



# J+S-Kindersport

## Spielen



# Inhaltsverzeichnis

<b>Hinweise zur Anwendung dieses Lehrmittels</b>	2
<b>Kinder spielen sich ins Leben</b>	3
<b>Spiele lernen</b>	4
Kinder wollen spielen	4
Kinder wollen spielen, weil es ihren Bedürfnissen entspricht	4
Kinder lernen spielend	5
Kinder und die Entwicklung ihrer Spielfähigkeit	6
<b>Spiele lehren</b>	8
Kindergerecht spielen	8
Spiele ermöglichen und Kreativität fördern	9
Spiele umfasst Lachen, Lernen und Leisten	10
Vor dem Spiel: Optimale Voraussetzungen schaffen	11
Während des Spiels: Das Spiel leiten, beobachten und variieren	16
Nach dem Spiel: Für einen optimalen Abschluss des Trainings sorgen	20
<b>Spiele spielen</b>	24
Einleitungsspiele	25
Freies Spiel	26
Wahrnehmungsspiele	28
Platzsuchsspiele im Kreis	30
Platzsuchsspiele im freien Raum	32
Laufspiele und Stafetten	34
Reaktionsspiele	36
Fangspiele	38
Fangspiele mit Kooperationsaspekt	40
Versteckspiele	42
Kampf- und Raufspiele	44
Alaska- und Brennballspiele	46
Treff- statt Völkerballspiele	48
Schnappballspiele	50
Torschusssspiele	52
Rückschlagsspiele	54
Ausklangsspiele	56
<b>Verwendete und weiterführende Literatur</b>	57

# Hinweise zur Anwendung dieses Lehrmittels



Spielen in Unterricht und Training ist für Kinder so zentral, dass es anhand einer eigenen Broschüre thematisiert wird. Das Lehrmittel richtet sich an Leiterpersonen und Experten J+S-Kindersport und ergänzt die Broschüren «J+S-Kindersport – Theoretische Grundlagen» und «J+S-Kindersport – Praktische Beispiele». Diese drei Lehrmittel ermöglichen den Kindern vielseitige Bewegungserfahrungen und -grundlagen und tragen dazu bei, deren Bewegungsrepertoire zu erweitern.

## Aufbau des Lehrmittels

Das Kapitel «Spielen lernen» beleuchtet das Spiel aus der Perspektive des Kindes. Seine Hauptbotschaften lauten «Kinder wollen spielen» und «Spielen entspricht einem Bedürfnis der Kinder». Dieses Kapitel steht bewusst am Anfang der Broschüre, denn bei J+S-Kindersport steht das Kind mit seinen Bedürfnissen im Zentrum.

Das Kapitel «Spielen lehren» bietet J+S-Leiterpersonen viele grundlegende Informationen sowie praktische Tipps zu ihrer Rolle als Leiterperson in Spiellektionen und -trainings.

Das Kapitel «Spiele spielen» liefert den Leiterpersonen viele praktische «Bei-Spiele» für kindergerechte Lektionen und Trainings.

## Auswahl der Spiele

Die ausgewählten Spiele sind von den Autorinnen und Autoren erprobt, erfordern von den Kindern vielfältige Bewegungsgrundformen und sollen sportartenübergreifend in verschiedenen Umgebungen (u.a. Eis, Wasser, Schnee, Halle, Wald) durchführbar sein.

## Jüngere Kinder – ältere Kinder

Kinder im Alter von 5 bis 10 Jahren entwickeln sich stark. Deshalb werden in allen J+S-Kindersport-Broschüren zwei Altersgruppen abgebildet: Die 5- bis 8-Jährigen werden als jüngere, die 7- bis 10-Jährigen als ältere Kinder bezeichnet, wobei der Übergang fließend ist.

## Verweise zwischen den Lehrmitteln

Die nachfolgenden Icons zeigen, in welchem der J+S-Kindersport-Lehrmittel weitere Informationen zum Thema zu finden sind:

 Für «J+S-Kindersport – Spielen»

 Für «J+S-Kindersport – Theoretische Grundlagen»

 Für «J+S-Kindersport – Praktische Beispiele»

# Kinder spielen sich ins Leben

## Kinder wollen spielen

Was Kinder sehen und hören, fühlen, in Händen halten und begreifen, verwenden sie zum Spielen. Die Spiel-, Bewegungs-, Gemeinschafts- und Erfolgserlebnisse, die sie dabei haben, eröffnen ihnen Wege, das Leben und ihre Umwelt zu entdecken. Kinder spielen sich also ins Leben.



## Kinder haben das Recht auf Spiel

Spielen bedeutet für Kinder auch, Freiheiten zu besitzen. Darauf verweist die UNO in der UN-Kinderrechtskonvention. Diese umfasst 54 Artikel zum Schutz der Rechte von Kindern und Jugendlichen. Das «Recht auf Freizeit, Spiel und Erholung» wird als eines der zehn wichtigsten und grundlegendsten erachtet: «Jedes Kind hat das Recht zu spielen und in einer gesunden Umgebung aufzuwachsen und zu leben».



## Kindergerechtes Spielen macht Spass

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen. Deswegen braucht es eine kindergerechte Vermittlung sowie kindergerechte Rahmenbedingungen (Regeln, Material usw.). Alle Kinder dürfen mitspielen! Die Tipps und Tricks dieser Broschüre sollen dazu beitragen, dass alle Kinder beim Spielen Spass haben.



Liebe J+S-Leiterinnen und -Leiter Kindersport

Wir wünschen euch viele spannende Spiellectionen und Trainings und hoffen, euch mit dem vorliegenden Lehrmittel dabei zu unterstützen. Vermittelt den Kindern Freude und Spass an Spiel und Bewegung und ermöglicht ihnen zahlreiche Spiel-, Bewegungs-, Gemeinschafts- und Erfolgserlebnisse.

