springen
Wir überwinden eine Schlucht	Klettern, Hangeln, Springen
Nach dem Flugzeugabsturz	Balancieren, Springen
In den Wolken	Springen, Schwingen, Rutschen
Burg stürmen (Harry Potter, Ritter befreien die Prinzessin, Ninja stürmen eine Festung)	Klettern, Springen, Hangeln, leise Bewegungen
Im Straßenverkehr / auf der Rennstrecke	Rollen, Gleiten, Fahren, Verkehrserziehung
Hamburg-Themen (Störtebecker)	diverse

Ziele und Potentiale von Bewegungslandschaften (Kretschmer, 1997 **erweitert)**

1. Thematisierung wichtiger Bewegungs- und Spielschwerpunkte, die sich aus den Gerätearrangements ergeben : Kinder erschließen sich in Bewegung ihre Umwelt und gestalten sie teilweise, sie können selbst Spielthemen einbringen
2. Ermöglichung weitgehender Selbstbestimmung und Selbsttätigkeit: Kinder haben die Freiheit, ihre Aktivitäten selbst zu bestimmen. (→ Veränderte Lehrerrolle)
3. Möglichkeit zum Erkunden und Üben, Spielen und Entspannen.
4. Soziale Verantwortung und Rücksichtnahme: Vergleichsweise wenige Regeln und Verbote, meist wenig Anlässe für Konflikte (→ Selbstregulierung).
5. **Gute Voraussetzungen für Inklusion im Sportunterricht und Aufhebung von Sprachbarrieren.**
6. **Motivation und Eigenaktivität der Kinder → ein „anderer“ Sportunterricht, andere Beobachtungen werden möglich.**

Der Baukasten: Drei Entscheidungen

1. Arrangement
2. Nutzungsweise / Arbeitsaufträge
3. Aufbau / Veränderbarkeit

1. Arrangement

- Freier Stationsaufbau
- Kreislaufbau mehrerer Stationen
- Kreislaufbau als vollständiger Rundlauf



Auswirkungen auf Nutzung!!!



2. Nutzungsweise / Arbeitsaufträge

- Freie Nutzung
- Halbfreie Nutzung (z.B. bzgl. Reihenfolge, „jeder alles einmal“, Arbeitsauftrag)
- Vorgegebene Nutzung (durch Lehrkraft oder durch Arrangement)

3. Aufbau / Veränderbarkeit

- Lehrkräfte (ggf. m. Helfern) bauen auf
- Kinder bauen auf (mit/ohne Vorgaben)
- Lehrkräften bauen auf und Kinder verändern/erweitern

Arrangement

- Freier Stationsaufbau
- Kreislaufbau mehrerer Stationen
- Kreislaufbau als vollständiger Rundlauf

Nutzungsweise/Arbeitsaufträge

- Freie Nutzung
- Halbfreie Nutzung (z.B. bzgl. Reihenfolge, „jeder alles einmal“, Arbeitsauftrag)
- Vorgegebene Nutzung (durch Lehrkraft oder durch Arrangement)

Aufbau/Veränderbarkeit

- Lehrkräfte (ggf. m. Helfern) bauen auf
- Kinder bauen auf (mit/ohne Vorgaben)
- Lehrkräften bauen auf und Kinder verändern/erweitern

Hamburger Bildungsplan Sport

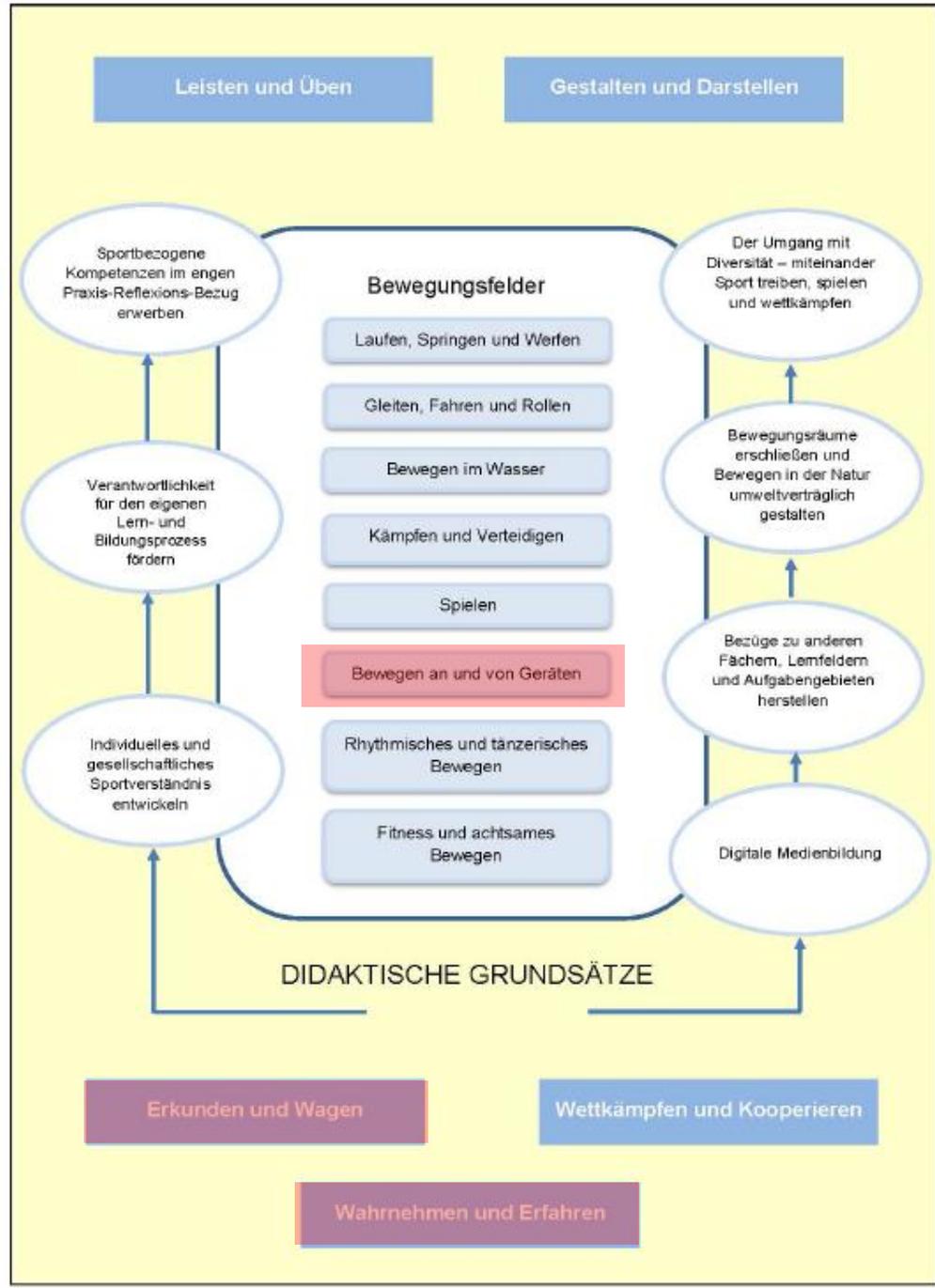
Bewegen an und von Geräten

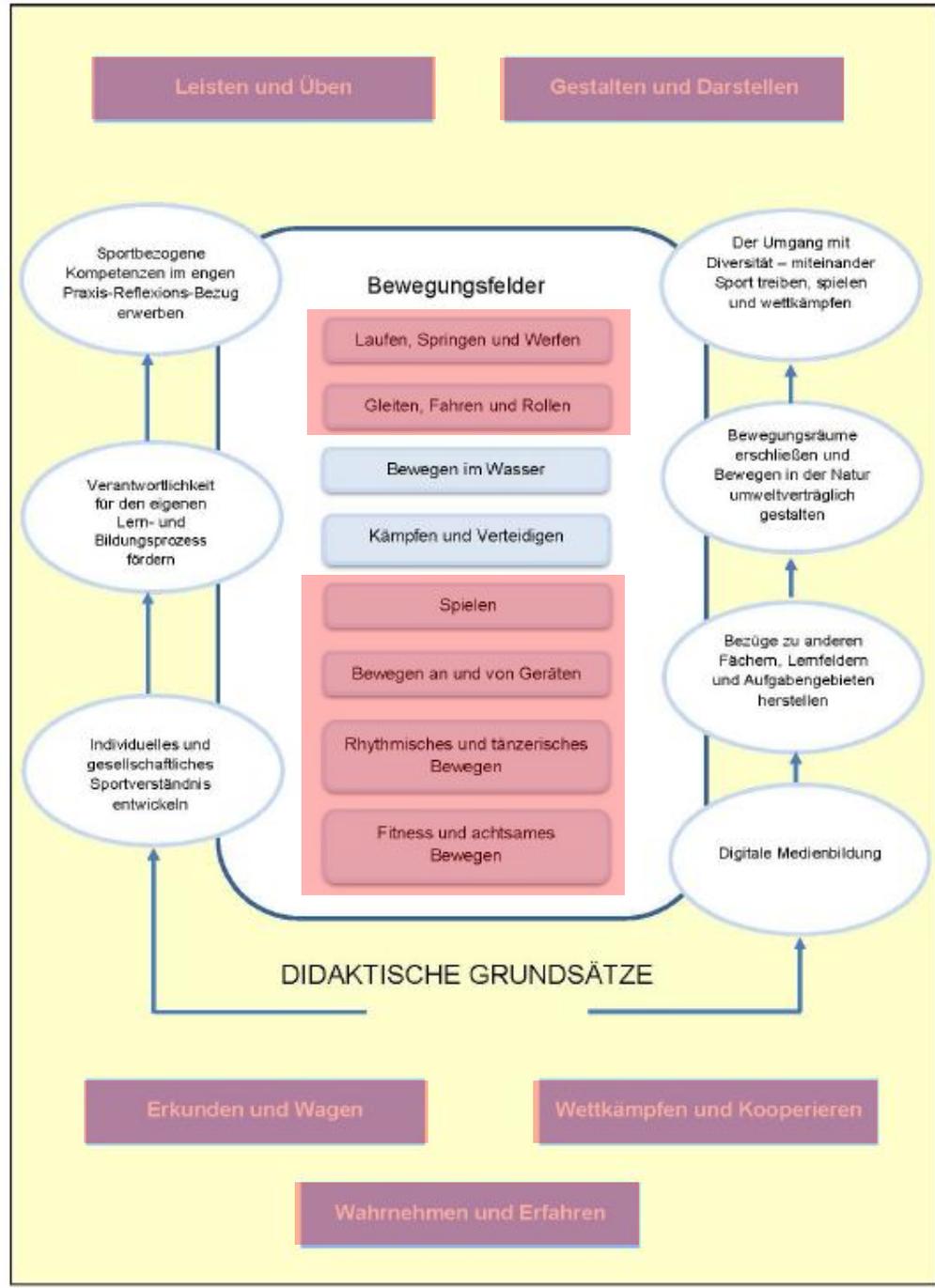
Beim Bewegen an und von Geräten nehmen Schülerinnen und Schüler ihren Körper in unterschiedlichen Raumlagen und Raumbeziehungen wahr. Sie setzen sich mit unterschiedlichen Spiel- und Sportgeräten sowie mit Alltagsmaterialien auseinander und machen Erfahrungen mit dem Gleichgewicht, der Schwerkraft und der Höhe. Sie lernen Risiken einzuschätzen und abzuwägen, Ängste zu erkennen, zu äußern und zu bewältigen, um dadurch ihre individuellen Bewegungsmöglichkeiten zu erweitern. Soziale Erfahrungen erschließen sich einerseits durch vielfältiges gemeinsames Bewegen und andererseits beim Helfen und Sichern. Bewegungen an Geräten und Kletterwänden beziehen sich nicht nur auf die Sporthalle, sondern schließen auch Spielgeräte auf dem Schulhof oder dem Spielplatz ein und beinhalten das eigene Herstellen von Materialien.

