Diese Lehrveranstaltung, die an drei Tagen stattfand und von Herrn Schön und Herrn Griessler geleitet wurde, war durchgehend praktisch aufgebaut. Die Referenten ließen auch immer wieder theoretische Aspekte einfließen und regten zur Selbstreflexion an. Naturgemäß machten nicht alle Teilnehmer bei allen Aktivitäten mit. Das waren auch die Personen, die mehr Theorie verlangten, da diese nicht die Möglichkeit nutzten, die vorgestellten Spiele und Übungen auszuprobieren und somit nicht die Erfahrung machten die für das theoretische Verständnis von Vorteil sind. Das regte mich zwischendurch immer wieder auf, aber durch die sportlichen Aktivitäten wurde der Groll schnell wieder weggespült.

An allen drei Terminen wurden wir in zwei Gruppen aufgeteilt und machten jeweils Vormittags und Nachmittags ein anderes Programm.

Am ersten Tag begannen wir mit ein paar Aufwärm- und Kennenlernspielen. Dabei blieb mir am meisten das Spiel, „Die Löwen sind los“ in Erinnerung. Dabei gibt es vier „Jeeps“ die auf Safari sind. In der Mitte des Turnsaals ist das Löwengehege. Auf ein Zeichen haben die Safarigänger die Möglichkeit, Fotos von den Löwen zu schießen. Auf Kommando werden die Löwen dann freigelassen. Die Abenteurer müssen so schnell wie möglich in ihre „Jeeps“ in Sicherheit laufen und die Löwen sollten so viele Fotografen wie möglich fangen. Alle Teilnehmer die erwischt wurden, werden auch zu Löwen und die Sache geht von vorne los bis nur mehr wenige Abenteurer übrig sind. Dieses Spiel gefiel mir sehr gut, da es einfach zu realisieren ist, viel Bewegung dabei ist und sich interessante Dynamiken entwickeln können.

Ein stetiger Bestandteil bei den Einheiten von Herrn Schön war Rumpfkräftigung in Form von Intervalltraining mit Musikunterstützung. Hierbei legte uns der Referent nahe, dass dies sehr wichtig für die Kinder und auch für uns sei und eigentlich täglich ohne viel Aufwand durchzuführen ist. Das werde ich bestimmt in meine Arbeit einfließen lassen, da ich der Meinung bin, dass der Turnunterricht viel zu kurz kommt. Zusätzlich habe ich die Ansicht, dass ein gut geschulter Körper auch wichtig für die Feinmotorik und in weiterer Folge für das Schreibenlernen ist.

Diese Ansicht teilen auch beide Vortragenden und so fuhren wir mit einigen Balanceübungen fort. Dabei nahmen wir Langbänke in allen möglichen Ausrichtungen zur Hilfe. Abschließend gestalteten wir noch einen Gleichgewichtssparkour mit allen uns zur Verfügung stehenden Turngeräten. Anfangs hatte ich Bedenken, ob so ein Hindernissparkour nicht zu Gefährlich für die Kinder wäre, doch der Referent nahm mir die Befürchtung, da man alle Stationen gut absichern kann.

Am Nachmittag starteten wir mit einem Foto-Orientierungslauf. Dafür bekamen wir einen Plan vom Schulgelände mit markierten Orten. Zu jedem Ort war ein Foto abgebildet. Die Aufgabe war es, jeden Ort einem Foto zuzuordnen. So ähnliche Orientierungsläufe kannte ich schon aus meiner eigenen Praxis, aber die Methode mit den Fotos war wieder eine Bereicherung für mein Repertoire an Freizeitaktivitäten.

Abschließend führten wir noch Kooperationsübungen mit dem Weichboden durch. Dabei ist es wichtig, dass man zuerst mit der ganzen Gruppe die vorgegebenen Kommandos einstudiert. Anschließend kann man verschiedene Übungen durchführen, wie zum Beispiel sich darauf legen oder darauf stellen. Solche Kooperationsübungen gefallen mir besonders gut, weil man damit sehr gut die Gruppendynamik beobachten und verbessern kann.

Beim zweiten Termin stellte uns Herr Griessler einige Übungen mit Rollbrettern vor. Mich erstaunte vor allem, dass es schon sehr ausgeklügelte und vom Land Niederösterreich subventionierte Rollbretter gibt, mit denen man etliche Spiele und Staffelläufe durchführen kann.

Ein anderer Themenkomplex den wir ausprobierten, waren Übungen auf der Sprossenwand. Da ich mich sehr fürs Klettern interessiere, sprach mich diese Einheit besonders an, da mir wieder bewusst wurde, dass man mit den einfachsten Mitteln so viele verschiedene Variationen in den Alltag der Kinder einfließen lassen kann. Zum Beispiel kann man mit Klebeband an der Sprossenwand Markierungen machen, und so einen einfachen „Boulder“ für die Kinder gestalten.

Das Highlight des Tages war das Spiel „Hunger Games“. Dabei hatten wir die Möglichkeit, mit allen Turngeräten, Hindernisse und Unterschlüpfe aufzustellen. Anschließend wurden in der Mitte des Saales Bälle platziert. Beim Startsignal durften sich alle Teilnehmer Bälle holen und die anderen Mitstreiter abwerfen. Wer als letzter übrig blieb war der Sieger. Bei diesem Spiel war sehr interessant zu beobachten, welche Dynamiken sich entwickeln. Ich kann mir sehr gut vorstellen dass dieses Spiel auch bei den Kindern sehr gut ankommt und dass man das Spiel in allen Variationen sehr oft spielen kann, ohne dass es langweilig wird.

Am letzten Tag begannen wir wieder mit etlichen Spielen. Dabei blieb mir in Erinnerung, dass man „Völkerball“ mit kleinen Regeländerungen sehr unterschiedlich gestalten kann. Zum Beispiel kann man als Zusatzaufgabe, einen Weichboden hochkant stellen. Die Teilnehmer dürfen diesen nicht umfallen lassen, sonst ist das Spiel auch verloren.

Eine andere Aktivität die wir gestalteten war „Stomp“. Dafür gestalteten wir eine kleine Choreografie mit Rhythmuselementen. Das gefiel mir auch gut, da ich wieder sehen konnte, dass man mit den einfachsten Mitteln große Wirkung erzielen kann.

Am Nachmittag begannen wir mit dem Spiel „Fordern“. Dabei gibt es etliche Stationen mit verschiedenen Aufgaben, die man gegeneinander Spielen kann. Hier ist zu beachten, dass für alle Kinder und Könnensstufen etwas dabei ist. Anschließend haben die Teilnehmer die Möglichkeit einen anderen Mitspieler zu fordern. Wenn der Forderer gewinnt, darf er in der Rangliste nach oben rücken und wenn er verliert bleibt die Reihenfolge unverändert.

Zum Abschluss durften wir noch einen Blindenparkour aufbauen, wobei wir auch wieder alle Turngeräte verwenden konnten. Anschließend hatten wir die Möglichkeit mit einem Partner und verbundenen Augen diesen Parkour zu durchwandern und somit eine neuartige Erfahrung zu machen.

Abschließend kann ich nur sagen, dass diese Lehrveranstaltung eine der ansprechendsten war, da viele verschiedene Spiele und Übungen vorgestellt wurden und ich wieder viele interessante Ansichten für die sportliche Aktivität mit Kindern erlangt habe.