Euer Autorenteam

# Spielen lernen

## Kinder wollen spielen

Spielen ist die wichtigste Tätigkeit der Kinder. Dabei setzen sie sich mit ihrer inneren und äusseren Welt auseinander.

Kinder zeigen schon sehr früh eine grosse Neugierde. Sie interessieren sich für alles, was sich bewegt, anfassen lässt, klingt, riecht oder schmeckt. Forscher schätzen, dass Kinder bis zum 6. Lebensjahr rund 15 000 Stunden spielen sollten, was durchschnittlich 8 Stunden pro Tag entspricht. Spielen kann also als «Beruf» der Kinder bezeichnet werden.

Spielen ist eine freiwillige Beschäftigung mit ungewissem Ausgang. Es ist herausfordernd, spannend und freudvoll. Der Spielende erfährt das Spiel als «anders» als das «normale Leben».

Spielen ist eine Tätigkeit, die zum Vergnügen, zur Entspannung oder aus Freude am Spiel selbst ausgeführt wird. Dabei entsteht oft ein Wechselbad der Gefühle. Positive Emotionen wie Spannung und Freude treiben die Kinder an, weiter und noch mehr zu spielen.

## Kinder wollen spielen, weil es ihren Bedürfnissen entspricht

Menschen wollen grundsätzlich positive Gefühle erleben. Sie versuchen, negative Gefühle wie z. B. Scham zu vermeiden. Dieser Antrieb drückt sich auch in den folgenden psychologischen Grundbedürfnissen des Menschen aus. Diese müssen befriedigt werden, damit Kinder (aber auch Erwachsene) motiviert sind.

### Kinder wollen selbst- und mitbestimmen

Bedürfnis nach Autonomie: Im Spiel können Kinder ihre individuellen Eigenschaften entdecken und sich über Spielerfahrungen zu einer eigenständigen Persönlichkeit entwickeln. Sie handeln gerne selbstbestimmt und wollen im Rahmen ihrer Möglichkeiten selber entscheiden. Das Spiel ist für die kindliche Selbstbestimmung ein ideales Lernfeld, das «freie Spiel» eine geeignete Form.



«Spiele spielen» > «Freies Spiel»

### **Kinder wollen dabei sein und dazugehören**

Bedürfnis nach sozialer Zugehörigkeit: Kinder brauchen andere Kinder, um eine soziale Gemeinschaft erleben zu können. Eingebunden zu sein und zusammen zu spielen, gibt Kindern das Gefühl, akzeptiert zu sein und sich austauschen zu können. Die Leiterperson muss dieses Bedürfnis im Unterricht und Training, speziell auch im Spiel, berücksichtigen: Alle Kinder sollen mitspielen können.

Ein gutes Lernklima ist zentral, damit sich Kinder integriert und aufgehoben fühlen. Kinder wollen von den anderen Kindern und der Leiterperson geschätzt, respektiert und toleriert werden.



 «Spielen lehren» > «Kindergerechtes Spiel»

### **Kinder wollen erfolgreich sein**

Bedürfnis nach Kompetenz: Menschen haben das Verlangen, sich kompetent zu fühlen. Zu wissen, «das kann ich», motiviert Kinder und Erwachsene. Kinder setzen sich spielend mit ihrer Umwelt auseinander. Getreu dem Motto «Das Unbekannte muss bekannt werden, das Neue wartet auf eine persönliche Entdeckung, das Reizvolle will erlebt werden!» (Armin Krenz) wollen Kinder ihre Umwelt entdecken, verstehen und sich mit unbekannten Dingen vertraut machen. Auf dieser Auseinandersetzung baut der Erwerb von Fertigkeiten und Kompetenzen auf.



## **Kinder lernen spielend**

Lernen heisst «selbst tun». Haben Kinder genügend Zeit und optimale Rahmenbedingungen, werden sie zum Spielen angeregt und lernen im Spiel beiläufig und unbewusst (implizit). Denn Spielen und Lernen sind bei Kindern untrennbar verbunden (Krenz, 2001).

Im Spiel machen Kinder intensive Erfahrungen, bei denen sie emotional betroffen und sehr aufmerksam sind. Spielend können sich Kinder länger und einfacher konzentrieren, ohne dass sie sich bewusst dafür anstrengen müssen.

 «Psyche» > «Aufmerksamkeit»

## Kinder und die Entwicklung ihrer Spielfähigkeit

Im Alter von 5 bis 10 Jahren entwickeln sich Kinder stark. J+S Kindersport begleitet sie in diesem Zeitraum beim Wechsel vom kindlichen Einzelspiel mit Gegenständen zum Bewegungs- und Sportspiel. Diese Entwicklung braucht eine kindergerechte Vermittlung und Begleitung durch die Leiterperson.

Im «Lehrmittel Sporterziehung» der Eidgenössischen Sportkommission werden drei Arten von Begegnungen im Spiel beschrieben:



### **ICH = Die Begegnung mit der Sache**

Materiale Umwelt: Jüngere Kinder spielen eher alleine, allenfalls mit einem Spielobjekt (z. B. Bälle, Keulen, Schachteln, Reifen, Seile). Damit sie vielseitige Materialerfahrungen machen können, benötigen sie genügend Zeit und Raum. «Freies Spiel» ist eine geeignete Form, um den Kindern die Begegnung mit der Sache zu ermöglichen.



«Spiele spielen» > «Freies Spiel»



### **DU = Die Begegnung mit dem Du**

Materiale und soziale Umwelt: Bei jüngeren Kindern wird die Begegnung mit dem «Du» immer wichtiger. Gemeinsames Erfahren und Entdecken, das Miteinander-Spielen, aber auch das Teilen von Gegenständen soll gelernt und geübt werden. Bei der Begegnung mit dem «Du» entdecken die Kinder ihre soziale Umwelt. Wertvolle Erfahrungen können jüngere und ältere Kinder zum Beispiel in Kampf- und Raufspielen sammeln.



