

Psychomotorische Übung: Förderung der Grundbewegungsarten mit einem Reifen

In diesem Artikel erhalten Sie ein praktisches Beispiel für eine psychomotorische Übungseinheit in einem Kindergarten. Die Übungseinheit beinhaltet 2 Spiele mit Reifen.

Diese Psychomotorikeinheit wurde mit 3- bis 4-jährigen Kindern in der Regelgruppe eines Kindergartens durchgeführt. Es waren insgesamt 12 Kinder anwesend.

Spielablauf 1. Spiel

1. Zu Beginn erhält jedes Kind einen Reifen. Die Reifen werden auf den Boden gelegt; sie stellen Häuser dar.
2. Die Kinder werden aufgefordert, sich in "ihr Haus" zu setzen.
3. Anschließend erhalten die Kinder die Aufforderung, auf dem Reifen entlang zu balancieren. Dieser stellt nun einen Weg dar. Die Kinder sollen möglichst wenig "vom Weg abkommen". Hier kann man gut beobachten, welche Kinder noch nicht so gut balancieren können.
4. Anschließend macht die Erzieherin oder Heilpädagogin verschiedene Aufgaben vor und die Kinder machen die Übungen nach. Vorschläge:
 - "Wir hüpfen jetzt alle in unseren Reifen (= Haus) hinein und dann wieder heraus."
 - "Wir machen einen Schritt hinein und wieder heraus."
 - "Wir machen rückwärts einen Schritt in den Reifen und wieder vorwärts heraus."
 - "Wir springen über den Reifen."
 - "Wir springen mit dem rechten/linken Bein in den Reifen und wieder heraus."
 - ... >> Auch hier kann man gut beobachten, ob die Kinder die Grundbewegungsarten beherrschen.
5. Als Nächstes rennen die Kinder wild im Raum umher und die Erzieherin (oder Heilpädagogin) schlägt die Trommel dazu.
6. Dann stoppt die Trommel und die Kinder sollen ihr Haus wiederfinden. Kinder, die nicht ihr Haus wiederfinden, haben möglicherweise Schwierigkeiten mit ihrer Raumorientierung.

Spielablauf 2. Spiel

Abschließend wird ein Abschlussspiel mit den Reifen durchgeführt:

1. Die Reifen werden in 2 Reihen hintereinander gelegt.
2. Die Kinder stellen sich in einer Reihe an.
3. Das forderste Kind fängt an und wirft eine Kastanie in einen Reifen.
4. Dann darf das Kind dort hinspringen, laufen oder hüpfen und die Kastanie holen.
5. Das Kind hüpfte, läuft oder springt wieder zurück und gibt dem nächsten Kind die Kastanie.
6. Das nächste Kind wirft die Kastanie und das vorherige Kind darf bestimmen, wie es die Kastanie holen soll (laufen, springen, hüpfen, rennen, ...).
7. Das Spiel ist aus, wenn alle Kinder an der Reihe waren.

Wichtig ist hier, zu beobachten, ob die Kinder mit den Kastanien in die Reifen treffen. Kinder, die nicht treffen, dürfen noch einmal werfen. Auch hier kann man gut beobachten, ob die Kinder die Grundbewegungsarten beherrschen.