sparkasse.de

Wir unterstützen die KNAXIADE seit 25 Jahren.

Wenn's um Geld geht
Sparkasse

P-Seminar

KNAXIADE 2015/2017

KNAXIADE®

Sparkasse

BTV
BAYERISCHER TURNVERBAND

© DSV 260 735 06XM / 06.2012

P-Seminar 2015/17

Notizen

Impressum

Herausgeber:	Allgäu-Gymnasium Kempten Bayerischer Turnverband
V.i.S.d.P.:	Reinhard Gansert
Ansprechpartner:	Reinhard Gansert Auf der Ludwigshöhe 16 87437 Kempten
Redaktion:	P-Seminar KNAXIADE
Konzeption:	P-Seminar KNAXIADE
Auflage:	???
Druck:	???

© 2017 Allgäu-Gymnasium, Bayerischer Turnverband

Kreisbote (Kempten) vom 10.08.2016

KNAXIADE begeistert alle

P-Seminar des AG organisiert Spaß und Spiele für Kindergartenkinder

Kempten – **Dieses Jahr fand die KNAXIADE im Rahmen einer Projektarbeit des Allgäu-Gymnasiums statt. Dabei nahmen rund 100 Kinder aus drei verschiedenen Kindergärten aus Kempten teil. Neben tollen Spielen haben die Schüler des Allgäu-Gymnasiums einen vielfältigen, aber genauso spaßigen Parcours erstellt.**

„Spaß und Freude sollten die Kinder haben, das war unser oberstes Ziel. Und zur Bewegung sollten die Kinder motiviert werden," so die Seminarteilnehmer der 11. Klasse. Zusammen mit ihrem Lehrer Reinhard Gansert, der die KNAXIADE vor über 20 Jahren ins Leben gerufen hat, haben sich die Schüler fast ein ganzes Jahr auf diesen Tag vorbereitet und Ideen gesammelt. Des Weiteren konnten sich die Schüler bereits im Vorfeld während den Übungsstunden in den Kindergärten im Umgang mit den drei- bis sechsjährigen Kindern beweisen, was für die Schüler eine große Herausforderung darstellte.

Nach der Begrüßung durch Schulleiter Lothar Wagner und Albert Keller von der Sparkasse Allgäu konnten die Schüler den Startschuss für die KNAXIADE 2016 geben. Durch den Wechsel zwischen Parcours und Spielen war immer für Unterhaltung und Spannung gesorgt, so dass den Kindern nicht langweilig wurde. Bei der Gestaltung der Übungs- und Spielideen wurden viele Primärbedürfnisse der Kinder, wie Laufen, Hüpfen, Springen, Schaukeln, Schwingen, Hangeln, etc. berücksichtigt. Für die Verpflegung der Kinder und die medizinische Hilfe vor Ort war ebenfalls bestens gesorgt. Vom Seminar erhielten die „Kleinen" ausreichend frisches Obst und Getränke. Zwei Sanitäter des AGs sorgten bei kleineren Blessuren für sofortige Abhilfe.

Ihr Radspezialist!
Andys Bikes & Parts
Bahnhofstr. 2 · Sulzberg · Tel.: 08376/921853
www.anbipa.de

Die drei- bis sechsjährigen Kinder hatten viel Spaß mit dem von den Elftklässlern aufgebauten Parcours. Fotos: privat

Siegerehrung

Mit Spannung wurde die Siegerehrung erwartet. Unter der Leitung von Didi und Dodo, den Leitfiguren der KNAXIADE, gab es für alle teilnehmenden Kinder eine Urkunde und eine Medaille. Den entsprechenden Applaus gab es von den vielen anwesenden Eltern. Alles in allem war die KNAXIADE 2016 unter der Organisation der Schüler des Allgäu-Gymnasiums ein riesiger Erfolg und weckt jetzt schon Vorfreude auf das nächste Jahr. kb

KNAXIADE P-Seminar 2015/17

Inhaltsverzeichnis

		Seite
1.	Editorial	4
2.	Ablauf des Seminar	5
3.	Erfahrungsberichte	6
4.	KNAXIADE mit einem Motto	15
5.	Ablauf und Zeitplan	38
6.	Informationsschreiben Kindergarten	39
7.	Informationsschreiben Eltern	40
8.	Informationsschreiben Medien	41
9.	Rückantwort Medien	42
10.	Pressetext Medien	43
11.	To do Liste	44
12.	Übungen und Spiele	47
13.	Text und Fotos für den Jahresbericht	55
14.	Auswertung Feddbackbogen	57
15.	Presseberichte	60

1. Editorial

Seit vielen Jahren werden am Allgäu-Gymnasium Kempten in den 11. Klassen verschiedene Projektarbeiten, sogenannte P-Seminare, angeboten. Es werden die unterschiedlichsten Bereiche wie Konzertmanagement, Physik- oder Wirtschaftsthemen zur Auswahl gestellt.

Wir, eine Gruppe von 14 SchülerInnen, haben uns dazu entschieden, eine KNAXIADE zu planen, vorzubereiten und durchzuführen. Dafür haben wir uns jede Woche einmal zusammen mit unserem Leiter Herrn Reinhard Gansert getroffen, um die einzelnen Bereiche auszuarbeiten.

Hierbei war unser Ziel, Kinder zum Sporttreiben zu animieren und ihnen den Spaß an der Bewegung zu vermitteln.

Im Folgenden finden Sie eine kleine Dokumentation unserer Arbeit, wie Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung, z.B. in Form von Erfahrungsberichten.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen.

P-Seminar KNAXIADE
Allgäu-Gymnasium Kempten

Allgäuer Zeitung (Kempten) vom 02.08.2016

Wieder ein großer Erfolg

Knaxiade kommt bei den Kindern gut an

Kempten In diesem Jahr fand die Knaxiade im Rahmen einer Projektarbeit des Allgäu-Gymnasiums statt. Dabei nahmen rund 100 Kinder aus drei verschiedenen Kindergärten aus Kempten teil. Neben Spielen haben die Schüler der elften Klasse des Allgäu-Gymnasiums einen vielfältigen und spaßigen Parcours erstellt. „Spaß und Freude sollten die Kinder haben, das war unser oberstes Ziel. Und zur Bewegung sollten die Kinder motiviert werden," so die Seminarteilnehmer der Klasse.

Von Reinhard Gansert 1994 ins Leben gerufen

Mit ihrem Lehrer Reinhard Gansert, der die Knaxiade 1994 ins Leben gerufen und in dieser Zeit weiterentwickelt hatte, haben sich die Schüler nahezu ein Jahr auf diesen Tag vorbereitet und Ideen gesammelt. Des Weiteren beweisen sich die Schüler im Vorfeld während den Übungsstunden in den Kindergärten im Umgang mit den Drei- bis Sechsjährigen, was für die Schüler eine große Herausforderung war.

Nach der Begrüßung durch Schulleiter Lothar Wagner und Albert Keller von der Sparkasse Allgäu gab es den Startschuss für die Knaxiade 2016. Durch den Wechsel zwischen Parcours und Spielen war stets für Unterhaltung und Spannung gesorgt, sodass den Kindern nicht langweilig wurde. Bei der Gestaltung der Übungs- und Spielideen wurden Primärbedürfnisse der Kinder, wie Laufen, Hüpfen, Springen, Schaukeln, Schwingen oder Hangeln berücksichtigt.