In diesem Bewegungsfeld wird besonders der Kompetenzerwerb im Bereich „Erkunden und Wagen“ ermöglicht.

Schwerpunkte sind:

- Den Körper beim Überschlagen, Schaukeln, Stützen, Balancieren, Springen, Fliegen, Drehen, Rollen und Klettern erleben und dabei raum- und gerätespezifische Bewegungserfahrungen sammeln;
- unterschiedliche Material- und Bewegungseigenschaften der Geräte erkunden;
- Bewegungsformen an Geräten erlernen und erfinden;
- Bewegungsformen variieren, kombinieren und präsentieren;
- Gerätekombinationen erstellen, bewältigen und variieren;
- Kunststücke (z. B. Akrobatik und Jonglage) erfinden und präsentieren;
- einen sicheren und sachgerechten Umgang mit Geräten erlernen;
- an Geräten und Kletterwänden klettern.





Bewegungsfeld 6 – Bewegen an und von Geräten

Beobachtungskriterien am Ende der Jahrgangsstufe 2	Regelanforderungen am Ende der Jahrgangsstufe 4
<p>Können die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung aufbauen, halten und wahrnehmen? • sich gegenseitig helfen? • Geräte für den gemeinsamen Auf –und Abbau sicher transportieren? • an unterschiedlichen Geräten ansatzweise Schwingen, Hangeln, Schaukeln, Klettern, Stützen, Springen, Rollen Drehen und Balancieren? • an Geräteaufbauten mit unterschiedlichen Anforderungen durch Höhe, Neigung, Breite und Instabilität balancieren? • Mit herausfordernden Aufgabenstellungen (geschlossene Augen, rückwärts etc.) balancieren? • verschiedene Bewegungen an Bewegungslandschaften und Bewegungsbaustellen umsetzen? • elementare turnerische Fertigkeiten (z. B. beidbeiniger Absprung vom Sprungbrett und Minitrampolin, kontrolliertes Landen nach Sprüngen, Rollen um die Längsachse, Rolle vorwärts oder Hockwende) ausführen? • eigene Ängste erkennen, äußern und Bewältigen? • Risiken abwägen und einschätzen? • verschiedene Handgeräte (z. B. Seil, Ball, Reifen, Tuch, Band, Keule, Stab) bewegen und einfache Kunststücke damit erfinden? • Seilspringen (Grundsprünge)? • Gemeinschaftliche Sprungspiele mit einem langen Seil ausführen? • einen Zusammenhang zwischen Anstrengungsbereitschaft, Durchhaltevermögen und Lernzuwachs herstellen? 	<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> • nehmen Körperspannung wahr und können sie aufbauen und halten; • helfen sich gegenseitig in einfachen Bewegungssituationen; • springen am Kasten oder Bock und am Minitrampolin (beidbeiniger Absprung; kontrollierte Landung); • können Geräte richtig auf und abbauen; • stehen in einfacher Form auf Händen; • entwickeln synchrone Bewegungsfolgen mit turnerischen Elementen; • präsentieren eine synchrone Bewegungsgestaltung und geben sich gegenseitig Feedback; • turnen grundlegende akrobatische Figuren (z. B. Bank, Stuhl oder Kleinpyramiden); • beherrschen Kunststücke mit Kleingeräten (z. B. Seil, Ball, Reifen, Tuch, Band, Keule, Stab, Jongliertuch) und können sie inszenieren und präsentieren; • können sicher Seilspringen und beherrschen auch erweiterte Sprünge (z. B. Laufsprung, Rückwärtsspringen, Doppelschlag, Kreuzschlag, Gruppensprünge); • springen gemeinschaftlich mit einem langen Seil; • stellen einen Zusammenhang zwischen Anstrengungsbereitschaft, Durchhaltevermögen und Lernzuwachs her; • kennen Kriterien zur Beurteilung von Bewegungsqualität.

... hat Zutrauen in eigene Fähigkeiten und Fertigkeiten (Selbstvertrauen)	... zeigt Interesse an anderen Menschen und Beziehungen, nimmt Kontakt auf (Interesse an sozialen Beziehungen, Kontaktfähigkeit)	... zeigt Neugier und Interesse, Neues zu lernen (Neugierverhalten, Explorationshaltung)
... hat Zutrauen, durch eigenes Handeln etwas bewirken zu können (Selbstwirksamkeit)	... hilft anderen und geht auf andere ein (Fähigkeit zur Solidarität)	... konzentriert sich auf etwas (Konzentrationsfähigkeit)
... hat eine realistische Einschätzung dessen, was er/sie kann (Selbstkonzept)	... kann sich in andere hineinversetzen und nimmt Rücksicht auf andere (Fähigkeit zur Perspektivübernahme, Empathie)	... kann Geleertes wiedergeben und sich Neues gut aneignen (Gedächtnis, Merkfähigkeit)
... entwickelt eine eigene Meinung und vertritt diese gegenüber Anderen (Fähigkeit für sich einzustehen)	... übernimmt Verantwortung für sich und andere (Verantwortungsübernahme)	... kann logische Zusammenhänge erfassen und zieht Schlussfolgerungen (Logisches Denken)

... nimmt eigene Gefühle wahr, kann diese ausdrücken und mit ihnen umgehen (Fähigkeit mit eigenen Gefühlen umzugehen)	... beteiligt sich an Gesprächen und geht angemessen auf Gesprächspartner ein (Kommunikationsfähigkeit)	... hat kreative Ideen (Kreativität, Flexibilität im Denken)
... geht mit Misserfolg und Kritik konstruktiv um (Frustrationstoleranz)	... kooperiert in Gruppen (Kooperationsfähigkeit)	... arbeitet und lernt selbstständig (Fähigkeit selbstständig zu arbeiten)
... ist beharrlich und ausdauernd (Beharrlichkeit)	... hält vereinbarte Regeln ein (Fähigkeit zur Regelakzeptanz)	... nutzt verschiedene (Lern-) Strategien, um Aufgaben zu bewältigen (Fähigkeit erworbene Strategien anzuwenden)
... zeigt Eigeninitiative (Eigeninitiative)	... verhält sich in Konflikten angemessen (Konfliktfähigkeit)	... plant, gestaltet und reflektiert Lernprozesse (Fähigkeit Lernprozesse zu reflektieren, Metakognition)



Hmb. Standardausstattung



Individuelle Sonderausstattung



Lüneburger Stegel



Moderne Geräte, hier: Cube Sport

Bewegliche Geräte	Anz		
Wettkampfbarren	0	Niedersprungmatte 12cm stark	2
Barrenmattenset zu 43.1.	0	Kletterleiter	2
Jugendbarren	2	Halbleiter	1
Barrenmattenset zu 43.3.	2	Rollenrutschbahn (2,50m)	1
Wettkampfschwebebalken	0	Ballwagen	3
Kombischwebebalken	2	Hockeybande	0
Transportroller für Wettkampfschwebebalken	0	Wagen für Hockeybande	0
Turnpferd	0	Hochsprungständer (2 Stück immer bestellen)	0
Turnbock, Gr. I	1	Hochsprunglatte Zacharias	0
Turnbock, Gr. III	1	Korbballständer	0
Sprungkasten, 1-teilig (kleiner Kasten)	8	Rollbrettwagen	1
Sprungbrett "Budapest" (bis 95kg)	0	Rollbretter	12
Sprungbrett "Strassburg" (bis 80 kg)	2	Kletternetz für Turnringe	1
Sprungbrett " Junior" nur für Grundschulen	2		
Sprungkasten, 5-teilig (großer Kasten)	4		
Transportwagen kleine Kästen	1		
Absprungtrampolin	3		
Turnbank, 4 m mit Rollen	6		
Leichtturnmatten: 4 Farben	16		
Turnmatten mit Tragegriff	0		
Mattenwagen	2		
Weichböden, 30 cm stark	2		





Wall groß
1175,63 €



Wall klein
1091,60 €

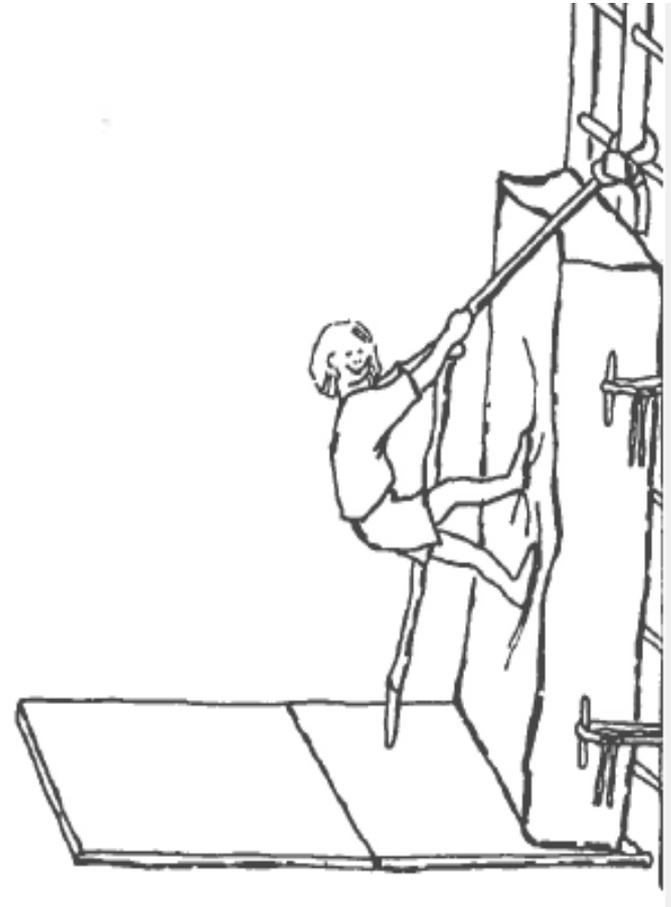
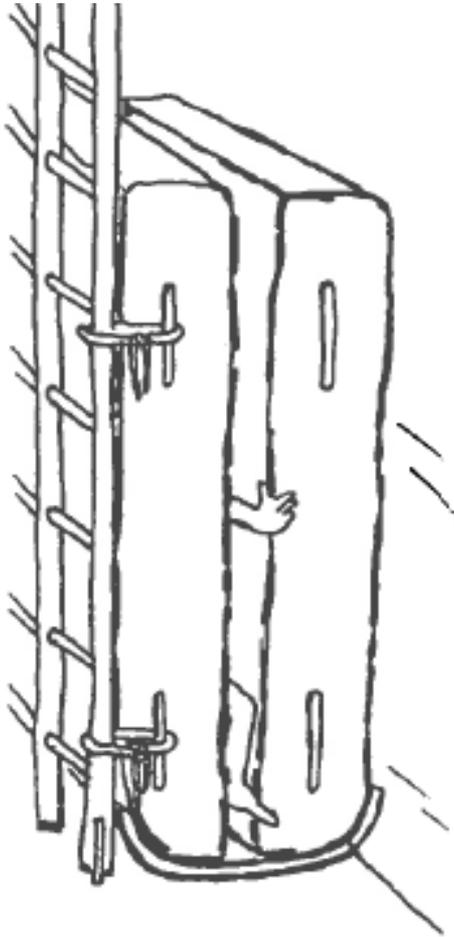