«Spiele spielen» > «Kampf- und Raufspiele»

## **WIR = Die Begegnung mit dem Wir**

Materiale und soziale Umwelt: Leiterpersonen müssen beim Spielen in einer Gruppe die jüngeren Kinder meist anleiten und unterstützen, damit sich diese integrieren können und lernen zu kooperieren. Das «Wir» bzw. das Miteinander ist eine wichtige Grundlage, um auch das Spielen gegeneinander zu ermöglichen. «Farbiges Alaskaball» bietet den Kindern die Möglichkeit, das «Wir-Gefühl» zu erleben.



 «Spiele spielen» > «Alaska- und Brennballspiele»

Die Organisationsformen in Unterricht und Training müssen dem Entwicklungsstand der Kinder angepasst sein. Die Spielentwicklung vom jüngeren zum älteren Kind führt vom Nebeneinander über das Miteinander zum Gegeneinander. Vor allem das Miteinander – die Kooperation – soll gefördert werden.

In sorgfältig ausgewählten Spielformen über das «ich – du – wir» können jüngere Kinder schrittweise an das Spiel in der Gruppe herangeführt werden, bis hin zu Spielformen, in welchen gegeneinander gespielt wird.

# Spielen lehren



## Kindergerecht spielen

Kinder wollen von sich aus spielen. Leiterpersonen müssen wissen, wie sie den 5- bis 10-Jährigen das Spielen vermitteln, damit sich die erhofften Spiel-, Bewegungs-, Gemeinschafts- und Erfolgserlebnisse einstellen.

Die wichtigsten Punkte im Überblick:

### Alle Kinder spielen mit

- Kleine Teams – angepasste Spielfelder.
- Dabeibleiben statt ausscheiden.
- Keine Ersatzbank – vermeiden von Wartezeiten.

### Kindergerechte Vermittlung

- Spass und Freude am Spiel vermitteln.
- Den Kindern Raum und Zeit geben, damit sie selber entdecken und erfahren können.
- Kinder sind keine kleinen Erwachsenen: Dem Entwicklungsstand angepasste Spiele auswählen.

### Kindergerechtes Material

- Kleinere/größere, weichere, langsamere Bälle.
- Kleinere/kürzere, leichtere Schläger und Stöcke.
- Kleinere/größere, unterschiedliche Ziele (Tore usw.).



## **Spielen ermöglichen und Kreativität fördern**

Spielen hat für das Lernen eine wichtige Funktion. Die Basis für kreatives Handeln wird im Alter von 5 bis 12 Jahren gelegt.

### **Freies Spiel**

Das freie Spiel hat einen grossen Stellenwert in der Spielphilosophie von J+S-Kindersport. Innerhalb des klar strukturierten Ablaufs des Unterrichts oder Trainings bietet es einerseits einen Freiraum, damit die Kinder ihre Kreativität ausleben können, indem sie Spiele oder Kunststücke erfinden und üben. Andererseits schafft es auch eine aktive Verschnaufpause für die Kinder, die sich nicht über einen längeren Zeitraum konzentrieren können. Das freie Spiel kann bestens zu Lektionsbeginn, als Spielform während eines Trainings oder auch am Ende der Lektion eingesetzt werden.



«Spiele spielen» > «Freies Spiel»

### **Spielen vor Üben**

Kinder wollen spielen. Dies können sich Leiterpersonen zu Nutze machen, um zum Beispiel technische Fertigkeiten zu trainieren. Bei repetitiven Übungen verlieren die Kinder relativ schnell die Aufmerksamkeit. Vermitteln die Leiterpersonen die Grundtechniken in spielerischer Form, können sich die Kinder länger und besser konzentrieren.



«Psyche» > «Lachen»,  
«Lernen», «Leisten»

## **Spielen umfasst Lachen, Lernen und Leisten**

Spielen ist den Kindern wichtig. Die Leiterperson kann den Kindern mit geeigneter Auswahl und Variation des Spiels Lernfelder eröffnen. In Anlehnung an die theoretischen Grundlagen werden mögliche Lernziele vereinfachend in die drei L unterteilt. Sie stehen für Lachen, Lernen und Leisten:



### **Lachen**

Kinder wollen lachen, weil es ganz einfach schön ist und ein gutes Gefühl erzeugt. Lachen steht an erster Stelle der drei L, weil es das Lernen erleichtert und zum Leisten motiviert.



### **Lernen**

Lernen heisst, psychisch (Mut, Selbstvertrauen, Spielverständnis), motorisch (Bewegungsgrundformen) wie auch sozial (Regeln gemeinsam erarbeiten und einhalten, Rücksicht nehmen) Fortschritte zu machen.



### **Leisten**

Kinder möchten an sie gestellte Aufgaben und Anforderungen erfolgreich bewältigen und setzen sich voll dafür ein. Bei Kindern steht Leisten in Zusammenhang mit Neugier, Interesse und Freude. Deshalb findet kindergerechtes Training der Physis immer spielerisch statt (Koordination verbessern, Herz-Kreislauf anregen, Muskeln kräftigen und Schnelligkeit verbessern, Knochen stärken, Beweglichkeit erhalten und verbessern).



## **Vor dem Spiel: Optimale Voraussetzungen schaffen**

Die Leiterperson kann optimale Voraussetzungen schaffen, indem sie bei der Vorbereitung eines Spiels einigen Punkten besondere Beachtung schenkt. Dadurch kann den Kindern der Einstieg ins Spiel erleichtert und die effektive Spielzeit erhöht werden.