Für die Verpflegung der Kinder und die medizinische Hilfe vor Ort war bestens gesorgt. Vom Seminar erhielten die Kleinen ausreichend frisches Obst und Getränke. Zwei Sanitäter des AGs sorgten bei kleinen Blessuren für sofortige Abhilfe.

Urkunden und Medaillen für alle bei der Siegerehrung

Mit Spannung wurde die Siegerehrung erwartet. Unter der Leitung von Didi und Dodo, den Leitfiguren der Knaxiade, gab es für alle teilnehmenden Kinder eine Urkunde und eine Medaille. Den entsprechenden Applaus gab es von den vielen anwesenden Eltern. Alles in allem war die Knaxiade 2016 unter der Organisation der Schüler des Allgäu-Gymnasiums ein riesiger Erfolg und weckt jetzt schon Vorfreude auf das nächste Jahr. *(rga)*

Spiel, Spaß und Spannung gab es bei der Knaxiade. Foto: Jonas Kutz

15. Presseberichte

Folgende Presseberichte sind in den Medien erschienen:

Allgäuer Zeitung (Allgäu-Sport) vom 23.07.2016

„Knaxiade“ als Seminar

Seit über 20 Jahren besteht die „Knaxiade“, eine Aktion des Turnverbandes und der Sparkassen. Sie wird als „Olympiade“ für Kindergartenkinder organisiert und ist vergleichbar mit den Bundesjugendspielen in der Grundschule – nur ohne den Wettkampfgedanken. Zu den Organisatoren zählt Reinhard Gansert, der sich diesmal etwas neues einfallen ließ: Als Sportlehrer des Kemptener Allgäu-Gymnasiums veranstaltet er die „Knaxiade“ mit seinen Schülern als P-Seminar. Über 100 Kinder werden am Mittwoch, 27. Juli, auf dem AG-Gelände daran teilnehmen. (az)

2. Ablauf des Seminars

Das P-Seminar KNAXIADE fand seinen Anfang im September 2015 am AG.Begonnen haben wir mit Gesprächstunden, bei denen wir den Ablauf des kommenden Jahres besprochen haben.

Neben einigen Aktionen, wie beispielsweise dem TUM-Tag, dem AOK- Probe-Bewerbungsgespräch und vielen weiteren Tätigkeiten, die der Berufsfindung dienten, widmeten wir uns vor allem der Planung, Vorbereitung und Organisation der KNAXIADE.

Angefangen hat alles mit der Kontaktaufnahme mit den Kindergärten, die wir entweder persönlich besuchten oder telefonisch erreichten. Nachdem ein erster Termin festgelegt wurde, bereitete sich jede Gruppe individuell auf ihre Bewegungsstunde vor. Nach den ersten Lehrversuchen, konnten wir uns einen groben Eindruck darüber verschaffen, wie die große KNAXIADE an unserer Schule ablaufen könnte. Um die Erlebnisse festzuhalten, bat uns Herr Gansert einen kurzen Erfahrungsbericht zu schreiben.

In den Sitzungen an den Nachmittagen verfassten wir die Einladungen an die Kindergärten, die Eltern und die Medien. Nachdem das erledigt war, befassten wir uns mit der Arbeitszuteilung, wie Hallengestaltung, dem Ablauf der Siegerehrung, der Verpflegung und vielen weiteren wichtigen Dingen.

Am Mittwoch, dem 27.07.2016 war es soweit und der große Tag konnte starten. Alles war vorbereitet und wir freuten uns vor allem darauf, die Kinder zu begrüßen. Um alles wie geplant durchzuführen, teilten wir uns auf die drei verschiedenen Bereiche auf.

Für einen runden Abschluss gaben wir jedem Kindergarten einen Bewertungsbogen, bei dem die Kindergärten verschiedene Kategorien, wie zum Beispiel Verpflegung, Siegerehrung und Atmosphäre nach Schulnoten bewerten konnten. Glücklicherweise waren die Ergebnisse durchwegs positiv. Damit wurde unsere praktische Arbeit des P-Seminars KNAXIADE mit einem krönenden Abschluss beendet.

Allgemein waren wir mit unserer Arbeit sehr zufrieden, denn unsere Intention, den Kindern den Spaß am Sport zu vermitteln, wurde erreicht und war ein voller Erfolg.

3. Erfahrungsberichte

Kindergarten Oberlinhaus (Ana-Luisa)

Am Mittwoch, dem 20.07.2016 war mein Termin im Kindergarten im Oberlinhaus. Ich ging mit den Kindern und deren Betreuer Waldemar in die Turnhalle und erklärte allen, wie die nächsten 45-60 Minuten aussehen würden. Da die Kinder so aufgeregt waren und endlich loslegen wollten, bedurfte die „Einführung“ ein paar Anläufe, da nicht alle auf Anhieb zuhörten.

Als erstes Spiel wählte ich „Zaubermaus“, ein Fangspiel, das dazu diente die Kinder mit Spaß aufzuwärmen. Wir spielten einige Durchgänge, denn das Spiel machte den Kindern viel Freude.

Danach ließ ich die Kinder „Feuer, Wasser, Erde, Luft“ spielen, bei dem ein Kind, das sich vor der Stunde verletzt hatte, als Spielleiter agierte. Da das Spiel unter den Kindern bekannt war, konnten wir sofort beginnen und alle hatten großen Spaß. Als es jedoch darum ging bei der entscheidenden Runde einen Sieger zu kören, waren die Kinder geteilter Meinung. Um Konflikte zu vermeiden, entschieden sich Waldemar und ich dazu, dass es zwei Sieger geben sollte.

den Teamgeist zu „schulen“ war das letzte Spiel ein „Wettkampf“, bei dem sich die Kinder in zwei Mannschaften aufteilen mussten und die Kinder jeweils gegeneinander einen Ball im Slalom um Hütchen durchschlängeln mussten. Die schnellere Mannschaft war damit der Sieger.

Um die „Sportstunde“ entspannt abzuschließen, sollte sich jedes Kind einen Partner suchen, um „Pizza zu backen“. Das ist ein Entspannungsspiel, bei dem sich ein Kind auf den Boden legt und das andere Kind auf seinem Rücken „Pizza backt“, also dem Kind eine Massage gibt. Den Kindern schien dieses Spiel sehr zu gefallen und das Ziel war erreicht, denn alle waren auf einmal ruhiger und entspannter.

Insgesamt waren es ca. 17 Kinder im Alter von 5 und 6 Jahren. Wenn ich das Gefühl hatte, dass die Übung zu schwer bzw. zu einfach war, dann wandelte ich die Übung so ab, dass es wieder klappte.