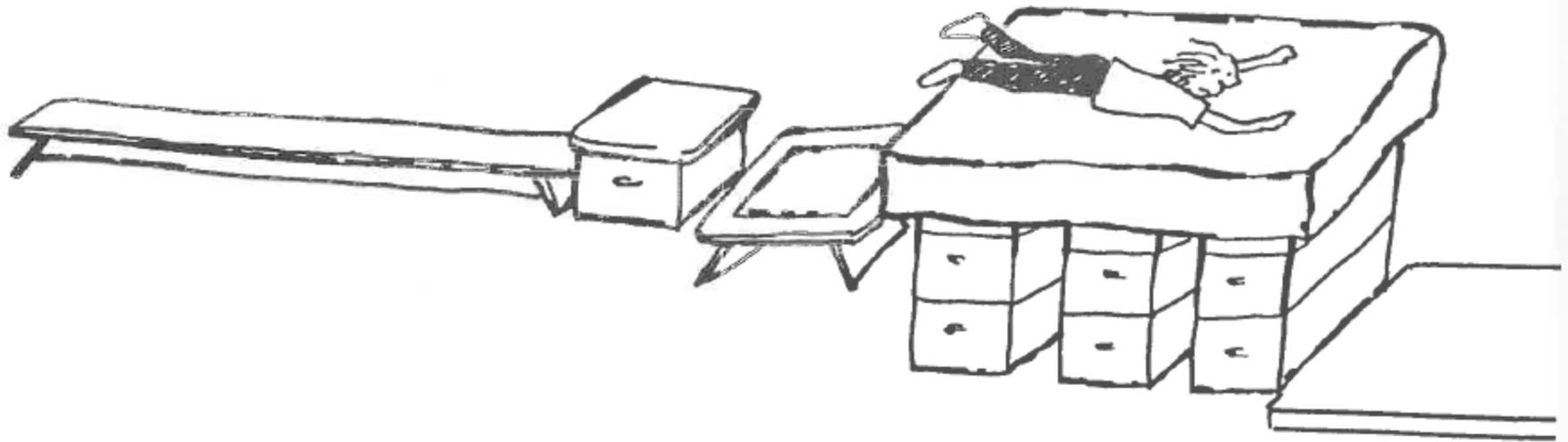
Halbleite
226,05 €

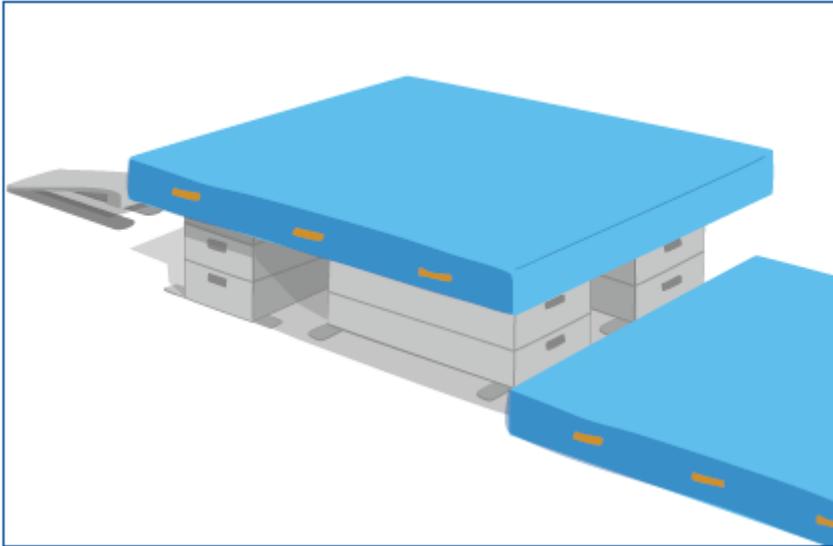


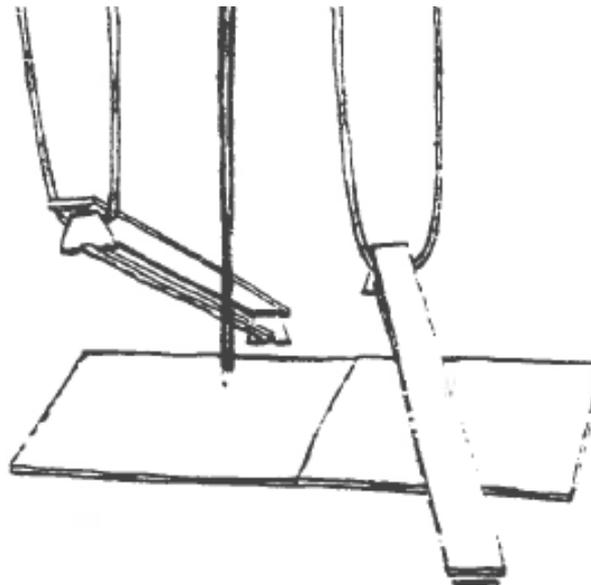
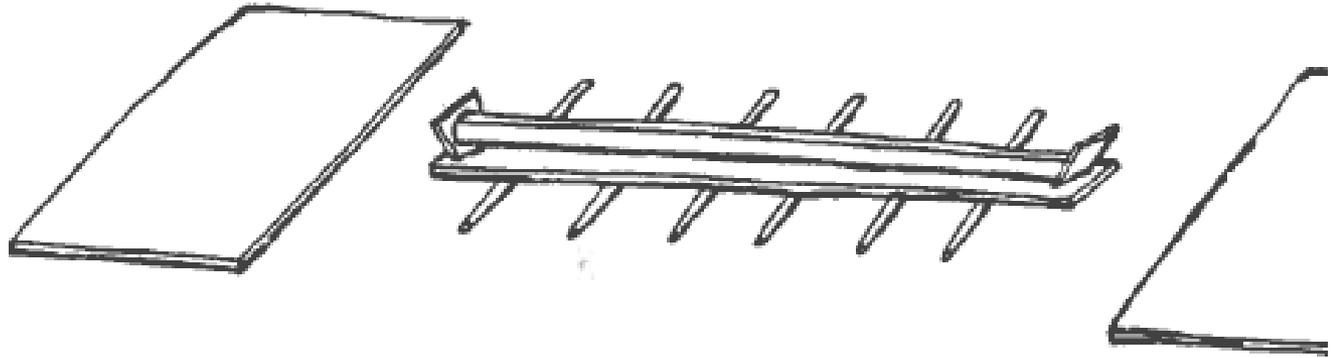
Hühnerleiter
289,92 €