### **Wenige und einfache Spielregeln**

Je weniger Regeln es gibt und je einfacher sie sind, desto besser funktioniert ein Spiel. Es ist wichtig, nicht zu viele Regeln auf einmal einzuführen. Jüngere Kinder können lediglich 2 bis 4 neue Spielregeln aufnehmen und umsetzen, ältere Kinder 4 bis 6.

 «Lernen» > «Kurzfristiges Lernen»

Ist ein Spiel bekannt und funktioniert es in seiner Grundform, kann die Leiterperson weitere Spielregeln hinzufügen. Für Kinder ist es sehr wichtig, dass abgemachte Spielregeln klar sind und eingehalten werden.

 «Spielen lehren» > «Spiel begleiten und Punkte zählen»

### **Geeignete Spielfelder**

Insbesondere bei grösseren Gruppen von Kindern wird empfohlen, auf mehreren kleinen Spielfeldern nebeneinander zu spielen. So können die Kinder in Kleingruppen gleichzeitig spielen, was den Unterricht und das Training intensiviert.

Häufige Teamwechsel halten ein Spiel attraktiv und bieten neue Herausforderungen. Kinder benötigen genügend Platz und eine gut sichtbare Spielfeldmarkierung. So können sie sicher auf mehreren Spielfeldern gleichzeitig spielen. In Turnhallen brauchen sie deutliche Markierungen, da sie die Linien auf dem Turnhallenboden im Eifer des Spiels nicht wahrnehmen. Die Markierungen (Markierungsteller, Malstäbe usw.) dürfen die Sicherheit der Kinder nicht gefährden.

Im Freien braucht es je nach Gelände oder Spielform zusätzliche Abmarchungen, wie weit sich die Kinder entfernen dürfen (z.B. bei Versteckspielen) und eine entsprechende Signalisation.

## Sichere Spielumgebung

Vor Spielbeginn sollte die Leiterperson überprüfen, ob die Umgebung sicher ist, und Gefahrenquellen beseitigen:

- Keine Gegenstände auf dem Spielfeld herumliegen lassen (z.B. Bälle, Reifen und anderes Kleinmaterial sowie Trinkflaschen, Taschen).
- Türen und Tore in der Turnhalle immer schliessen.
- Genügend Sicherheitsabstand zu störenden Objekten wie Wänden, Pfosten, Bäumen usw. einplanen.
- Auf genügend Sturz- oder Bremsraum achten.
- Wände weder als Ziel noch als Wendepunkt verwenden.
- Stolperfallen bei Laufspielen vermeiden.
- Geräte (z.B. Tore) fest verankern. Sie dürfen nicht umfallen.
- Dafür sorgen, dass die Kinder Uhren und Schmuck vor Unterricht und Training ablegen, Kaugummis entsorgen und lange Haare zusammenbinden.
- In der Turnhalle: Um Verletzungen vorzubeugen, nach Möglichkeit das Tragen von Turnschuhen, Turnschläppchen oder Noppensocken einheitlich festlegen. Socken eignen sich nur bedingt (Rutschgefahr).
- Draussen: Kinder bzw. Eltern im Vorfeld über optimale Kleidung, Sonnenschutz und Schuhwerk informieren. Bei Aktivitäten im Wald schützen lange Hosen und Kopfbedeckungen vor Zecken.

## Kindergerechtes Spielmaterial

Die Leiterperson stellt vor dem Spiel nach Möglichkeit kindergerechtes Material bereit. Es fällt Kindern leichter zu spielen, wenn die Bälle ihren kleineren Händen und Füßen sowie Stöcke und Schläger ihrer geringeren Körpergrösse angepasst sind. Für gewisse Sportarten existieren weichere und langsamere Bälle. Diese ermöglichen grössere Lernfortschritte, mehr Erfolgsergebnisse und senken die Unfallgefahr.

Als Wurf- und Treffziele können nebst Toren auch Zonen, Wände, Tchoukballnetze, Langbänke, Matten, Reifen, Kegel usw. eingesetzt werden. Grösse und Distanz von Zielen sollen variiert und so gewählt werden, dass es zahlreiche, aber trotzdem nicht zu viele Treffer gibt.

Alltagsgegenstände können Kinder zum Spielen inspirieren und ihre Kreativität und Experimentierfreude herausfordern. Ballone, Zeitungen, Korken, Tücher, Wäscheklammern, Pet-Flaschen, Joghurtbecher, Kartonschachteln stellen eine Fundgrube für Spielideen dar und animieren Kinder zum (freien) Spielen.

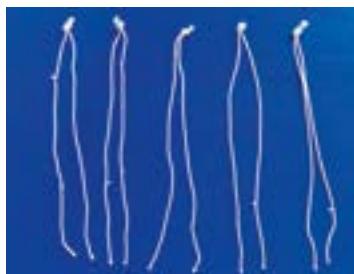
## Passende Gruppen bilden und kennzeichnen

Die Spielintensität und die Teilhabe am Spiel werden für alle Kinder grösser, wenn in kleinen Gruppen auf mehreren kleinen Spielfeldern gespielt wird. Kleine Teams (zwei bis fünf Kinder) vereinfachen den Kindern zudem die Orientierung innerhalb ihrer Gruppe. Zur Gruppenbildung bieten sich verschiedene Möglichkeiten an: Das Zufallsprinzip, die von den Kindern und die von der Leiterperson gelenkte Gruppeneinteilung.