Im Allgemeinen war ich sehr froh, aber auch erstaunt, dass die Kinder so viel Spaß an der Bewegung beziehungsweise am Sport hatten. Jedoch war durch den Übermut der Kinder das Sprechen sehr schwierig. Nach einigen Minuten ging es dann aber und als ich den Kindern von unserer großen KNAXIADE am AG erzählt habe, freuten sich alle sehr. Letztendlich war es eine tolle Erfahrung und die Zusammenarbeit mit den Kindern machte sehr viel Spaß, jedoch habe ich großen Respekt vor den BetreueInnen bzw. ErzieherInnen. ☺

P-Seminar 2015/17

10. Wie benoten Sie den Umgang der Schüler mit den Kindern?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 1,33***

11. Wie würden die Kinder die KNAXIADE bewerten?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 1,33***

12. Würden Sie wieder an einer KNAXIADE im Rahmen eines P-Seminars teilnehmen?

□ Ja □ Nein ***Feedback: 3x ja***

13. Verbesserungsvorschläge (eine Rückmeldung)

Evt. eine zusätzlich Trinkpause einplanen.

Siegerehrung könnte noch optimiert werden.

Ansonsten war es ein super schöner Vormittag für Groß & Klein.

4. Wie beurteilen Sie die Spiele?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 1,33***

5. Wie fanden sie den Schwierigkeitsgrad?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 2,33***

6. Wie bewerten Sie den Auftakt?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 2,0***

7. Wie hat Ihnen die Siegerehrung gefallen?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 2,0***

8. Wie benoten Sie die Versorgung?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 1,67***

9. Wie beurteilen Sie die Betreuung der Kinder durch die Schüler des AGs?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 1,33***

P-Seminar 2015/17

Kindergarten Arche Noah (Benedikt, Claudia und Sara Lea)

Wir haben unsere Übungsstunden im evangelischen Kindergarten Arche Noah in Kempten gehalten. Bei beiden Stunden waren jeweils ca. 10 Kinder anwesend. An der ersten Stunde nahmen die Kinder im Alter von 3-5 Jahren und in der zweiten Kinder im Altern von 3-7 Jahren teil.

Wir haben jeweils mit zwei Aufwärmspielen begonnen, um die Kinder auf den Parcours vorzubereiten. Dabei konnten wir feststellen, dass es beides mal Kinder gab, die etwas schüchterner waren und dann nicht mitspielen wollten. Jedoch beruhigte und Frau Stöckel, dass das völlig normal sei bei Kindergartenkindern.

Im Großen und Ganzen sind die Aufwärmspiele gut gelaufen, weil wir versucht haben, die Spiele nicht zu kompliziert zu gestalten und die Spiele auch in kleine Geschichten verpackt haben. Die Kinder konnten, trotz der verschiedenen Entwicklungsstände, gut miteinander agieren und um gute Laune zu schaffen, spielten wir verschieden Kinderlieder ab. Danach haben wir die Kinder auf die Bank sitzen lassen um eine kleine Pause zu machen, während wir unseren Parcours aufgebaut haben. Dabei haben wir Balance, Geschicklichkeit und Beweglichkeit miteinander verbunden. Sobald wir gemerkt haben, dass das Niveau entweder zu hoch oder zu niedrig war, wandelten wir die Übung etwas ab.

Bei der ersten Übungsstunde ließen wir alle Kinder bei der gleichen Station anfangen, wobei ein kleiner „Stau“ entstanden ist. Bei der Zweiten änderten wir das und ließen sie verteilt an verschiedenen Stellen beginnen. Die Kinder zeigten uns, dass sie Spaß daran hatten und wollten auch gar nicht mehr aufhören. Natürlich gab es Ausnahmen, dass ein Kind beispielsweise anfangs nicht mitmachen wollte oder es sich selbst nicht zugetraut hat und im Nachhinein festgestellt hat, dass es doch nicht so schwer war. Bei dem Parcours konnten wir glücklicherweise viel aus dem Bestand des Kindergartens nehmen, da der Arche Noah Kindergarten viele und vor allem spezielle Sportgegenstände zur Verfügung hat.

Leider gab es aber auch Vorfälle, dass Kinder sich verletzten oder gegeneinander gelaufen sind. Nach einigen lieben Worten haben sich diese aber wieder beruhigt und wie gewohnt mitgespielt. Aus diesem Grund rat uns Frau Stöckel dafür zu sorgen, dass bei der KNAXIADE genügend Sanitäter vorhanden sind und auch an allen Stationen im Allgemeinen genügend Helfer sind.

Wir konnten aus den Übungsstunden lernen, dass man oft improvisieren muss , sich auf die verschiedenen Niveaustufen der Kinder einstellen muss und deswegen den Schwierigkeitsgrad ständig ändern und anpassen muss. Man musste die Kinder ab und zu zu ihrem Glück zwingen, da sie anfangs zurückhaltend waren und dann aber gemerkt haben, dass es machbar war.

SSV Wildpoldsried (Franziska und Jasmin)

Als Vorbereitung für die Organisation der KNAXIADE wurden von jedem Seminarteilnehmer des P-Seminars Bewegungsstunden in Kindergärten durchgeführt. Dadurch sollte nicht nur Erfahrung im Umgang mit kleinen Kindern gewonnen, sondern auch ausprobiert werden, welche Übungen sich letztendlich in die große KNAXIADE am Ende des Schuljahres einbauen lassen.

Meine Partnerin Jasmin Pfluger und ich führten diese Bewegungsstunde in keinem Kindergarten aus, sondern in der Fußball-Bambini Gruppe von Wildpoldsried. Diese Gruppe von 6- bis 10-jährigen Jungs und Mädchen wird von Jasmin jeden Freitagnachmittag geleitet, und somit konnte ich als Assistentin mitkommen und gemeinsam mit ihr unsere vorher überlegten Übungen durchführen.

Als Erstes stellte ich mich kurz bei den Eltern vor und Jasmin und ich erklärten, welche Übungen wir mit den Kindern durchführen wollten. Anschließend machte ich mich mit den zwölf Kindern bekannt, wobei einige natürlich sehr schüchtern auf mich als fremde Person reagierten.

Als Aufwärmspiel entschieden wir uns für Feuer-Wasser-Erde-Luft, was den Kindern sehr gut gefallen hat, da sie dieses Spiel schon kannten und ohne große Erklärung einfach drauf los spielen konnten. Ein Mädchen haben wir ab der Hälfte die Ansagen „Feuer“, „Wasser“, „Erde“ oder „Luft“ durchführen lassen. Es war zu beobachten, dass die restlichen Kinder schnell Rücksicht auf die leise Stimme nahmen und ruhiger waren sobald eine Ansage von der Kleinen kam.

Anschließend fingen wir mit unseren eigentlichen Übungen an. Unser Thema war Balance. Angelehnt an dieses Thema bauten wir drei verschiedene Stationen auf.

Station Nummer Eins nannte sich Eierlauf. Hierzu bildeten wir zwei Gruppen, die sich jeweils vor einer Bank hintereinander aufstellten. Über diese mussten nun alle mit einem Tennisball auf der flachen Hand vorwärts und rückwärts balancieren. Hierbei ging es darum, bei welcher Gruppe am schnellsten alle Teilnehmer die Bank überquert hatten. Trotz des Zeitdrucks wirkten alle Kinder sehr konzentriert und benötigten wenig Hilfestellung.

Die zweite Station stellte eine Wippe dar, die aus einer Bank auf einem Steppbrett aufgebaut war, und über die man auch balancieren konnte. Die sehr wacklige Konstruktion war für die Kleinen eine ziemliche Herausforderung, die sie aber sehr gut meisterten. Die Kinder gaben sich nun gegenseitig Hilfestellung, wobei man ihnen angemerkt hat, dass sie sich ihrer Verantwortung bewusst waren. Trotz der vorherigen „Action“ Station gingen die Kinder sehr vorsichtig und konzentriert an die Aufgabe heran.

