



Für den Sportunterricht

Für die bewegte Schule/Betreuung

Verkehrte Welt	Blindenstab
Altersstufe <input checked="" type="checkbox"/> Kiga <input checked="" type="checkbox"/> Ust <input checked="" type="checkbox"/> Mst	Altersstufe <input checked="" type="checkbox"/> Mst <input checked="" type="checkbox"/> Sek
Sozialform <input checked="" type="checkbox"/> in der Gruppe <input checked="" type="checkbox"/> in der Klasse	Sozialform <input checked="" type="checkbox"/> mit Partner
Zeitbedarf 30 Minuten	Zeitbedarf 10 Minuten
Material Schaukelringe, Reck, Barren, Taue, Kletterstange, Matten, Nummern	Material Stäbe (z.B. Massstab), evtl. Augenbinde, evtl. Musik
Ziel Erleben der Position kopfüber (Orientierung, Körpergefühl, Mut)	Ziel Sich ohne Worte oder visuelle Signale zu verständigen
Quelle «Von den Bewegungsgrundformen zu den Turnsportarten», Schweizerischer Turnverein, 2019	Quelle «Lehrmittel Sporterziehung Band 5», Eidgenössische Sportkommission ESK, 2005
Beschreibung	Beschreibung
<p>Nach einem kurzen Aufwärmspiel verschiedene Geräte nach Wunsch aufstellen, gut mit Matten absichern und mit Tafeln nummerieren. Die Kinder gehen in Gruppen von Gerät zu Gerät und hängen wie Faultiere kopfüber an den Geräten.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Zwischen zwei Kletterstangen (mit den Füßen die Wand hochlaufen) ▪ Zwischen zwei Tauern ▪ An den stehenden Ringen (im Sturzhang: gehockt, gebückt, gestreckt) ▪ An der Reckstange (mit den Knien einhängen/im Sturzhang) ▪ An einem Barrenholm (mit den Knien einhängen/im Sturzhang) ▪ Zwischen den Barrenholmen <p>Wichtig: Der Kopf ist immer eingezogen, so dass der Blick zu den Knien/Füßen geht (Hilfe: Etwas Weiches zwischen Kinn und Brustbein einklemmen).</p>	<p>A und B stehen sich gegenüber und halten sich mit beiden Händen an einem Stab. A schliesst die Augen und B beginnt sich langsam zu bewegen. Über die Verbindung mit dem Stab übernimmt A die Bewegung und lässt sich von B führen. Zu Beginn nur kleine Bewegungen an Ort, allmählich im Raum und mit grösserem Bewegungsumfang.</p> <p>Nach einiger Zeit: Rollentausch.</p> <p>Wichtig: Sorgfältig miteinander umgehen, B übernimmt Verantwortung.</p> <p>Evtl. mit Augenbinden arbeiten (Schals, Tücher).</p>
Variationen	Variationen
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aus verschiedenen Ausgangspositionen sicher in die Position kopfüber kommen und wieder zurück. ▪ In der Position kopfüber leicht ins Schwingen/Schaukeln kommen ▪ Hochfangis: Wer ein Faultier ist, kann nicht gefangen werden. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Musik kann die Atmosphäre unterstützen. ▪ Was verändert sich, wenn der Stab nur mit einer Hand gefasst wird? ▪ Diejenigen mit geschlossenen Augen stehen lassen und neue zum Führen suchen.