Gruppenbildung durch Zufall:

- **Äusserliche Merkmale:** Die Gruppen werden gebildet aufgrund von Kriterien wie lange/kurze Hose, Farbe der Kleider, braune/blonde Haare, Augenfarbe, Ausrüstungsfarbe (Helm, Badekappe usw.), Farbe vom Spielmaterial (verschiedenfarbige Bälle, Reifen, Seile usw.).
- **Objekte und Symbole:** Die Leiterperson besitzt einen Beutel mit Spielfiguren, Spielkarten, verschiedenen Steinen, Murmeln usw. Die Kinder greifen in den Beutel und nehmen ein Objekt heraus. Die Gruppen werden aufgrund gleicher Farben, Spielkarten oder Symbole gebildet. Die Leiterperson muss vor der Lektion die Anzahl Gegenstände und die Anzahl Gruppen abgleichen. Variation: Die Leiterperson versteckt in der Turnhalle Zettel oder Gegenstände.

- **Schnurbündel:** Die Leiterperson benötigt für jedes Kind eine Schnur. Wenn in Dreierteams gespielt werden soll, werden jeweils drei Schnüre an einem Ende zusammengeknotet. Die Leiterperson hält nun alle Knoten in einer Hand. Jedes Kind packt ein Schnurende. Wenn die Leiterperson die Schnüre loslässt, sind die Kinder mit ihren Teammitgliedern verbunden.



- **Frage und Antwort:** Kinder durch gleiche Antworten in Gruppen einteilen. Wer hat einen Hund, wer eine Katze? Lieblingsfarbe? Wer ist im Sommer, wer im Winter geboren?

- **Ticket-Automat:** Die Leiterperson steckt Zettel, Spielkarten oder Zug-Fahrkarten in die Schlitze eines Schwedenkastens. Alle Kinder holen sich eine Fahrkarte und suchen sich anschliessend den richtigen Zug, indem sie die entsprechende Gruppe bilden.



- **Atomspiel:** Die Kinder laufen kreuz und quer durch die Halle. Die Leiterperson gibt ein Signal und ruft oder zeigt eine Zahl. Die Kinder bilden so schnell wie möglich Teams mit der entsprechenden Anzahl Mitglieder. Das Spiel kann mehrmals wiederholt werden. Beim letzten Durchgang zeigt die Leiterperson die für das nachfolgende Spiel gewünschte Teamgrösse an.

Durch die Leiterperson gelenkte Gruppeneinteilung:

- **Spielbänder:** Die Leiterperson verteilt gezielt Spielbänder und sorgt so für ausgeglichene Gruppen. Allenfalls bleiben die Gruppen über mehrere Trainings und Lektionen bestehen.
- **Wunschpaare:** Die Kinder bilden selbständig Zweiergruppen. Die Leiterperson kombiniert die Paare zur gewünschten Teamgrösse.

Durch die Kinder gelenkte Gruppeneinteilung:

- **Wunschteams:** Die Leiterperson lässt die Kinder Zweier- oder Dreiergruppen bilden. Sie hilft mit, damit alle Kinder in einer Gruppe Platz finden.

Beim «Wählen-Lassen» besteht die Gefahr, dass immer dieselben Kinder nicht berücksichtigt werden; zudem geht viel Spielzeit verloren. Solche Negativerlebnisse sollten den betroffenen Kindern erspart bleiben, deshalb empfiehlt sich diese Form weniger.

Falls die Gruppen unterschiedlich gross sind:

- **Joker:** Einer schwächeren Gruppe wird ein zusätzliches Kind zugeordnet. Das erhöht die Chancen des Teams. Oder: Ein Kind übernimmt die Rolle eines Jokers und spielt immer bei der ballbesitzenden Gruppe mit.
- **Zusatzaufgaben:** Ein grösseres Team muss eine zusätzliche Aufgabe lösen.
- **Alle Kinder spielen mit:** Gibt es dennoch einmal Auswechselspieler, teilt die Leiterperson die Spielzeit auf alle Kinder gleich auf. Es gibt keine Ersatzspielerinnen.
- **Über- und Unterzahlspiel.**

**Gruppen sollen möglichst deutlich gekennzeichnet sein** (Überzieher, Spielbänder). In Fangspielen können die Fänger zum Beispiel einen Hut auf dem Kopf oder ein Tuch in einer Hand tragen, die bei einem Wechsel weitergegeben werden. Spielbänder dürfen auf keinen Fall nur um den Hals gehängt werden. Kleinere Kinder können sie wie einen Rucksack über die Schultern streifen.



## **Spiel vermitteln**

Da Kinder nur eine begrenzte Aufmerksamkeitsspanne haben, sollten Spiele knapp, klar und in einfacher Sprache vermittelt werden.

Beispiele kindergerechter Methoden:

- Kindergerechte, bildhafte Sprache und Metaphern verwenden.
- Spiele besser vorzeigen (lassen) statt erklären, insbesondere beim ersten Durchgang.
- Nur wenig Neues auf einmal vermitteln: «Wenige und einfache Spielregeln» Spielprinzipien einüben, die immer wieder verwendet werden können. Diese lassen sich variieren.
- Spiele in Zeitlupe durchführen lassen.
- Das Spiel mit einer Geschichte, einem Bild oder einem Rollenspiel erklären.



«Spielen lehren» > «Wenige und einfache Spielregeln»



## **Während des Spiels: Das Spiel leiten, beobachten und variieren**

Ein Spiel macht Spass, wenn es alle Kinder begreifen. Deshalb macht es Sinn, genügend Zeit und Wiederholungen einzusetzen, damit die Kinder das neue Spiel verstehen.