P-Seminar 2015/17

14. Auswertung Feedbackbogen

Folgenden Feedback-Bogen haben alle teilnehmenden Kindergärten zur Beantwortung erhalten:

Feedback-Bogen

Im Namen des P-Seminars bedanken wir uns recht herzlich bei Ihnen für Ihr Kommen. Damit wir wissen, was wir beim nächsten Mal verbessern können, freuen wir uns sehr über eine Rückmeldung von Ihnen.

Bitte kreuzen Sie im Folgenden an, wie Sie die Kriterien auf einer Schulnotenskala von 1 bis 6 bewerten würden.

Von allen drei Kindergärten erhielten wir eine Rückmeldung.

1. Wie bewerten Sie den Tag im Allgemeinen?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 1,67***

2. Fanden Sie die Spiele, den Parcours und die Stationen altersgerecht?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 1,67***

3. Wie fanden Sie den Parcours?

□ □ □ □ □ □

1 2 3 4 5 6 ***Feedback: 1,33***

Am Tag der großen KNAXIADE begannen die Vorbereitungen bereits am Morgen. Ein kleines Team, bestehend aus dem Seminar und freiwilligen Helfern, schnitt verschiedenes Obst klein, welches den Kindern in einer halbstündigen Pause später serviert werden konnte. Gestärkt ging es danach weiter im Parcours, bei den Außenspielen und mit dem Schwungtuch. Gegen 12 Uhr waren die Eltern herzlich dazu eingeladen, der Siegerehrung ihrer Kinder beizuwohnen. Mitarbeiter der Sparkasse und die Figuren der KNAXIADE Didi und Dodo überreichten feierlich allen Teilnehmern eine Medaille und feierlich ging damit auch für uns das Schuljahr 2015/16 zu Ende.

Mit dem Ende der KNAXIADE war die Arbeit für uns aber noch nicht getan: Für das neue Schuljahr nahmen wir uns vor, die KNAXIADE nachzubearbeiten und zu dokumentieren. Dazu mussten zunächst alle geschossenen Bilder überprüft und zu einer engeren Auswahl zusammengestellt werden. Gemeinsam mit dem gesammelten Material aus dem Schuljahr 2015/16 konnte so ein Magazin erstellt werden.

Wir danken an dieser Stelle nochmals allen freiwilligen Helfern und Herrn Gansert, der es selbst in der zehnten Stunde geschafft hat, uns zum Arbeiten zu motivieren. ☺

Einen sportlichen Gruß

Das Team des P-Seminars KNAXIADE

P-Seminar 2015/17

Als letzte Station bauten wir eine Rutsche aus einer Bank, die an der Sprossenwand eingehängt war. Hier waren die Kleinen oft etwas ungeduldig, da sie teilweise länger warten mussten bis sie an der Reihe waren. Diese Station zeigte sich als die beliebteste, wobei auch hier die Kinder mit Mut und Freude an die Aufgabe herangingen.

Zum Abschluss spielten wir noch eine Runde Fußball, da es ja normalerweise auch ein Fußballtraining ist.

Alle Übungen sind sehr gut angekommen, wobei der Eierlauf und die Rutsche am meisten Begeisterung geweckt haben. Auch das Aufwärmspiel Feuer-Wasser-Erde-Luft war ein voller Erfolg.

Letztendlich war ich sehr überrascht wie offen die Kinder im Laufe der Stunde zu mir wurden und wie sehr sie mich akzeptierten, obwohl ich ja eigentlich eine komplett fremde Person war.

SSV Wildpoldsried (Melanie und Jasmin)

Zusammen mit Jasmin war ich beim Training von ihrer Mannschaft dabei. Die Kinder waren zwischen 4 und 6 Jahren alt und waren durch das regelmäßige Fußballtraining sehr sportlich.

Zum Aufwärmen haben wir Linienfangen gespielt. Dafür werden zwei Fänger gewählt, die die anderen verfolgen müssen und abgelöst werden, indem sie ein anderes Kind berühren und dieses dann der neue Fänger wird. Alle Spieler dürfen sich nur auf den Linien bewegen, die in der Sporthalle auf dem Boden zu sehen sind. Nachdem wir dieses Spiel 5 Minuten gespielt haben, waren die Kinder warm und das Spiel kam sehr gut bei ihnen an.

Danach haben wir einen kleinen Parcours aufgebaut und ihn in mehrere Stationen unterteilt. Die erste Station bestand darin, dass die Kinder mit einem Ball durch aufgestellte Hütchen dribbeln und sich dabei schnell und vorsichtig bewegen mussten. Danach ging es ohne Ball weiter um über 3 hintereinander aufgestellte Bänke zu hüpfen, was auch sehr gut geklappt hat.

An der nächsten Station mussten die Kinder erst rückwärts laufen und sich dann schnell umdrehen, wenn sie eine Markierung in Form von einem Seil auf dem Boden erreicht haben. Von dem Punkt aus mussten sie einen Ball, den Jasmin und ich immer bereit legten, in einen von uns durch senkrechte Stangen abgegrenztes „Tor“ schießen. Damit war der kleine Parcours abgeschlossen. Danach spielten wir noch eine kurze Runde „Wasser, Feuer, Erde, Luft“, was die Kinder schon größtenteils kannten. Die Kinder bewegen sich dabei frei in der Halle bis der Betreuer eins der Elemente ruft. Bei Wasser müssen sich die Kinder auf die

Bänke in der Sporthalle stellen, bei Feuer in die Ecken rennen, bei Erde sich an den Händen halten wie bei einem Erdbeben und bei Luft sich flach auf den Boden legen.

Zum Abschluss haben wir die Kinder sich gegenseitig massieren lassen. Dafür werden Pärchen gebildet und der Betreuer erzählt die Geschichte wie eine Pizza gebacken wird. Beim Ausrollen des Teiges streicht eines der Kinder dem anderen mit der flachen Hand über den Rücken, beim Belegen mit Salami wird die Hand an verschiedenen Stellen am Rücken immer kurz aufgelegt und beim Bestreuen mit Käse werden die Finger schnell über den Rücken bewegt. Wenn die Pizza fertig ist wechselt das Pärchen durch, so dass jeder der beiden einmal massiert wurde.

Ich war teilweise überrascht wie gut die Kinder die Aufgaben nachmachen konnten und auch wie gut sie zugehört und gefolgt haben. Probleme gab es auch keine und den Kindern und auch mir hat die Stunde viel Spaß gemacht.

Kindergarten St. Anton (Pia und Sara)

Erste Bewegungsstunde:

Die erste Bewegungsstunde fand im November statt und konnte durch telefonische Sprache mit der Kindergartenleitung im Kindergarten St. Anton durchgeführt werden. Nach der gegenseitigen Begrüßung und Namensvorstellung, begann die Bewegungsstunde mit einer Geschichte, die Bewegungen vermittelt (Raupentau).