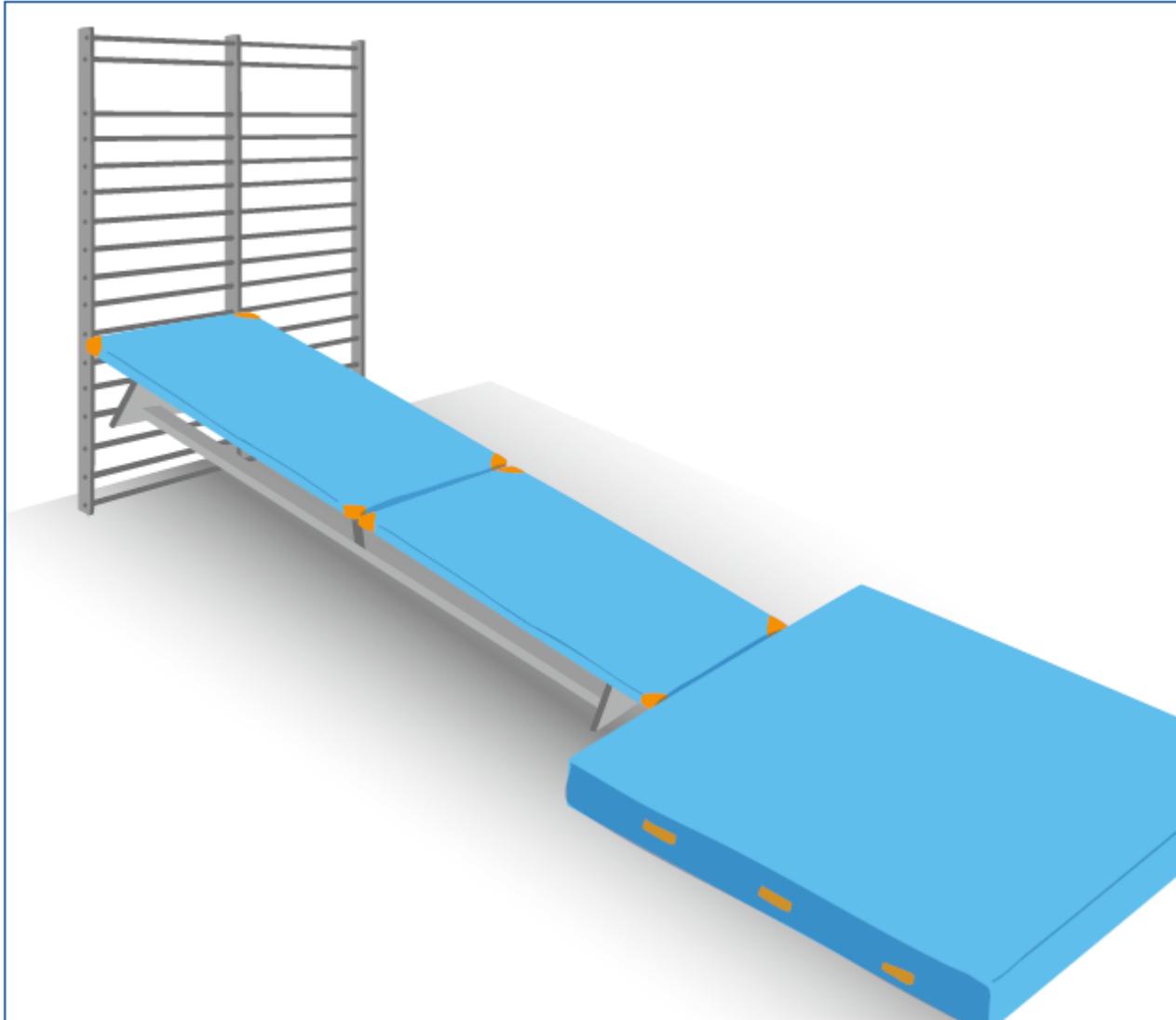




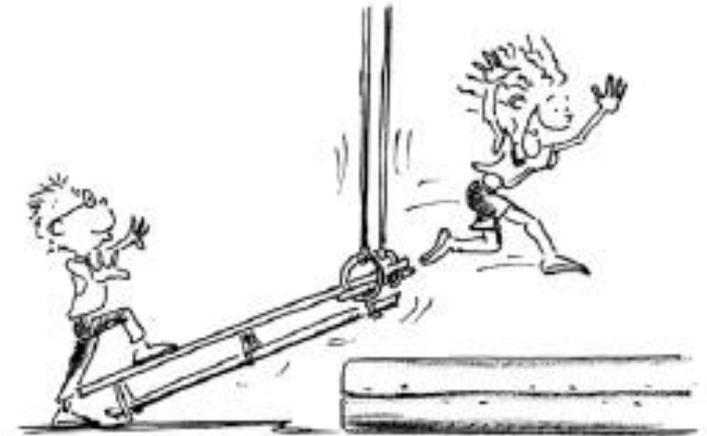












Deutsche Gesetzliche
Unfallversicherung

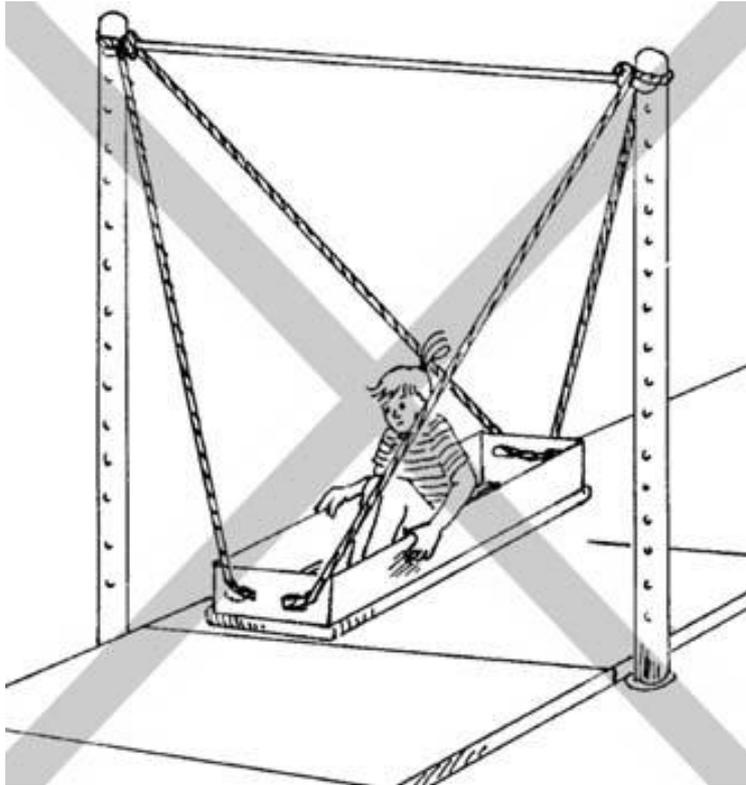


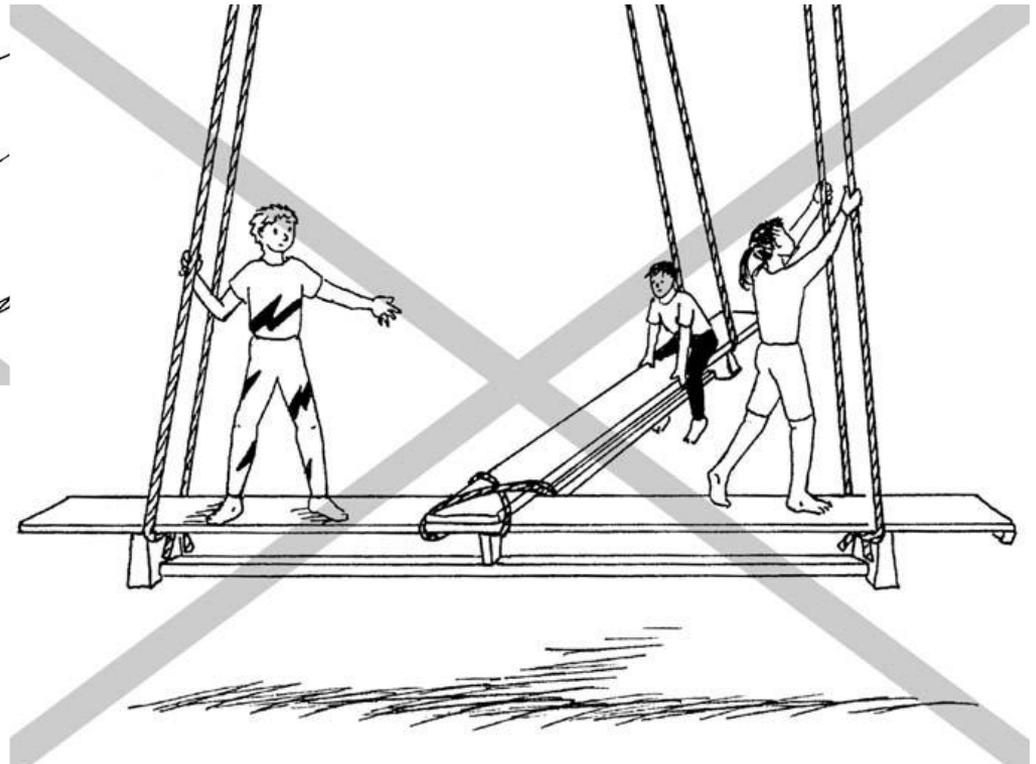
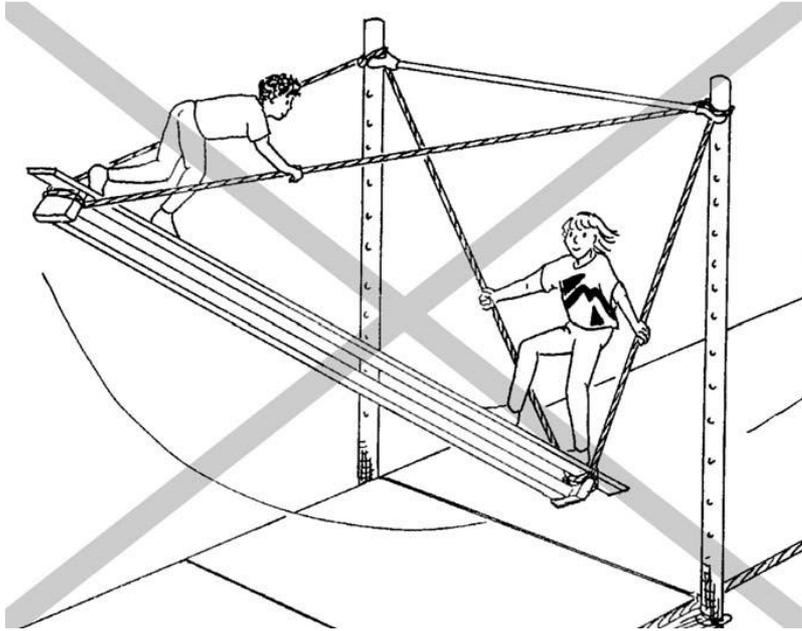
Sicherheit im Schulsport

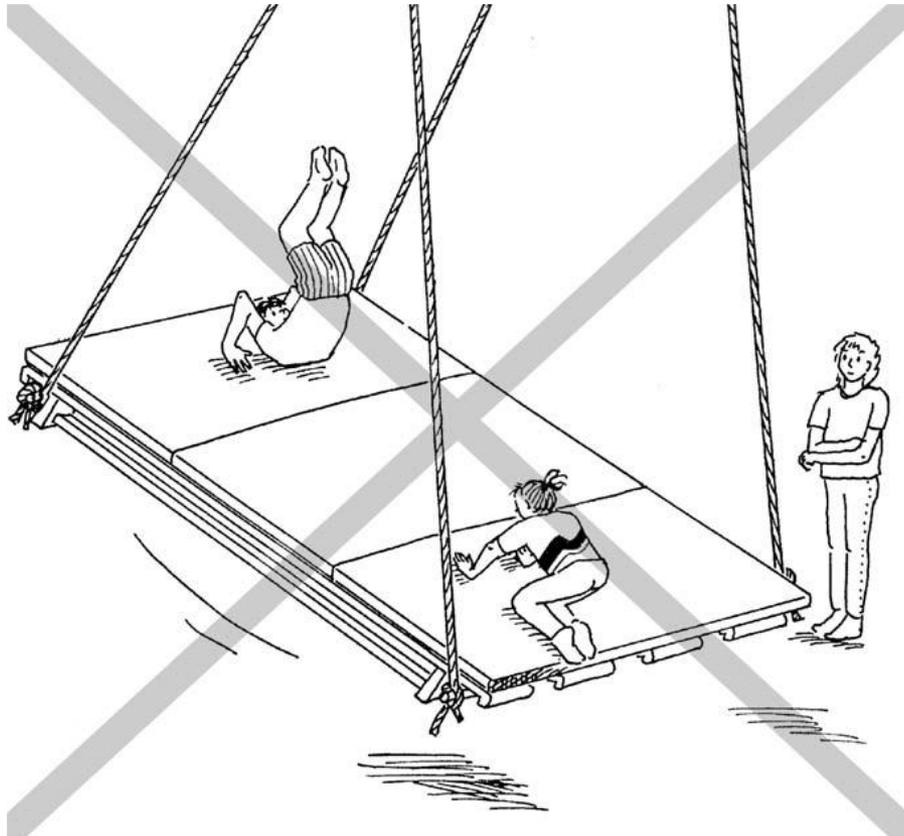
Alternative Nutzung von Sportgeräten



GUV-SI 8052 Dezember 2007







1. Bewegung, Spiel und Sport schließen das Risiko von Unfällen und Verletzungen ein. Das gilt für alle Erscheinungsformen des Sports und damit auch für die des Schulsports. Dieser findet im Sportunterricht, daneben in Arbeitsgemeinschaften, Neigungsgruppen, in Form von schulsportlichen Wettbewerben, Spiel- und Sportfesten, Schulsportwochen, Schulfahrten, Wandertagen, Projektzeiten und in Pausen statt.

2. Die Lehrkraft oder die verantwortliche Person hat besondere Pflichten, das mit dem Sport verbundene Risiko möglichst gering zu halten, um Gefährdungen der Schülerinnen und Schüler und dritter Personen vorzubeugen und um Schäden zu vermeiden. Aufgrund ihres fachlichen Wissens bestimmt sie, welches Sportvorhaben durchgeführt werden soll. Dabei beachtet sie die Erfordernisse der Erziehung zu einem sicherheitsorientierten Verhalten und entscheidet, ob bzw. welche Sicherheitsmaßnahmen notwendig sind.

Hierbei hat sie zu berücksichtigen, ob

- die Schülerinnen und Schüler den Anforderungen und körperlichen Belastungen nach Alter, Geschlecht und Leistungsstand gewachsen sind,
- die jeweiligen Örtlichkeiten und die Sportgeräte den Sicherheitsanforderungen genügen,
- die Schülerinnen und Schüler durch Dritte gefährdet sind oder Dritte gefährden,
- Erste-Hilfe-Einrichtungen vollständig und erreichbar sind, sie/er selbst Erste Hilfe leisten kann und ob erforderlichenfalls umgehend eine ärztliche Versorgung möglich ist,
- die Schülerinnen und Schüler so an freie Arbeitsformen gewöhnt sind, dass sie einzeln oder in Gruppen ohne unmittelbare und ständige Aufsicht sein können,
- die Schülerinnen und Schüler die Wege zu außerhalb des Schulgrundstücks gelegenen Sportstätten allein zurücklegen können.