### **Spiel begleiten und Punkte zählen**

Eine Leiterperson hat mehrere Möglichkeiten, ein Spiel zu begleiten:

- Sie kann das Spiel beobachten und die Kinder selbständig spielen lassen. Diese sollen lernen, eigenverantwortlich zu spielen, sich an Spielregeln zu halten und Situationen zu klären. Das kann vor allem beim Spiel in Kleingruppen ohne Spielleitung und ohne Schiedsrichter ausprobiert und angewandt werden.
- Die Kinder können die Spielleitung übernehmen. Die Leiterperson setzt dabei Leitplanken, sollte den Kindern aber möglichst viel Autonomie gewähren. Die meisten Kinder freuen sich, wenn die Leiterperson hin und wieder mitspielt und nicht nur vom Spielfeldrand aus zuschaut.
- Die Leiterperson übernimmt die Spielleitung. Dabei müssen die Spielregeln klar kommuniziert und konsequent berücksichtigt werden, denn Kinder nehmen diese sehr ernst und wollen sie auch einhalten. Klare und auf Fairness ausgelegte Regeln fördern das Zusammenspiel und unterstützen ein sicheres Spiel.

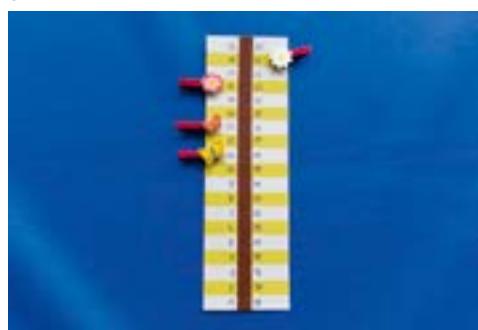


«Spielen lehren» > «Spielen umfasst Lachen, Lernen und Leisten»

Ein Spiel kann verschiedene Ziele verfolgen, wie Lachen, Lernen und Leisten. Sieg und Niederlage sollten nicht immer im Vordergrund stehen. Die Leiterperson kann helfen, dass die Kinder Spass am Spiel und an der Kooperation im Team haben. Wird um Sieg und Niederlage gespielt, muss korrekt gezählt werden.

So können Punkte einfach und gut sichtbar gezählt werden:

- **Resultattafel Sprossenwand:** Jedem Team ist ein Spielband in einer anderen Farbe zugeordnet. Dieses wird an der Sprossenwand aufgehängt. Pro Punkt wird das Spielband eine Sprosse nach oben verschoben.
- **Kreidestrüche:** Die Wandtafel oder der Boden dient als Punkttafel.
- **Punkte sammeln:** Nach jedem erzielten Punkt kann das Kind einen Ball, Tannzapfen, Stein, eine Murmel oder einen Schneeball in einen Behälter legen.
- **Wäscheklammern:** Aus Karton kann eine einfache Resultattafel gebastelt werden. Jedes Team erhält eine farbige Wäscheklammer.



- **Leiterlispiel ohne Leitern und Rutschen:** Die Teams können mit ihrer Spielfigur die erzielte Punktzahl auf dem Spielbrett vorrücken.
- **Zählrahmen.**

Durch Glück oder Pech beeinflusste Zählweisen:

- **Bild zeichnen:** Jedes Team erhält ein Blatt Papier. Nach jedem Punkt darf es einen Strich zeichnen. Das Team mit der originellsten Strichzeichnung gewinnt.
- **Leiterlispiel mit Leitern und Rutschen:** Die Teams können mit ihrer Spielfigur die erzielte Punktzahl auf dem Spielbrett vorrücken.
- **Turmbau:** Pro Punkt erhalten die Kinder ein Holzklötzchen oder einen Schneeball. Das Team mit dem höchsten Turm gewinnt.
- **Längste Schnur:** Pro Punkt erhalten die Teams ein Stück Schnur, das sie an die bereits vorhandenen knüpfen. Das Team mit der längsten Schnur gewinnt.



### **Spiel beobachten**

Während des Spiels hat die Leiterperson die wichtige Aufgabe, das Spiel aufmerksam zu beobachten, zu beurteilen und falls nötig beratend einzugreifen. Das Beobachten kann aus der Rolle der Spielleiterin oder Mitspielerin erfolgen.



«Spielen lehren» > «Vor dem Spiel: Optimale Voraussetzungen schaffen»

Nachfolgende Fragen helfen beim Beobachten und Beurteilen:

- Verstehen die Kinder das Spiel, und funktioniert es? Haben die Kinder Erfolgserlebnisse?
- Haben die Kinder Freude? Zeigen sie Engagement? Herrscht ein positives Klima?
- Werden die Spielregeln eingehalten? Müssen sie angepasst werden?
- Ist das Spielfeld angemessen? Muss die Grösse angepasst werden? Erkennen die Kinder das Spielfeld oder braucht es bessere Markierungen?
- Ist die Sicherheit gewährleistet? Gibt es Gefahrenquellen?
- Ist genügend Spielmaterial vorhanden? Fehlt etwas?
- Spielen alle Kinder aktiv mit? Sind die Teams für ein spannendes Spiel optimal zusammengesetzt?
- Machen die Kinder Lernfortschritte?

Es ist wichtig, die Kinder für ihren Einsatz zu loben und wertzuschätzen. Klappt einmal etwas nicht, sollen sie für einen weiteren Versuch motiviert werden. Fehler sind erlaubt. Dadurch wagen sich die Kinder, kreativ zu sein, was ihr Selbstvertrauen stärkt. Rückmeldungen sind wichtig und sollen möglichst positiv ausfallen.



## **Spiel variieren**

Die Leiterperson kann das Spiel variieren. Dazu unterricht sie bei Bedarf kurz das Spielgeschehen und bespricht die Situation mit den Kindern. Diese können eigene Ideen einbringen. Das Gespräch muss aufgrund der wahrscheinlich schwierig zu gewinnenden Aufmerksamkeit kurz ausfallen und die Sprache kindergerecht sein.