Die Kinder mussten sich hierfür an einem Seil festhalten. Während Sara die Geschichte vorlas, ahmte Pia die Bewegungen gemeinsam mit den Kindern nach. Erst nach einigen erneuten Aufforderungen, wurde den Kindern klar, was zu tun war. Dennoch zeigten sich die Kinder enthusiastisch, da sie sich mit der Raupe in der Geschichte identifizieren konnten. Abgeschlossen wurde die Stunde mit einem Puzzle-Rennen, das den Kindern abermals Schwierigkeiten bereitete, da die Koordination, ein Kind erst nach dem andern rennen zu lassen, Unsicherheiten bereitete. Dennoch konnte nach einiger Zeit der Schwierigkeitsfaktor erhöht werden, d.h. die Anzahl an Memory-Päarchen im Puzzlerennen wurde erhöht.

Als Fazit aus dieser Stunde lässt sich aussagen, dass die Geschichte den Kindern sehr gut gefallen hat, das hohe Anforderungsniveau des zweiten Spiels aber, müsste an den Altersstand angepasst oder in anderer, leichterer, Form erklärt werden, da ansonsten der Spaßfaktor auf der Strecke bleibt.

P-Seminar 2015/17

13. Text und Fotos für den Jahresbericht

Das P-Seminar KNAXIADE unter der Leitung von Herrn Gansert setzte es sich zur Aufgabe, zu Ende des Schuljahres 2015/16 eine große KNAXIADE zu veranstalten. Bei dieser handelt es sich um eine Art bewertungsfreie Bundesjugendspiele, die Kinder von ca. 3 bis 7 Jahren zur Zielgruppe haben. Im Vordergrund steht dabei der Spaß an Bewegung, der spielerisch vermittelt wird.

Um zunächst ein Gespür für die Kinder und deren Vorlieben zu bekommen, besuchten wir in kleinen Teams Kindergärten im Raum Kempten. Jedes Team entwarf dazu ein 30- 40 minütiges Sportprogramm, welches mit den Kindern erprobt wurde. Nachdem wir unsere ersten Erfahrungen gesammelt haben, konnten wir unsere Programme ausarbeiten und sie in einer zweiten Bewegungsstunde einsetzen. Dadurch entstand ein breites Spektrum an Spielen und Aufgaben, die wir in verschiedenen KNAXIADE-Mottos zusammenfassten; unter anderem können nun KNAXIADEN mit dem Thema Zootiere, Disney-Figuren und Weltreise veranstaltet werden.

Zum zweiten Halbjahr begannen die ersten Planungen für unsere große KNAXIADE. Zunächst galt es dazu, die Kindergärten darüber zu informieren und sie auf eine Teilnahme einzuladen. Schlussendlich stimmten die Kindergärten Arche Noah, Sankt Georg und Oberlinhaus dieser zu, sodass wir mit etwa 100 Kindern rechnen konnten. An einem Nachmittag bauten wir unseren provisorischen Parcours in der Sporthalle auf, dokumentierten und verbesserten ihn und setzten ihn schließlich bei der großen KNAXIADE ein.

Außenbereich

Das Pedalo fördert das Balancegefühl und die Geschicklichkeit.

Die Kinder fahren mit dem Rollbrett eine Slalomstrecke.

Beim Spiel „Himmel und Hölle“ ist geschicktes Springen erforderlich.

P-Seminar 2015/17

Zweite Bewegungsstunde:

Die zweite Bewegungsstunde stand unter dem Motto „Zeichentrickfiguren“, dessen Spiele bereits im Rahmen des P-Seminars in Partnerarbeit von Sara und Pia erarbeitet wurden. Entschieden haben wir uns letztendlich für die Spiele „Hexe Lilli“, „Wickie – Schiffe versenken“, „Tom und Jerry“ und „Biene Maja“.

Nach der gegenseitigen Begrüßung und Namensvorstellung, begann die Bewegungsstunde erneut mit einer Geschichte, die Bewegungen vermittelt (Hexe Lilli). Ziel war hierbei den Kindern das Gefühl zu geben, sich durch ihre eigenen Handlungen in eine Welt der Zeichentrickfiguren zu zaubern. Dies wurde gut angenommen und durch Anleitung von Pia auch gut verstanden.

Daran schloss sich das Spiel „Wickie – Schiffe versenken“, das die Koordination und Schnelligkeit der Kinder fördern sollte. Was anfangs erfolgreich begonnen hatte, musste nach einiger Zeit, nach dem jedes Kind einmal „Fänger“ gewesen war, abgebrochen werden, da die Stimmung zu hitzig wurde und so mögliche Verletzungsgefahr bestand. Begeisterung und Spaß waren aber auf Seiten der Kinder deutlich sichtbar.
Anschließend wurde ein Parcours aus zwei Slalomstangen aufgebaut, wodurch die Kinder als Fänger (Tom) und Gejagter (Jerry) rennen sollten. Dieses Spiel war erfolgreich und fand großen Anklang bei den Kindern.

Das letzte Spiel stand unter dem Thema „Biene Maja“. Hierbei wurde ein Lied des Musicals „Hip Hop auf der Blumenwiese“ der Jugendtheatergruppe Kolping angespielt, das vom „Schwirren im Bienenschwarm“ erzählte. Dies wurde an die Kinder in dieser Form weitergeben, woraufhin diese als Schwarm durch den Raum rannten und auf einen kurzen Stopp der Musik warteten, bei der diese erstarren sollten. Das Spiel wurde von Sara und Pia als optimal eingestuft, da es sowohl Spaß bei den Kindern weckte, als auch wenig Verletzungsgefahr barg, bei gleichzeitiger Förderung der Ausdauer und Konzentration. Insgesamt hatten die Kinder bei der zweiten Bewegungsstunde wesentlich mehr Spaß.

Allerdings muss darauf hingewiesen werden, dass die Schwierigkeit darin besteht, dass die Kindern möglicherweise durch die Schnelle der Spiele übermäßig aufgedreht werden, was einen reibungslosen Spielablauf deutlich erschwert.

Kindergarten Bavaria (Florian, Tim W. und Tobias)

Nach persönlicher Terminvereinbarung mit der Kindergartenleitung des Bavaria Kindergartens konnten wir, Tobias Menninger, Tim Werner und Florian Port, im Rahmen des P-Seminars KNAXIADE , eine Bewegungsstunde durchführen und erste Erfahrungen im Umgang mit Kindern sammeln. Die acht Kinder im Alter zwischen 4 und 6 Jahren waren für uns die geeignete Gruppe, da wir viele Ideen hatten, altersgemäße Spiele umzusetzen.

Als Aufwärmübung zum Beginn der Stunde wählten wir das Fangspiel „Chinesische Mauer“. In der Mitte der Sporthalle wurde eine imaginäre Linie gezogen, auf der sich die „Chinesische Mauer“, welche zunächst aus nur einem der Kinder bestand, befand. Wenn wir das Startsignal gegeben hatten, mussten die Kinder von einer Turnhallenseite auf die andere gelangen. Wer von der „Mauer“, die sich lediglich auf der Mittellinie bewegen durfte, gefangen wurde, wurde automatisch Teil der Mauer. Das Spiel endete, als alle gefangen wurden. Hier konnten wir schon den ersten Lernerfolg mitnehmen. Da es anfangs Verständnisprobleme hinsichtlich der eingeschränkten Bewegungsfreiheit der Mauer gab, aber teilweise auch Regeln einfach missachtet wurden, erkannten wir, dass im Umgang mit Kindern klare Ansagen gemacht werden müssen. Zudem sollte das Spielverhalten streng kontrolliert werden, um unfairem Spiel vorzubeugen.