3. Die Lehrkraft oder die verantwortliche Person ist verpflichtet,

- darauf zu achten, dass sie/er selbst und die Schülerinnen und Schüler sportgerechte Kleidung tragen und dass alle Gegenstände abgelegt werden, die Verletzungen hervorrufen können,
- Schülerinnen und Schüler auf Gefahrenquellen hinzuweisen,
- erkannte Unfallquellen zu melden und dafür zu sorgen, dass schadhafte Geräte nicht mehr benutzt werden,
- Schülerinnen und Schüler bzw. deren Erziehungsberechtigte anzuhalten, der Schule Umstände mitzuteilen, die eine Teilnahme am Sport einschränken oder ausschließen könnten,
- Brillenträger bzw. deren Erziehungsberechtigte auf die Zweckmäßigkeit des Tragens von Sportbrillen hinzuweisen,
- die Sportstätte grundsätzlich vor den Schülerinnen und Schülern zu betreten, nach ihnen zu verlassen und - insbesondere beim Schwimmen - die Vollständigkeit der Lerngruppe zu überprüfen.

 **UK Nord**
Unfallkasse Nord



**Schulsport in Hamburg
– aber sicher!**

Einsatz von Geräten – alternative Nutzung von Turngeräten und Abenteuerturnen

Lehrerinnen und Lehrer, die Gerätekombinationen im Sinne von Abenteuer und Risiko nutzen wollen, können und dürfen dieses nicht voraussetzungslos tun. Sie müssen über ausreichende Vorkenntnisse im sachgemäßen Umgang mit den Geräten und der Kombination von Geräten verfügen und die folgenden Aspekte genau prüfen, bzw. berücksichtigen:

Das Risiko ist bereits bei der Planung möglichst exakt abzuschätzen. Hierzu kann es notwendig sein, Informationen über die Geräte und ihre Einsatzmöglichkeiten beim Hersteller einzuholen.

Bei der Planung von Gerätearrangements sollten fachliche Beratungsmöglichkeiten genutzt werden (LI, erfahrene Kolleginnen und Kollegen; Unfallversicherungsträger; Fortbildungsmöglichkeiten, Sportgerätehersteller oder andere Möglichkeiten, z. B. Bergsportzentrale). Die Lehrkraft muss sich mit den Besonderheiten von Geräten (z. B. Trampoline, Minitrampoline, Schaukelringe) auseinandersetzen und ggf. Kompetenzen für deren unterrichtlichen Einsatz erwerben. Ein formaler Qualifikationsnachweis (z. B. ein sog. „Trampolinschein“) ist für den Unterricht an Hamburger Schulen nicht erforderlich.

Gerätearrangements mit schwingenden Großgeräten sind nicht erlaubt, da die auftretenden mechanischen Belastungen nicht mehr kalkulierbar und berechenbar sind.

Die Gerätearrangements sind immer auf die Fähigkeiten, Fertigkeiten und psychischen Dispositionen der Schüler und Schülerinnen abzustimmen. Diese sind im Zweifel eher niedriger als zu hoch anzusetzen.

Geräte dürfen nur so eingesetzt werden, dass sie nicht beschädigt werden. Dies gilt vor allem auch für Matten. Diese dürfen über das beim Tragen hinausgehende Maß nicht gebogen oder geknickt werden. Deshalb sind bei Aufbauten, bei denen Matten geknickt werden, nur solche Matten einzusetzen, die nicht mehr für die üblichen Landesituationen benutzt werden. Solche Matten sollten dauerhaft besonders gekennzeichnet sein. Die Gerätearrangements sind so zu gestalten, dass jede Schülerin und jeder Schüler die Möglichkeit hat, eine Bewegung bzw. eine Übung jederzeit abubrechen, ohne sich selbst oder Mitschülerinnen und Mitschüler zu gefährden.

Alle eingesetzten Geräte sind vor dem Einsatz auf Funktionsfähigkeit und äußerlich erkennbare Mängel zu überprüfen (z. B. Holzgeräte auf Splitterung).

Die Lehrkraft muss die Gerätearrangements nach dem Aufbau und vor Inbetriebnahme durch Schülerinnen und Schüler auf „Betriebssicherheit“ überprüfen („Baupolizei“).

Bei schwingenden Gerätearrangements sind die Schwingbereiche frei zu halten. Schwingende Geräte müssen jederzeit gefahrlos zum Stillstand gebracht werden können.

Fall-, Abgangs- und Sicherheitsbereiche sind frei zu halten und – wenn notwendig – mit geeigneten Matten abzusichern. Dabei gilt jedoch auch: Alle Bereiche, die mit Matten abgepolstert sind, suggerieren Sicherheit, die nicht unbedingt vorhanden ist. Dies ist oft gerade dann der Fall, wenn keine Weichboden-, sondern vielleicht nur eine Niedersprungmatte hingelegt wird. Es kommt daher wesentlich darauf an, dass Landungen (auch auf Matten) kontrolliert erfolgen. Auch hier gelten die Ausführungen zu den Grundtätigkeiten: erst Voraussetzungen schaffen, wie das sichere Springen, Fliegen und Landen.

Der Sicherheitsbereich ist der Bereich, der an den Fall- und Abgangsbereich angrenzt; er beträgt ca. 2 m. Die Mattenauswahl muss vor dem Hintergrund von Sprung- oder Fallhöhen der Schülerinnen und Schüler getroffen werden. Für Punktlandungen auf den Füßen sollten ab der 5. Klasse Niedersprungmatten verwendet werden, da sich Schülerinnen und Schüler ab einem gewissen Körpergewicht auf Weichbodenmatten leicht die Sprunggelenke verstauchen können.

Während des Auf-, Um- und Abbaus von Gerätearrangements darf an den Geräten nicht geturnt oder gespielt werden. Das Minitrampolin z. B. muss in diesen Phasen hochkant gestellt werden.

Die Lehrerin/der Lehrer muss eindeutige Anweisungen und Aufgabenstellungen geben und auf die Einhaltung von Ge- und Verboten achten.

Die Verbindungen der Geräte setzt Kenntnisse in der Knotentechnik sowie geeignetes Seil- und Gurtmaterial voraus. Es dürfen nur solche Knoten zur Verwendung kommen, die sicher beherrscht werden.

Werden Gerätearrangements mit Tauen verknotet, müssen die Knoten unbedingt nach jeder Benutzung wieder gelöst werden. Dauerknoten in Tauen verursachen Schäden (siehe auch „Knoten“ in Broschüre „Alternative Nutzung von Sportgeräten“ SI 8052).

Diese Auflistung ist naturgemäß einem gewissen Vollständigkeitsanspruch verpflichtet. Sie ist nicht im Sinne einer formale Abhakliste zu verstehen, die dann auch wieder überfordern und/oder abschreckend wirken kann. Es sollte aber hiermit das Augenmerk auf wichtige Punkte gelenkt werden, deren Gewichtung und mehr oder weniger exakte Einhaltung von den jeweils spezifischen materiellen und sozialen Bedingungen der Arbeit mit der Lerngruppe abhängig ist.

Die Lehrkräfte müssen sich bei ihren Entscheidungen der Verantwortung für das körperliche und psychische Wohlergehen der Lerngruppe bewusst sein.

- Verbotene, gefährliche Aufbauten (Expertise LuL)
- Unverantwortliche Vorschläge (Internetquellen)
- Unzureichende sportlich-mot. Erfahrung der SuS
- Regeldefizit und -nichteinhaltung (Freeze, Nutzung, Sozial-, Ordn.-regeln)
- Defekte Geräte (Schonender Materialeinsatz)
- Verrutschte Stationen (Befestigung, Prüfung)
- Weite Bekleidung, Schmuck etc.
- Aufbau provoziert ein riskantes Nutzungsverhalten
- Fehlende Materialien und kreative Lösungen

- Sicherheitsknoten und Seile (Palstek & Rundtörn)
- Fallschutz und Landungsdämpfung (Mattenkunde)
- Zu viele Kinder an einem Gerät (Drängeln, Gewicht)
- Schwingende Großgeräte (Materialbelastung, Stoß)
- Sicherheitsabstände zw. Aufbauten und zur Wand*
- Schwung- und Laufbereiche sichern / nicht queren
- Fallbereich freihalten, ebenfalls unter Aufbauten
- Verknotete Taue lösen (keine Dauerknoten)
- *Stau bzw. zu kleiner Aufbau kann soz. Probleme erzeugen oder unsachgemäße Gerätenutzung*

Welche Matte wofür?



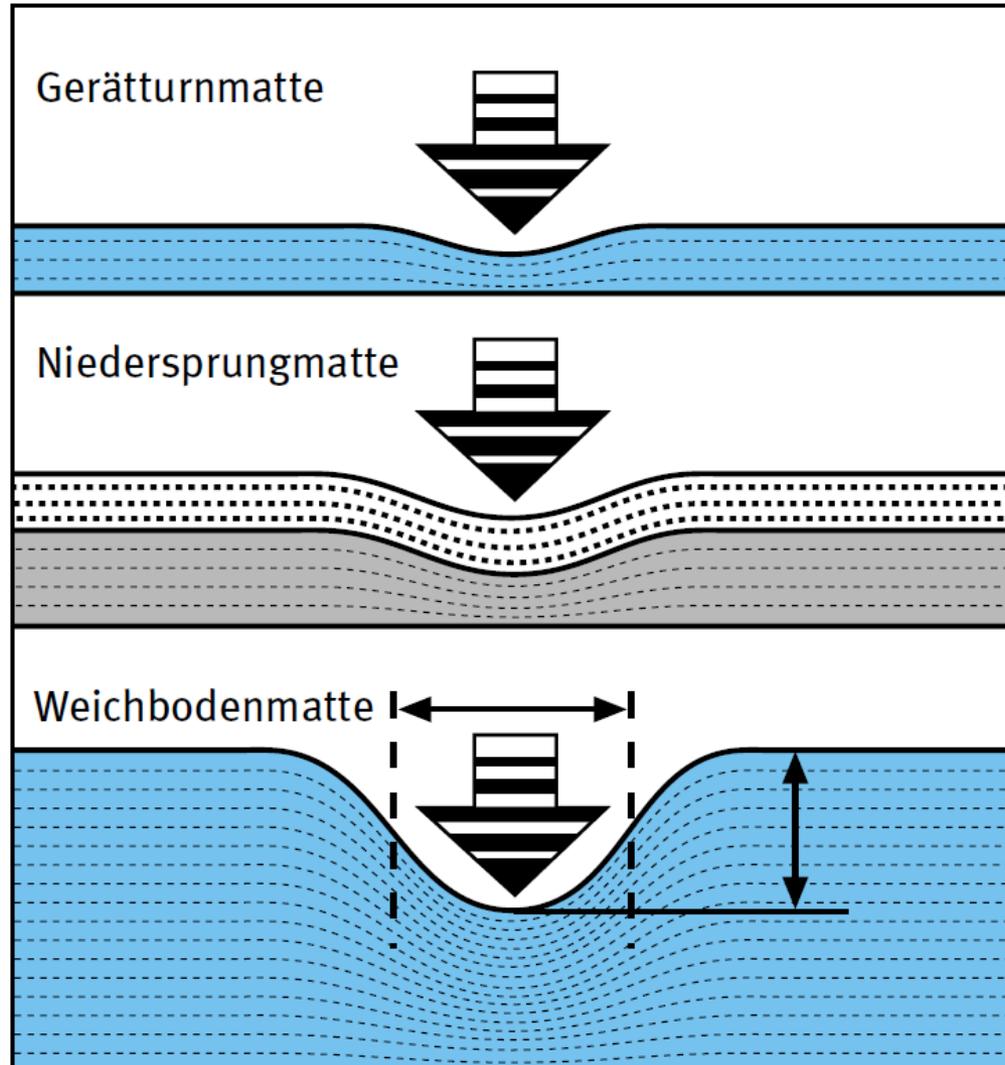
Turnmatten



Weichbodenmatte



Niedersprungmatte





Turnmatten

Turnmatte:

Für punktuelle

Landungen geeignet

Fallhöhe bis 60cm

Sprunghöhe: max. bis

120cm (kein Kumulieren)

Weichbodenmatte:

Nicht für Punktladungen,
sondern für flächige
Ladungen geeignet (z.B.
Fallrückzieher) > Fallschutz
(Alternativ:
Niedersprungmatte +
Turnmatte)



Weichbodenmatte

Niedersprungmatte:

Sprunghöhe: max. bis zu
180cm bei

Jugendlichen/Erwachsenen

Für Grundschulkinder keine

ausreichende punktuelle

Dämmung > Weichböden

verwenden



Niedersprungmatte

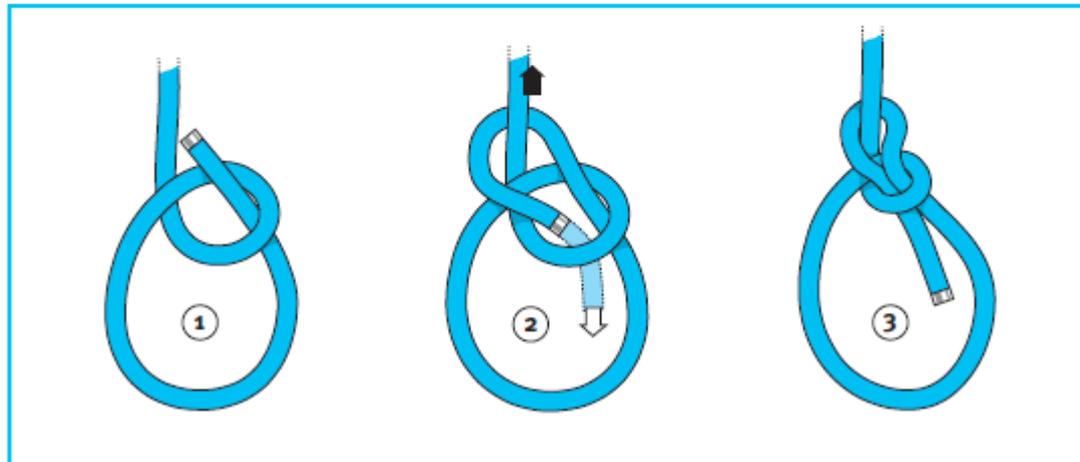
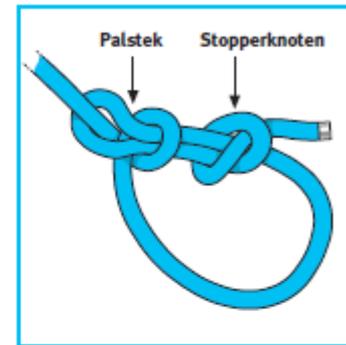
Palstek

Der Palstek ist einfach, stark und stabil. Er ist einer der bekanntesten und weit verbreitetsten Knoten. Er wird generell dazu benutzt, eine feste Schlaufe in das Ende eines Seils zu machen oder dazu, ein Seil an einem Gegenstand festzumachen.

Für den Palstek wird zunächst eine Schlaufe in die stehende Part eines Seils gemacht. Dann wird der Tampen durch das Auge hinter der stehenden Part vorbeigeführt und abschließend wieder zurück durch das Auge geführt. Aus

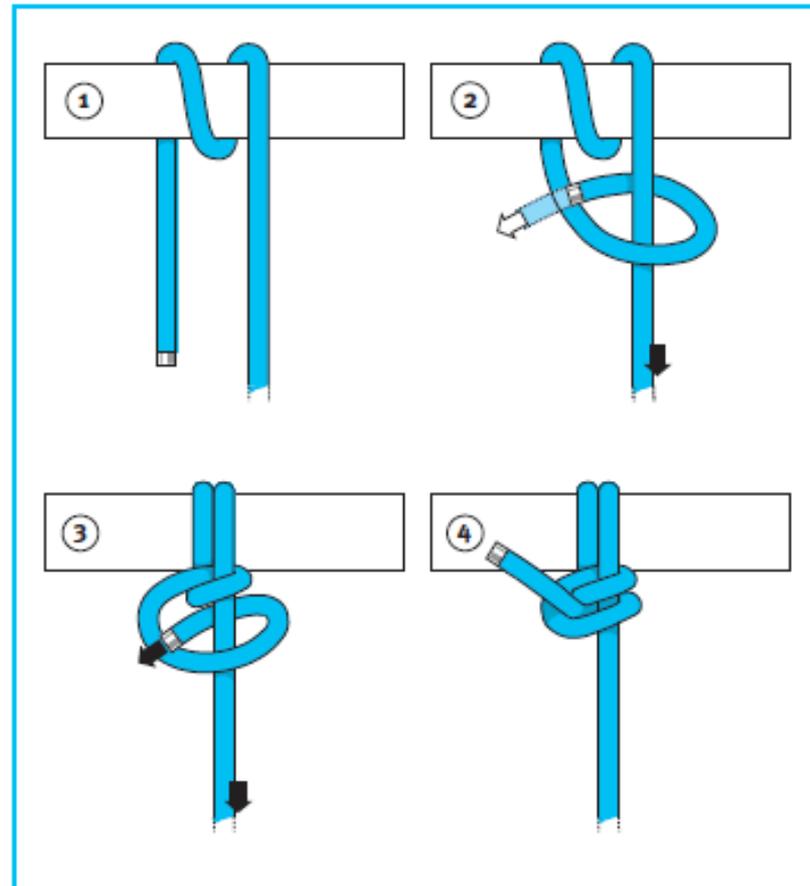
Sicherheitsgründen sollte der Palstek mit einem Stopperknoten abgeschlossen werden, um zu verhindern, dass er rutschen kann.

Die Vorteile des Knotens sind die, dass er nicht rutscht, lose wird oder verkantet sowie dass er schnell und leicht geöffnet werden kann, selbst wenn das Seil unter Zug steht. Ein großer Nachteil liegt darin, dass er, wenn er mit einem steifen Seil gemacht wird, dafür anfällig ist, sich zu lockern, da sich das Seil nicht „zur Ruhe begeben“ kann.



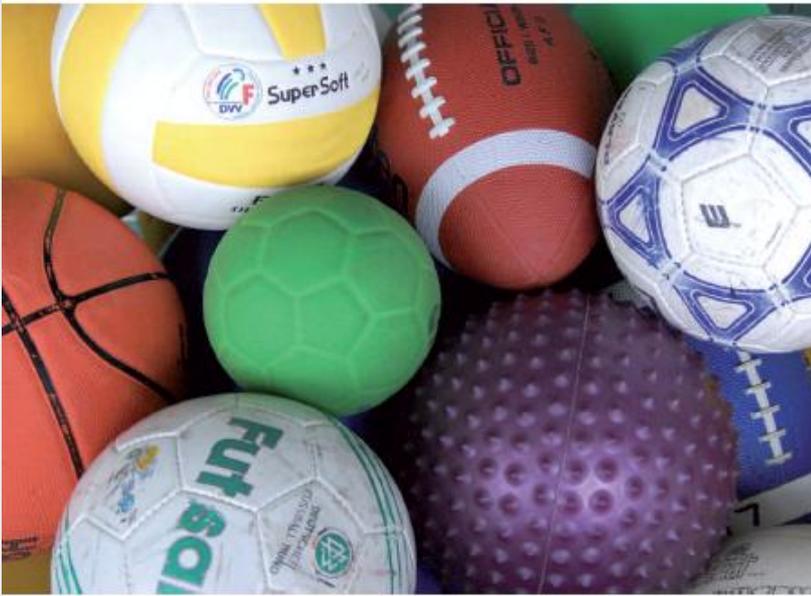
Rundtörn und zwei Halbschläge

Dieser vielseitige Knoten kann immer zur Befestigung einer Schnur an einem Haken, einem Griff, einem Pfosten, einer Reling oder einem Balken verwendet werden. Er ist ein starker, zuverlässiger Knoten, der niemals verkantet. Er hat den Vorteil, dass, wenn erst einmal das eine Ende mit einem Rundtörn und zwei halben Schlägen gesichert ist, man das andere Ende mit einem zweiten Knoten festmachen kann.



Suche im Internet nach Kreuzknoten

 **UK Nord**
Unfallkasse Nord



**Schulsport in Hamburg
– aber sicher!**

 **DGUV**
Deutsche Gesetzliche
Unfallversicherung
Spitzenverband

202-035

DGUV Information 202-035

Sicherheit im Schulsport

Matten im Sportunterricht

Februar 2002

Mein Vorschlag:

- Aufbau nach Vorgabe: Highlights
- Themenbasierte Eigenkreationen
- Ggf. „schwierige Stationen“ oder eigene Wünsche



1) Nach Vorgabe: „Highlights“ ausprobieren

- 1) Mattenberg (1 Weichboden) + Blauer Elefant (1 Weichboden)
- 2) Kamin/Sandwich (2 Weichböden)
- 3) (parallel zu zweit vorbereiten) Gletscherspalte (2 Weichböden)

2) Kreativaufgabe: Aufbauen nach Schwerpunkten

- 1) Schwerpunkt 1: Motorische Basiskompetenzen *Rollen, Fahren, Gleiten* und *Rutschen*
- 2) Schwerpunkt 2: Motorische Basiskompetenzen *Springen, Hüpfen, Fallen* und *Landen*
- 3) Schwerpunkt 3: Geschichte „Im Urwald“
- 4) Schwerpunkt 4: Geschichte „Auf dem Vulkan“