Variationen:

- Anpassen oder ergänzen der Spielregeln.
- Spielfelder verändern bzw. Markierung verbessern.
- Spielmaterial anpassen: z. B. mehrere Spielobjekte (Bälle) ins Spiel bringen und so die Intensität erhöhen. Ziele (Tore) verändern.
- Gegner wechseln, neue Gruppen bilden, Gruppengröße variieren oder Zusatzaufgaben einbauen.
- Für überforderte Kinder Vorgaben erleichtern, für unterforderte Kinder Zusatzaufgaben stellen.



«Spielen lehren» > «Vor dem Spiel: Optimale Voraussetzungen schaffen»



## **Nach dem Spiel: Für einen optimalen Abschluss des Trainings sorgen**

Spielen löst intensive Gefühle wie Freude, Glück und Stolz, aber auch Ärger, Wut und Enttäuschung aus. Deshalb ist es wichtig, dass die Kinder den Umgang damit lernen und üben. Am Ende jeder Lektion oder jedes Trainings sollten die Kinder positiv gestimmt sein, um motiviert wiederzukommen. Deshalb nimmt der Abschluss des Trainings eine wichtige Rolle ein. Nachfolgend werden mögliche Ansätze aufgezeigt, um Leiterpersonen in emotionalen Situationen zu unterstützen:

### **Über das Spiel reden**

Die Leiterperson kann mit den Kindern Spielsituationen oder Verhaltensweisen besprechen und reflektieren. Wichtig ist, dass dies im Dialog und unmittelbar nach dem Spiel stattfindet, damit sich alle erinnern können. Gegenseitige Wertschätzung und Respekt sind wichtige Voraussetzung für eine gute Atmosphäre und somit für ein lehrreiches Gespräch. Kein Kind darf ausgelacht oder blossgestellt werden.

Die Leiterperson kann das Spielverhalten thematisieren. Einfache und offene Fragen eignen sich hierfür sehr gut: Wieso hat das Spiel funktioniert/nicht funktioniert? Warum wurden nur wenige Punkte erzielt? Welche Strategie war am erfolgreichsten? Kindergerecht heisst: Kurze und prägnante Bemerkungen. Es darf nicht zu viel Spielzeit verloren gehen.

Die Leiterperson kann beeinflussen, welche Themen besprochen werden. Stehen Lernen oder Kooperation im Zentrum des Spiels, erhalten ein Sieg bzw. eine Niederlage weniger Gewicht.



### **Umgang mit Sieg und Niederlage lernen**

Gewinnen und verlieren macht vielen Kindern Mühe. Die Leiterperson kann dies thematisieren und den Umgang damit mit kindergerechten Wettkampfformen üben. Insbesondere bei jüngeren Kindern helfen dabei Bilder oder Geschichten:

- **Kindergeschichten:** Aus Kinderbüchern vorlesen, Situationen aus einer Geschichte thematisieren: «Leo Lausemaus kann nicht verlieren» (Casalis).
- **Bilder einsetzen:** Fotos von Menschen in verschiedenen Stimmungen oder ein Fragebogen mit lachenden/weinenden/wütenden Smileys kann den Kindern helfen, ihre Emotionen zu erkennen und zu beschreiben.
- **Von Erlebnissen erzählen:** Die Leiterperson berichtet von selbst erlebten Begebenheiten oder von (berühmten) Sportlerinnen und Sportlern und deren Umgang mit Enttäuschungen oder Niederlagen.
- **Merksätze:** «Aus Fehlern darf, soll und kann gelernt werden.»  
«Niederlagen sind ein Ansporn, es nächstes Mal besser zu machen.»  
«Wer dem Sieger zu seinem Erfolg gratuliert, ist auch ein Gewinner.»



### **Faires Verhalten**

J+S will Kindern und Jugendlichen faires Verhalten (Fairplay) im Sport, Spiel und Alltag nahe bringen. Die Leiterperson nimmt hier eine wichtige Vorbildrolle ein.

Für gerechte und faire Verhaltensweisen in Spiel und Training gelten folgende Grundsätze:

- Die Regeln eines Spiels sind klar und werden eingehalten.
- Alle Kinder werden betreffend Lob und Anerkennung, Spielzeit usw. gleich behandelt («Alle Kinder spielen mit»). Die Leiterperson stellt Eigeninteressen zurück (z. B. wenn eigene Kinder in der Gruppe mitmachen).

Faires Verhalten betrifft nicht nur die Mit- und Gegenspieler sowie Leiterpersonen, sondern auch Eltern, Betreuer, Schieds- und Kampfrichter sowie das Publikum.

Die Leiterperson kann den Begriff «Fairplay» mit den Kindern thematisieren. Mögliche Merksätze für faires Verhalten können sein:

- Ich halte mich an die Regeln und bin ehrlich.
- Ich beleidige niemanden.
- Ich löse Streitigkeiten gewaltlos.
- Ich grenze niemanden aus.
- Ich treibe mit Freude Sport und unterstütze andere dabei.

Die Leiterperson kann einen Fairplay-Preis vergeben, um dem Thema mehr Gewicht zu verleihen.

## Rituale und beruhigende Spielformen

Um die Atmosphäre am Ende eines Spiels gezielt zu beeinflussen und eine Lektion oder ein Training optimal zu beenden, kann die Leiterperson Rituale und beruhigende Spielformen einsetzen. Dadurch kann sie im Spiel entstandene Emotionen abschwächen und die Aufmerksamkeit der Kinder weg vom Spiel hin zu anderen Themen lenken. Am Ende einer Lektion können Rituale und entspannende Spielformen zudem helfen, dass die Kinder in der Garderobe weniger aufgewühlt sind und sich dadurch schneller und konzentrierter umziehen.

- Abklatschen der Mit- und Gegenspieler sowie Hände schütteln.