Auch wenn die Mädchen und Jungen das Spiel am liebsten die ganze Zeit gespielt hätten, mussten wir nach einiger Zeit abbrechen, um zum eigentlichen Programm überzugehen. Als Zweites stand „Tunnelfangen“ auf dem Plan. Bei diesem Fangspiel gibt es zu Beginn einen Fänger, der versuchen muss die anderen Kinder durch Berührung abzuschlagen. Wer gefangen wird, muss mit gespreizten Beinen am selben Ort stehen bleiben, wodurch er eine Art „Tunnel“ bildet. Wenn ein noch nicht gefangenes Kind es schaffen sollte, zwischen den Beinen hindurch zu krabbeln, darf sich der Spieler wieder frei bewegen. Auch bei diesem Spiel hatten die Kinder sehr viel Spaß und das Spiel konnte bis auf einen kleinen Unfall, bei dem es zu einer kleinen Kollision zweier Kinder kam, reibungslos durchgeführt werden. Bei diesem Zwischenfall waren wir anfangs etwas verunsichert, jedoch versicherte die Erziehrin uns, dass dies oftmals nicht zu verhindern sei, und kümmerte sich um die Kinder. Ihre Empfehlung war, immer darauf zu achten, dass sich ein Ersthilfeset in der Nähe befindet, um auf Vorfälle dieser Art vorbereitet zu sein.

Während die Kinder nach den Spielen eine kurze Pause machten, nutzten wir die Zeit, um den geplanten Hindernisparcours aufzubauen. Zum einen kam uns zugute, dass wir den Aufbau im Vorfeld schon geübt und überarbeitet hatten. Zum anderen stellte uns der Kindergarten eine Vielfalt an Geräten, Matten und anderen Materialien zur Verfügung. Darunter Schaumstoffkörper aus unterschiedlichen geometrischen Formen, die beim Bau diverser Stationen (Eingangstor, „Tunnel“, Hindernisse zum Balancieren) sehr nützlich waren.

P-Seminar 2015/17

Außenbereich

Beim Wassertransport ist viel Geschick gefragt.

Beim Wassereinfüllen ist eine ruhige Hand erforderlich.

Sporthalle 2

Mit dem Rollbrett geht es rasant die schiefe Ebene hinunter.

Mit dem Rollbrett wird durch einen Tunnel gefahren.

Auf der Airtrackbahn machtLaufen und Springen viel Spaß.

Das Schwungtuch bereitet Klein und Groß viel Freude.

Die Stationen waren folgendermaßen aufgebaut: zu Beginn stiegen die Kinder durch das „Eingangstor“, anschließend mussten sie eine Matte überspringen, die wir zuvor als „Lava“ deklariert hatten. Daraufhin folgte ein Tunnel, den es zu unterqueren galt und eine Langbank, die das erste Balancierhindernis darstellte. Am Ende der Bank angekommen, konnten die Kinder sich in eine Weichbodenmatte werfen. Im Anschluss daran kam das zweite Balancierhindernis, das aus einem der wackeligen Schaumstoffzylinder bestand. Den Schluss des Parcours bildete eine koordinationsfördernde Ballübung. Die Kinder hatten große Freude am Überqueren der Hindernisse und auch die Durchführung funktionierte reibungslos, da wir an den kritischen Stellen, den Balancierübungen, den Kindern Hilfestellung gaben. Aufgrund des Altersunterschiedes fielen den Kindern die Hindernisse unterschiedlich schwer, insgesamt war der Schwierigkeitsgrad jedoch den koordinativen Fähigkeiten der Kinder entsprechend.

Andere Erfahrungen machten wir allerdings mit dem zweiten Hindernislauf. Hierfür reduzierten wir den Parcours auf die Langbank und die Weichbodenmatte und fügten einige Slalomstangen hinzu. Nun teilten wir die Kinder paarweise ein und banden ihnen die Beine so zusammen, dass sie in die gleiche Richtung schauten und „dreibeinig“ laufen mussten. Anfangs ließen wir den Kinder einige Minuten, um sich an die Situation zu gewöhnen, wodurch sie schnell merkten, dass das Gehen am besten funktioniert, wenn man eine Einheit bildet und sich mit seinem Partner abspricht. Nichtsdestotrotz gab es auch schon ohne Hindernisse große Probleme bei den Kindern, weshalb wir unsicher waren, ob wir den Hindernislauf abbrechen und etwas anderes ausprobieren sollten.

Glücklicherweise konnte uns wieder die Erzieherin, die zur Unterstützung im Raum war, mit ihrer Erfahrung weiterhelfen: die Bänder wurden abgenommen und die Kinder verhakten ihre Arme ineinander. Damit blieben die Paare eine Einheit und mussten weiterhin zusammen agieren, diesmal war der Schwierigkeitsgrad jedoch besser für diese Altersgruppe geeignet. Nun konnten wir alles wie geplant weiterführen und zeigten den Kindern verschiedene Variationen (seitlich & rückwärts laufen), die sie nach Lust und Laune ausprobieren konnten.

Rückblickend haben wir bei dieser Übung am meisten gelernt. Wir erkannten, dass der Schwierigkeitsgrad einer Übung schnell falsch eingeschätzt werden kann. Hierfür sollte man sich am besten schon vorher Gedanken machen, wie man die Schwierigkeit gegebenenfalls verringern bzw. erhöhen kann. Außerdem war eindeutig, dass die Kinder am meisten Spaß hatten, wenn ihnen verschiedene Variationsmöglichkeiten zum Ausprobieren zur Verfügung stehen. Im allgemeinen Umgang mit Kindern lernten wir klare Ansagen zu machen, da ansonsten schnell Unruhe entstehen kann und Spielregeln nicht mehr beachtet werden.

Kindergarten St. Anton (André und Tim F.)

Wir, André Giesbrecht und Tim Fickler, haben im Zuge unseres P-Seminars KNAXIADE zur Vorbereitung unseres großen Projekts zweimal den Kindergarten St. Anton in Kempten besucht, um dort mit einer kleinen Gruppe von rund 10 Kindern den Umgang mit den Kleinen in Erfahrung bringen zu können.

Vorab soll erwähnt sein, dass sowohl der Umgang mit den Kindergartenkindern als auch das Leiten einer Gruppe bzw. einer Sportübung für uns beide etwas Neues war. Aber bevor wir zum Kindergarten gehen konnten, mussten wir natürlich den Inhalt der Übungsstunde festlegen, was bereits die erste Herausforderung war.

Da wir zwei Übungsstunden halten konnten, haben wir uns dazu entschieden, sie das eine mal mit Spielen und das andere mal mit einem Parcours zu gestalten. Für uns war es allerdings relativ schwierig zu entscheiden, ob ein Spiel oder eine Übung für die 3-5 Jährigen geeignet war oder sie nicht doch überfordern würde. Auch die Auswahl der Spiele war zusätzlich erschwert, weil wir möglichst unkomplizierte Spiele suchten, bei denen der Spaß dabei nicht auf der Strecke bleibt, denn das ist ja letztendlich der Sinn unseres Projekts: die Kinder für den Spaß am Sport zu begeistern.