3) Offene Aufträge

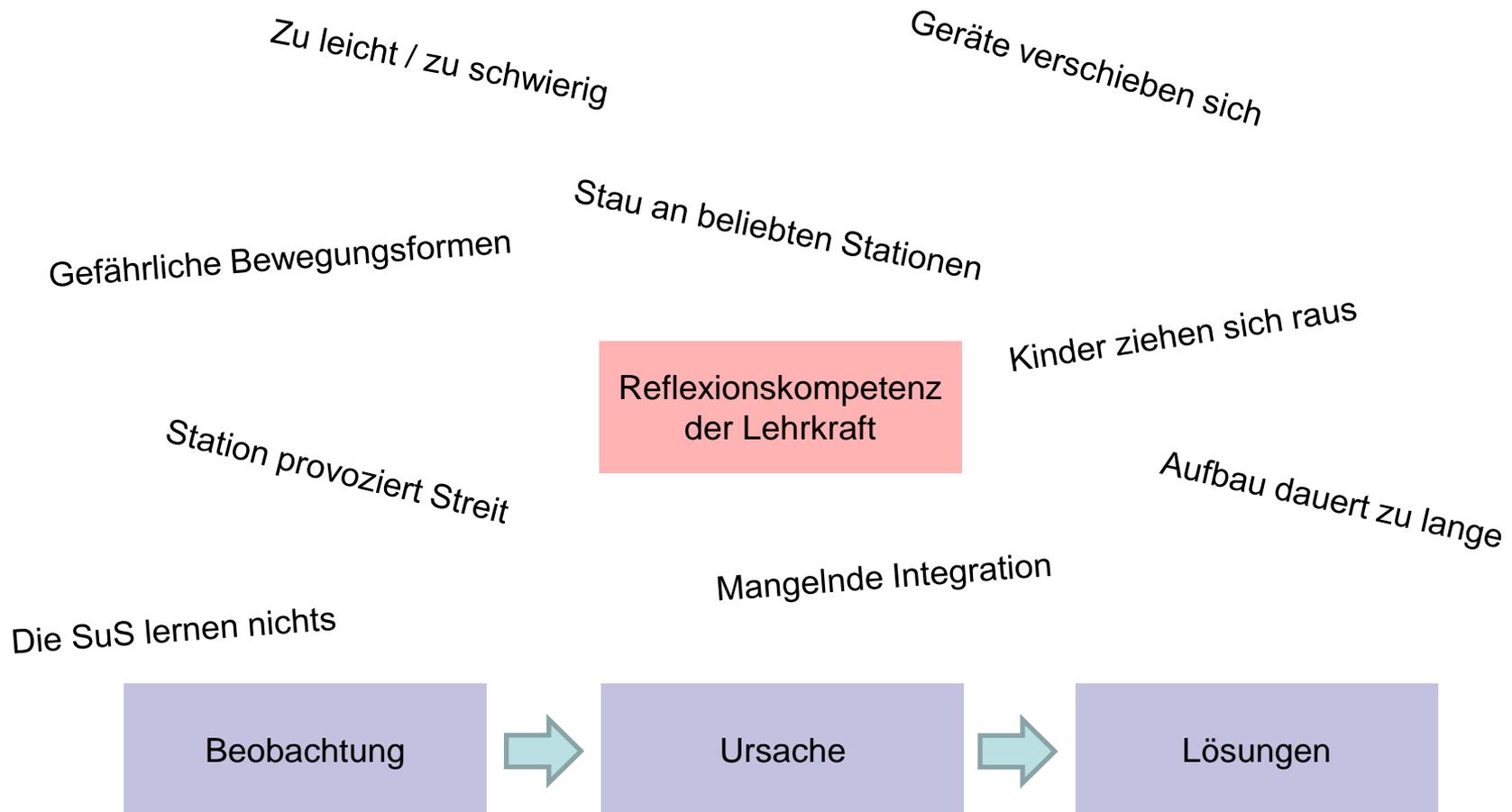
- 1) Schaukelstationen
- 2) Schwungstationen
- 3) Eigene Ideen / Vorschläge

Evidenzbasierte Probleme beim Einsatz von Bewegungslandschaften nach Kretschmer (2001)

1. Reduzierte Bewegungs- und Spielerfahrungen (Aufbauten ermöglichen nur eine Nutzungsweise)
2. Förderung der Konsumhaltung
3. Motorische Unterforderung
4. Verfestigung der Geschlechterrolle
5. Mangelnde Integration
6. Eingeschränkte soziale Interaktion

Trifft die Kritik an klassischen BL (von Kretschmer) auf die von uns gebauten zu?

Wie kann ggf. modifiziert werden?



Rolle der Lehrkraft

- Ausbruch aus der klassischen Lehrerrolle
- Neue Aufgaben als Mitakteur:in, Unterstützer:in, Anreger:in...
- Verantwortung abgeben (natürlich nicht für die Sicherheit)
- Möglichkeit zum Beobachten und Fördern

Regeln:

- Es gelten die allgemeinen Regeln des Sportunterricht
- Besonderes Augenmerk auf die Sicherheit (Sicherheitsbeauftragter)
- Vorgaben: U.U. „Nur eine/x Person(en) auf dem Gerät“
- Freeze-Signal: Pfiff
- Zusammenkommen (z.B. bei ‚Musik aus‘)
- Ggf. Nutzungsregel (Jeder muss jede Station einmal genutzt haben)

Stundenaufbau:

- Einführung oder freier Beginn?
- Umbauen mit Kindern (Beispiel: Abstand beim Schwingen)
- Stundenabschluss: Am Ende zeigen lassen / Bewegtes Feedback
- Eine 45-Min.-Stunde geht meist zu schnell um

Weiteres

- Musikalische Untermalung: z.B. Dschungelgeräusche
- Geräteführerschein in Kl. 1
- Kombinieren mit U-Thema (Springen, Werfen, Parkour etc.)
- Erschweren: Kinder sollen selbst Herausforderungen schaffen (Rückwärts gehen/krabbeln, unten entlang hangeln, Richtung ändern, etwas balancieren dabei, mit Augen zu/verbunden, ein Kind vorbeilassen)
- Zusatzmaterial anbieten (Augenbinde, Material zum Transport/Jonglieren, PSM-Materialien...)

- Entscheidung im (Fach-)Kollegium: Aufbau-/tag/-woche einführen? LuL bauen auf: Aufbau am frühen Morgen an einem festen Wochentag (Aufbautag, meist für Kl. 0 bis max. 2) oder Aufbau für eine ganze Woche (Aufbauwoche, meist für alle Kl.)
- Aufbautag für unerfahrene LuL geeignet (kaufen, im Internet suchen, selbst erstellen), erfahrene LuL benötigen diese Hilfe meist nicht
- Ausloten: Ganztägige Nutzung möglich/erwünscht?
- Falls LuL aufbauen: Planung und Aufbau nach Vorlage / Spontaner Aufbau, ggf. zu Thema
- Sicherheitskontrolle durch den „Sicherheitsbeauftragten“ (und alle anderen)
- Nutzung durch 2 Klassen in einer 1-Feld-Halle gleichzeitig
- Einsatz beim TdoT oder in der Mittagspause
- Zu wenig Geräte an der Schule vorhanden! Was tun?
- Falls SuS aufbauen: Aufbau nach Vorlage oder Einsatz der Miniturnhalle



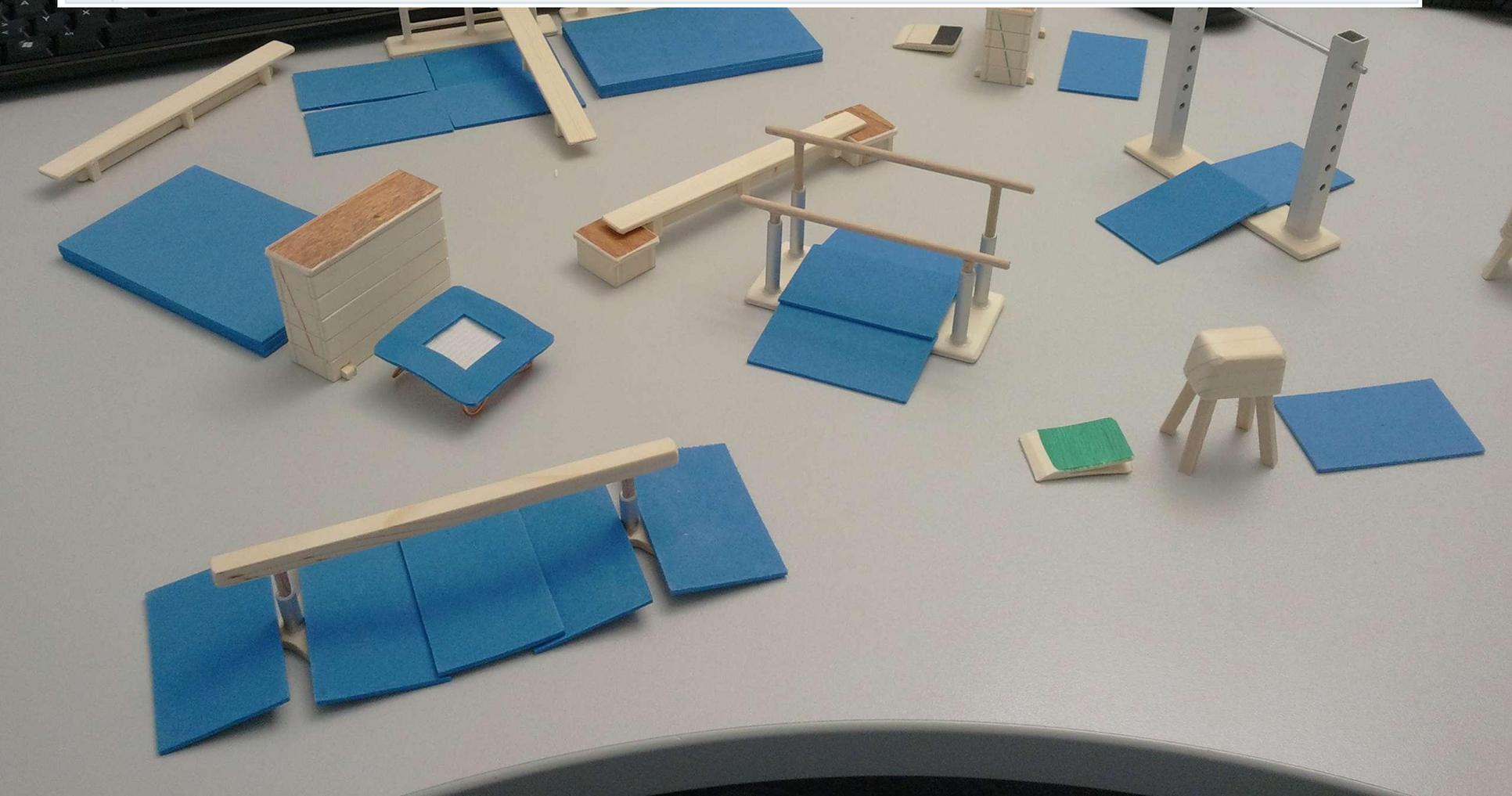
2614H0401 - 12.01.2026 - Landesinstitut Hamburg, Felix-Dahn-Straße 3 und/oder Weidenstieg 29, 20357 Hamburg - Landesinstitut für Qualifizierung und Qualitätsentwicklung in Schulen

Anmelden nach Zugang

Herstellung von Unterrichtsmaterialien: Miniturnhalle | Präsenz

Begriff der Freitextsuche gefunden in:

[...], um Ihre Miniturnhalle gut transportieren zu können. Die Veranstaltung findet im Weidenstieg 29 im... [...]



Bewegungslandschaften klassisch:

- SuS der VSK und 1. Klasse kommen in die Halle
- BL ist bereits aufgebaut
- Ggf. kurze Einstimmung im Sitzkreis und Sicherheitsaufträge
- Kinder wählen Geräteaufbauten aus, „beturnen“ sie, wechseln oder entscheiden sich selbst, Pause zu machen
- Ggf. kurzer gemeinsamer Abschluss

Es kann aber auch anders gehen...