- Den Sieg des Gegners anerkennen, ihm zum Sieg gratulieren oder für das Spiel danken. Wer nur gewinnen will, kann den Spass aller Beteiligter dämpfen. Wer anderen hingegen ehrlich zum Erfolg gratuliert, ist auch ein Gewinner. Er hat seine negativen Gefühle überwinden können.
- Eine Geschichte erzählen, ein Lied singen oder ein Singspiel durchführen.
- Beruhigende Spielformen.
- Abschiedsrituale oder beruhigende Formen wählen und die Kinder gestaffelt in die Garderobe entlassen.
- «Ausklangspiele».

 «Voraussetzungen schaffen» >  
«Beruhigen und Entspannen»

 «Spiele spielen» > «Ausklangspiele»

## Verwendete und weiterführende Literatur

- Balz, E. & Neumann, P. (1999): Erziehender Sportunterricht. In W. Günzel & R. Laging (Hrsg.), *Taschenbuch des Sportunterrichts. Bd. 1.* (162–192). Baltmannsweiler: Schneider Verlag.
- Baumberger, J., Huber, L., Lienert, S., Müller, U. (2008). *Top Bewegungsspiele Band 1: für Kinder ab 5 Jahren*. Horgen: bm-sportverlag.ch.
- Baumberger, J., Müller, U. (2008). *Top Spiele für den Sportunterricht Band 2: für Kinder ab 7 Jahren*. Horgen: bm-sportverlag.ch.
- Baumberger, J., Müller, U. (2011). *Sportspiele spielen + verstehen*. Horgen: bm-sportverlag.ch.
- Bundesamt für Sport BASPO (Hrsg.) (2010). *J+S-Kindersport – Praktische Beispiele*. Magglingen: BASPO.
- Bundesamt für Sport BASPO (Hrsg.) (2010). *J+S-Kindersport – Theoretische Grundlagen*. Magglingen: BASPO.
- Bundesamt für Sport BASPO (Hrsg.) (2009). *Kernlehrmittel Jugend+Sport*. Magglingen: BASPO.
- Bundesamt für Sport BASPO (Hrsg.) (2010). *Psyche – Theoretische Grundlagen und praktische Beispiele*. Magglingen: BASPO.
- Bundesamt für Sport BASPO (Hrsg.) (2014) *Trainingshandbuch J+S-Kindersport Allround*. Magglingen: BASPO.
- Bundesamt für Sport BASPO (Hrsg.) (2008). *Turnen Spiele*. Magglingen: BASPO.
- Bundesamt für Sport BASPO (Hrsg.) (2012). *Leitbild Jugend+Sport*. Magglingen: BASPO.
- Casalis, A. (2013). *Leo Lausemaus kann nicht verlieren*. Köln: Lingen Verlag.
- Conzelmann, A., Schmidt, M., Valkanover, S. (2011). *Persönlichkeitsentwicklung durch Schulsport*. Bern: Verlag Hans Huber.
- Eidgenössische Sportkommission ESK (Hrsg.) (1997). *Lehrmittel Sporterziehung – Band 2, Broschüre 5: Vorschule Spielen; Band 3, Broschüre 5: 1.–4. Schuljahr Spielen; Grundlagen*. Bern: Eidgenössische Sportkommission ESK.
- Schweizerischer Fussballverband SFV (Hrsg.) (2013). *Kinderfussball-Konzept SFV – Fussball im J+S-Kindersport*. Bern: SFV.
- Krenz, A. (2001). *Kinder spielen sich ins Leben – Der Zusammenhang von Spiel- und Schulfähigkeit*.
- Krenz, A. (2014, März 24). *Das Spiel ist der Beruf des Kindes: das kindliche Spiel als Grundlage der Persönlichkeits- und Lernentwicklung von Kindern im Kindergartenalter*. Heruntergeladen von [www.win-future.de/downloads/das-spiel-ist-der-beruf-des-kindes.pdf](http://www.win-future.de/downloads/das-spiel-ist-der-beruf-des-kindes.pdf)
- Krenz, A. (2014) Kinder spielen sich ins Leben. Über die faszinierende Wirkung des freien Spiels. *horizonte. Blätter für Politik und Kultur in Mecklenburg-Vorpommern*, 46, 10 – 11.
- Lang, H. (1996). *Spielen, Spiele, Spiel: Handreichung für den Spielunterricht*. Schorndorf: Hofmann-Verlag.
- Roth, K. & Hahn, C. (2007). Integrative Sportspielvermittlung. *Info Fachbereich Sport der Universität Heidelberg*, 29 (1), 4–7.
- Memmert, D. (2012). Development of Creativity in the Scope of the TGfU Approach. In J. Butler & L. L. Griffin (Hrsg.), *More Teaching Games for Understanding. Moving Globally* (S. 231–244). Champaign: Human Kinetics.
- Roth, K. & Memmert, D. (2007). Ballschule Heidelberg: spielerische, vielseitige und implizite Förderung der taktischen Kreativität. *motorik*, 30, 202–209.

Autoren: Daniela Brönnimann, Sandra Lauber, Mirjam Schluep, Tim Hartmann,

Raphael Kern, Corina Wilhelm, Thomas Richard, Patricia Steinmann

Projektleitung: Patricia Steinmann

Redaktion: Ueli Känzig, Christa Grötzinger Strupler

Fotos: Thomas Oehrli, Daniel Käsermann

Illustrationen: Luzi Etter

Layout: Lernmedien EHSM

Ausgabe: 2014

Herausgeber: Bundesamt für Sport BASPO

Internet: [www.baspo.ch](http://www.baspo.ch), [www.jugendundsport.ch](http://www.jugendundsport.ch)

Bezugsquelle: [dok.js@baspo.admin.ch](mailto:dok.js@baspo.admin.ch)

Bestell-Nr.: 30.040.520 d

BBL: –

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung oder Verbreitung jeder Art –  
auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers  
und unter Quellenangabe gestattet.