Nachdem wir schließlich unsere Übungsstunde geplant und mit der Kindergartenleitung alles geklärt haben, sind wir in den Osterferien zum Kindergarten gegangen. Als die Erziehrinnen bei unserer Ankunft den Kindern erzählt haben, dass wir gekommen sind, um mit ihnen Bewegungsspiele durchzuführen, war ihnen die Freude ins Gesicht geschrieben, wodurch wir umso mehr Lust bekamen, unsere Übungsstunde zu halten. Auch während der gesamten Zeit, die wir im Kindergarten verbracht haben, sah man den Kleinen den Spaß deutlich an, auch wenn das ein oder andere von uns geplante Spiel, wie z.B. die „Chinesische Mauer“, nicht ganz so funktionierte wie gedacht.

Die zweite Übungsstunde verlief ähnlich. Dieses Mal kamen wir mit einem von uns eigens ausgedachten Parcours zum Kindergarten. Als wir angekommen sind und die Kinder uns wiedererkannt haben, war die Freude wieder groß – die beste Motivation für uns. Zuvor dachten wir, dass ein Parcours nicht so stark begeistern würde wie die Spiele, was sich zum Glück als völlig falsch herausstellte, denn die Kinder haben genauso gelacht und ihren Spaß gehabt wie in der ersten Stunde. Und da wir jetzt zuvor bereits Erfahrungen mit den Kindern gesammelt haben, konnten wir den Parcours gut auf die Kinder abstimmen, sodass beim zweiten Mal alles perfekt funktioniert hat.

Im Endeffekt haben von diesen Übungsstunden beide Seiten profitiert – die Kinder hatten jede Menge Spaß und Bewegung und wir konnten wertvolle Erfahrungen im Umgang mit Kindergartenkindern sammeln, die nicht zuletzt für unseren großen Tag der KNAXIADE, an dem wir die Kinder wiedersehen, hilfreich sein werden.

P-Seminar 2015/17

Sporthalle 2

Bei der Begrüßung versammeln sich die Kinder auf der Airtrackbahn.

Didi und Dodo bei der Begrüßung und der Erwärmung.

Die Kinder machen kleine Aufwärmübungen.

Sporthalle 1

Die Kinder springen mit dem Mini-Trampolin auf eine Weichbodenmatte.

Die Kinder klettern über ein Pferd.

Die Kinder krabbeln über einen Kasten.

P-Seminar 2015/17

4. KNAXIADE mit einem Motto

KNAXIADE zum Thema „Baustelle“ (André und Benedikt)

„Bob der Meister“

Zum Aufwärmen bewegen sich die Kinder zum Lied „Bob der Meister“ im Raum. Wenn die Musik stoppt legen sie sich auf den Boden, rennen in die Ecken, Klettern die Sprossenwände hoch etc., je nach Anweisung des Spielleiters.

„Zementsack Tragen“

Die Kinder müssen einen Hindernisparcours durchlaufen während sie auf dem Kopf ein Sandsäckchen balancieren.

„Walze“

Die Kinder legen sich auf den Rücken, Strecken die Arme nach oben und rollen sich seitwärts über zwei Matten, so schnell sie können.

„Schubkarrenrennen“

Die Kinder gehen paarweise zusammen. Das erste Kind geht in Liegestützstellung. Das zweite Kind nimmt hebt dann die Beine des ersten Kindes hoch. Das erste Kind muss nun auf den Händen die Ziellinie so schnell wie möglich erreichen.

„Pyramide Bauen“

Die Kinder tragen Kartons von einer Markierung zur nächsten um sie dort zu einer Pyramide zu stapeln.

„Balancieren auf dem Gerüst“

Aus Langbänken wird ein Parcours aufgestellt über den die Kinder balancieren müssen.

„Abrissbirne“

Die Kinder müssen mit einem Ball, aus einer festgelegten Entfernung möglichst viele/alle Dosen, die pyramidenförmig gestapelt sind umwerfen.

„Kranseilschwingen“

Ein von der Decke hängendes Seil stellt das Kranseil dar. Darunter Werden in einem kleinen abstand zwei Kisten gegenüber aufgestellt. Die Kinder müssen nun mithilfe des Seils von Kiste zu Kiste schwingen.

„Lastwagenfahren“

Zwei Kinder bekommen zusammen ein Rollbrett und ein Springseil. Ein Kind zieht das andere mithilfe des Seils von einer Markierung zur anderen. Dort tauschen die Kinder Positionen, d.h. das Kind das gezogen wurde zieht jetzt das andere Kind zurück.

„Straßenbau“

Ein Kind bekommt zwei kleine Matten oder Kissen. Es muss nun mithilfe der Matten von einer Markierung zur nächsten gelangen ohne den Boden zu berühren , indem es eine Matte nimmt, vor sichlegt und sich dann darauf stellt usw.

KNAXIADE zum Thema „Olympische Spiele“ (André und Benedikt)

Froschsprung

Welcher Frosch springt am weitesten? Hockstand mit gegrätschten Knien. Die Hände werden vorn auf den Boden gestützt. Die Kinder springen mit beiden Füßen gleichzeitig nach vorne. Messen Sie die Weite ab.

Vierfüsslerrennen

Die Kinder veranstalten ein Rennen auf allen Vieren und laufen auf Händen und Füssen zu einem bestimmten Zielpunkt.

Luftballone zertreten

Binden Sie jedem Spieler einen aufgeblasenen Luftballon um das Fußgelenk. Anschließend versuchen die Spieler, sich gegenseitig den Ballon zu zertreten. Gewonnen hat der Spieler, der am Ende noch einen heilen Ballon am Fußgelenk hat.

P-Seminar 2015/17

Sporthalle 1

Die Kinder balancieren über eine Langbank, die aufgrund eines untergelegten Keils als Wippe dient.

Die Kinder klettern über die Seile, die zwischen den Stangen gespannt sind.

Die Kinder schwingen mithilfe eines Seils von einem Kasten zum anderen.

Sporthalle 1

Die Kinder müssen sich auf den Seilen von Sprossenwand zu Sprossenwand hangeln bzw. balancieren.

Die Kinder schaukeln auf einem Band, das an den Ringen befestigt ist.

Die Kinder laufen über im Barren gespannte Seile.

Kartoffel-Staffellauf

Teilen Sie die Kinder in kleinere Gruppen ein. Die Kinder versuchen anschließend mit einem Plastiklöffel im Mund, auf dem eine kleine Kartoffel liegt, eine bestimmte Strecke zurückzulegen, ohne dass die Kartoffel herunter fällt. Fällt die Kartoffel herunter, muss der Spieler noch einmal von vorne beginnen.

Sackhüpfen

Die Teilnehmer steigen am Startpunkt in ihre Kartoffelsäcke (oder Plastik-Müllsäcke) und halten sie mit den Händen in Hüfthöhe fest. Auf die Plätze ? fertig ? los!, und schon hüpfen die Wettläufer in Richtung Ziel.