- Parcoursport (Le Parkour / Freerunning)
- Schwerpunkt auf turnerische Fertigkeiten
- Spielerischer Fokus: Takeshi's Castle
- Fokus auf Zusatzaufgaben (Blindlauf zu zweit, Jonglage)
- Fokus auf soziale Aspekte: z.B. gemeinsam durchkommen, Spiel „Flugzeugabsturz“
- Kinder entwickeln selbst Stationen (in Kleingruppen), ggf. nach Vorgaben (Themen)
- Kinder verändern Stationen (entdeckendes Lernen): Wie können wir auf den hohen Kasten schwingen?

<https://publikationen.dguv.de/widgets/pdf/download/article/1397>

www.li.hamburg/sport > Download: Unterlagen der UK Nord

www.gerätelandschaften.de

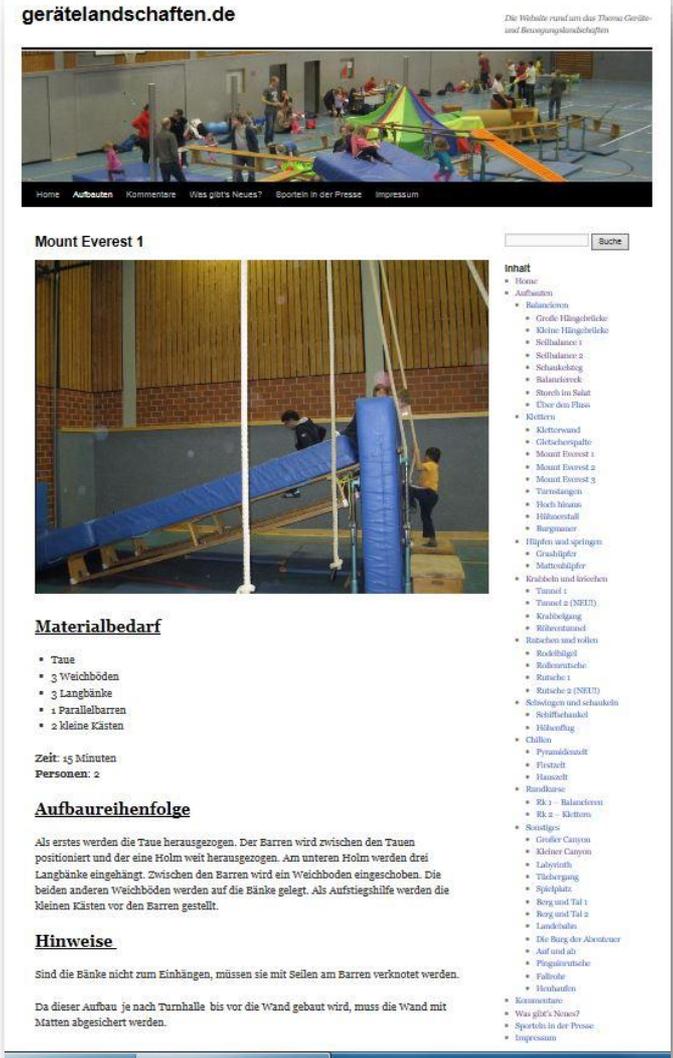
Bildersuche unter Internetsuchmaschine: „Bewegungslandschaft“

Zur Theorie von BL:

Versch. Artikel von Jürgen Kretschmer

Kretschmer, J. (1997), Zum Einsatz von Bewegungslandschaften
im Sportunterricht der Grundschule.

Kretschmer, J. (2000), Betreuen und Unterweisen. In: Didaktik
des Schulsports (S. 121-143):



gerätelandschaften.de

Die Website rund um das Thema Geräte- und Bewegungslandschaften

Home Aufbauten Kommentare Was gibt's Neues? Sporteln in der Presse Impressum

Mount Everest 1

Inhalt

- Home
- Aufbauten
 - Balancierren
 - Große Hängbänke
 - Kleine Hängbänke
 - Seilbalance 1
 - Seilbalance 2
 - Schaukelsteg
 - Balancierock
 - Sturz im Salat
 - Über den Fluss
- Klettern
 - Kletterwand
 - Gletscherpalisade
 - Mount Everest 1
 - Mount Everest 2
 - Mount Everest 3
 - Turmdungen
 - Hoch hinaus
 - Hülsenstiel
 - Burgmauer
- Hüpfen und springen
 - Grashüpfer
 - Mattenspringer
- Krachts und bröseln
 - Tunnel 1
 - Tunnel 2 (NEU)
 - Krabbelgang
 - Hülsenstiel
- Rutschen und rollen
 - Röhrlöhler
 - Rollenrutsche
 - Rutsche 1
 - Rutsche 2 (NEU)
- Schlingen und schaukeln
 - Seilfächer
 - Hüpfsteg
- Challen
 - Pyramidenstift
 - Festsitz
 - Hantsch
- Rundenbau
 - R1 - Balancierren
 - R2 - Klettern
- Sonstiges
 - Großer Canyon
 - Kleiner Canyon
 - Layout
 - Tischberg
 - Spielplatz
 - Berg und Tal 1
 - Berg und Tal 2
 - Landkäse
 - Die Burg der Abenteuer
 - Auf und ab
 - Pinguinverstecke
 - Falsche
 - Hinhäufen
- Kommentare
- Was gibt's Neues?
- Sporteln in der Presse
- Impressum

Materialbedarf

- Tause
- 3 Weichböden
- 3 Langbänke
- 1 Parallelbarren
- 2 kleine Kästen

Zeit: 15 Minuten
Personen: 2

Aufbaureihenfolge

Als erstes werden die Tause herausgezogen. Der Barren wird zwischen den Tausen positioniert und der eine Holm weit herausgezogen. Am unteren Holm werden drei Langbänke eingehängt. Zwischen den Barren wird ein Weichboden eingeschoben. Die beiden anderen Weichböden werden auf die Bänke gelegt. Als Aufstiegshilfe werden die kleinen Kästen vor den Barren gestellt.

Hinweise

Sind die Bänke nicht zum Einhängen, müssen sie mit Seilen am Barren verknüpft werden.

Da dieser Aufbau je nach Turnhalle bis vor die Wand gebaut wird, muss die Wand mit Matten abgesichert werden.

BEWEGUNGSLANDSCHAFTEN

100 Stationskarten

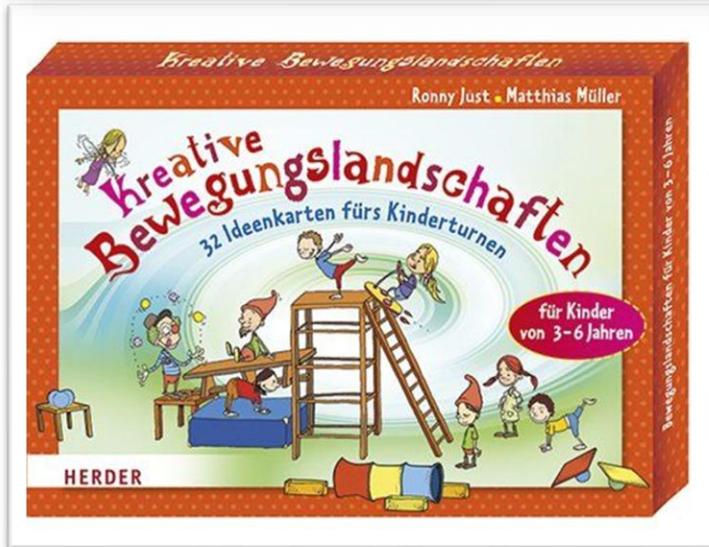


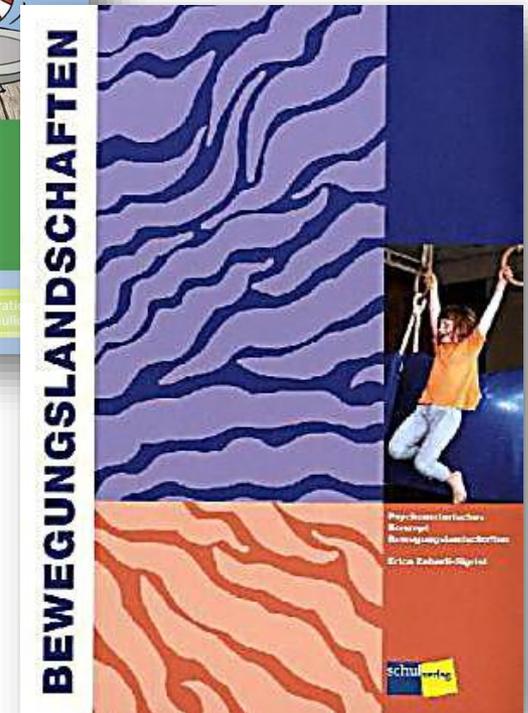
In der Praxis erprobt!
Geeignet für Kindergarten & Grundschule

<https://www.vlamingo.de/bewegungslandschaften/>

<https://wimasu.de/shop/kinderturnen>







Arrangement

Freier Stationsaufbau

Kreislaufbau mehrerer Stationen

Rundlauf

Aufbau / Veränderbarkeit

Kinder bauen auf (mit/ohne Vorgaben)

LuL (ggf. m. Helfern) bauen auf

LuL bauen auf und Kinder verändern/erweitern

Nutzungsweise / Arbeitsaufträge

Freie Nutzung (klassisch psychomotorisch)

Halbfreie Nutzung (z.B. mit AA)

Vorgegebene Nutzung (durch LK od. Arrangement)

1. Herausforderung an die Lehrkraft: Spagat zwischen Schulunterricht und Psychomotorik
2. Die Kinder frei entscheiden lassen, wo sie spielen/üben wollen, Ruhephasen akzeptieren
3. Regeln sind auch beim Einsatz von Bewegungslandschaften wichtig
4. „Untypische“ Lehrerrolle aushalten und lieben lernen: Zurückhalten und beobachten, laufen lassen, Sicherheit beachten, anregen und helfen/zusprechen → die Kinder begleiten
5. Einbetten in eine Geschichte (Phantasie) und/oder motorischen Schwerpunkt setzen
6. Vielfalt und Abwechslung schaffen
7. Bewegungsideen vermitteln (z.B. über Vormachen, Videos, Ausdrucke),
8. Auf die motorische Herausforderung achten: Vorrangig Jg. 0-2, Arrangements für Jg. 3/4 z.B. deutlicher gelenkt / lernzielorientiert (turnerische Elemente)
9. Veränderbarkeit thematisieren und umsetzen > Kinder bauen selbst (um)
10. Welche Stationen geeignet sind, hängt u.a. von euch, den Kindern, den Materialien ab
11. Reizvolle Stationen sind die Großen, die Hohen, die Wackeligen, die (vermeintl.) Gefährlichen
12. Anregungen findet man im Handumdrehen im Internet oder den zahlreichen Publikationen

Aussicht auf einen „Teil 2“?

Rolle der Lehrkraft / Spiele in der Bewegungslandschaft / Besondere
Aufbauten / Inklusionspäd. Hinweise / Übergänge zu verwandten Themen /
Materialtipps und Hinweise zum Aufbau...

Vielen Dank für die Teilnahme und die Aufmerksamkeit!

Kontaktadresse: daniel.wirszing@bsb.hamburg.de