Lakritzschnur-Wettessen

Jedes Kind bekommt eine gleich lange Lakritzschnur und nimmt ein Ende in den Mund. Aufgabe ist es, die Schnur nur durch Mundbewegungen und ohne Hilfe der Hände so schnell wie möglich in den Mund zu bekommen.

Gummistiefelweitwurf

Die Kinder werfen abwechseln mit Gummistiefeln, kleine Kinder bekommen einen kleineren Gummistiefel, größere einen größeren Stiefel zum Werfen. Das Kind mit dem weitesten Wurf gewinnt.

Dosenwerfen

10 (1-2-3-4) oder 15 (1-2-3-4-5) Dosen werden Pyramidenförmig aufgestellt. Anschließend hat jedes Kind drei Würfe mit kleinen Bällen oder Sandsäckchen aus ca. 2 bis 3 Metern Entfernung. Ziel ist es dabei, möglichst alle Dosen umzuwerfen.

Feuerwehr

In einer Reihe werden pro Team 5-10 brennende Kerzen aufgestellt. Nun versuchen die Teams mit Wasserpistolen „bewaffnet“ aus einer Entfernung von 2-4 Metern die Flammen zu löschen. Das schnellste Team gewinnt.

Ballontransport

Je zwei Kinder klemmen sich einen dick aufgeblasenen Luftballon zwischen ihre Bäuche, ihre Rücken oder Köpfe. Der Ballon soll bis zum Ziel gebracht werden. Wenn er herunterfällt, geht es an den Start zurück.

KNAXIADE zum Thema „Berufe“ (Claudia und Sara Lea)

Polizist

Es werden zwei Kinder aus der Gruppe ausgewählt, die die Polizisten sind. Anschließend müssen sie versuchen die anderen Kinder (Diebe) zu fangen. Wenn diese Gefangen wurden, können sie sich befreien, indem sie 5 Hampelmänner machen.

Feuerwehrmann

Der ganze Boden besteht aus Feuer und die Kinder dürfen nur darüber laufen, wenn sie die Flammen mit blauen Matten (falls zu schwer blaue Reifen) gelöscht haben und einen " Wasserweg " erstellt haben.

Lehrer

Die Kinder müssen bei einem Puzzle Karten richtig zuordnen, die sie in der Halle hinter verschiedenen Hindernissen suchen müssen. Auf einer Karte steht eine Zahl (Bsp.: 3) und auf der anderen ein Objekt dieser Anzahl (Bsp.: 3 Bäume)

Postbote

Die Kinder müssen so schnell wie möglich von der einen Kiste die blauen, roten, gelben und grünen Briefumschläge in die andere Kiste der zugehörigen Farbe legen.

Fußballer

Die Kinder stellen sich 4m Meter vor das Tor und versuchen mit dem Ball hinein zu treffen.

Koch

Die Kinder suchen im Raum nach Blättern auf denen Essen aufgezeichnet ist und fügen diese zu einem bestimmten Gericht zusammen.

Turnerin

Die Kinder laufen über eine Langbank und machen anschließend eine Rolle und einen Strecksprung auf einer Matte.

Zoowärter

Die Kinder werden in Löwe, Giraffe, Pferd und Schlange aufgeteilt. Während die Kinder herum rennen, wird abwechselnd eines der Tiere gerufen. Bei Löwe müssen die Kinder auf allen vieren laufen; bei Giraffe müssen sie auf Zehenspitzen laufen; beim Pferd müssen sie

P-Seminar 2015/17

12. Übungen und Spiele

Insgesamt gab es drei verschiedene Bewegungsorte:

- Sporthalle 1
- Sporthalle 2
- Außenbereich

Material Übungen und Spiele:

- Halle 1
  - Vorhandene Geräte und Material des AGs
  - 4 Taue
  - Schaukelbänder
  - Evtl. 10-12 Fahrradreifen
  - Slackrack
- Halle 2
  - 2 Schwungtücher
  - Kleine Bälle
  - Verschiedene Bälle
  - Luftballons
  - Würfel
  - Seile
  - 2 Dosen
- „Halle 3“
  - 2 Pedalos
  - 2 Rollbretter
  - Markierungshütchen
  - 4 Becher (AG Cups)
  - Hindernisse (Markierungshütchen + Stangen)
  - Wanne für Wasser
  - 2 Eimer oder 2 Plastikflaschen
  - Straßenkreide (Himmel + Hölle)

Verteilung auf die Stationen: gesamt 20-22 SchülerInnen

- Halle 1 / 6-8 SchülerInnen
- Halle 2 / 4 SchülerInnen
- Außenbereich / 4 SchülerInnen
- Didi + Dodo / 2 Schüler
  - Tim
  - Tobias
- Verpflegung / „Springer“ / 4 SchülerInnen

Pferdchensprünge machen und bei der Schlange legen sie sich auf den Boden und schlängeln. Das Kind das als letztes die Bewegung gemacht hat, muss für eine Runde aussetzen und darf das nächste Tier nennen.

Bauarbeiter

Die Kinder müssen die Sandsäcke aus einer Kiste über/durch die Sprossenwand transportieren und auf der anderen Seite aufeinanderstapeln und einen Turm bauen.

Astronaut

Die Kinder sind schwerelos und dürfen deswegen den Boden nicht berühren. Sie müssen von Matte zu Matte springen um zur Rakete (Langbank) zu gelangen.

KNAXIADE zum Thema „Zirkus“ (Ana-Luisa)

Schlangen

Die Kinder halten sich alle am Schwingtuch fest. Dann werden bestimmte Kinder ausgewählt (z.B. gelbes tshirt, blonde Haare, etc...). Diese müssen sich dann unter dem Schwingtuch wie Schlangen fortbewegen und sich einen neuen Platz suchen.

Robben

Die Kinder müssen versuchen Schaumbälle auf dem Kopf zu balancieren (alternativ Bieruntersetzer).

Löwen

Die Kinder versuchen durch in die Luft gehoben Hulla-Hup Reifen zu springen.

Pferde

Die Kinder halten sich alle am Schwingtuch fest und laufen im Kreis während Musil läuft. Immer wenn die Musik kurz stoppt müssen die Kinder stehen bleiben und sich in die andere Richtung bewegen.

Affen

Es werden an den " hängenden Ringen " Gurte befestigt, damit die Kinder sich in die Schaukel reinsetzten können.

Papagei/Vogel

Die Kinder springen von einem Bock zum anderen.

Hund

Die Kinder laufen erst einen kleinen Slalom und springen anschließend über ein gespanntes Seil (an zwei Stäben befestigt).

Clown

Die Kinder nehmen sich einen Sandball und werfen ihn von einer Hand in die andere.

Akrobat

Die Kinder müssen über eine umgekehrte Langbank balancieren und einen Strecksprung (dabei werden sie von mindestens einer Person gehalten) machen.

Esel

Es wird eine Holzlatten auf einen Medizinball als Wippe gelegt. Die Kinder müssen vorwärts, rückwärts und seitlich drüber laufen. (Beim Rückwärtslaufen falls nötig helfen)

KNAXIADE zum Thema „Dschungel“ (Florian und Tim W.)

Zu Beginn wird den Kindern das Motto der KNAXIADE erklärt: Das Ziel ist es, sich von einer Seite auf die andere Seite des Dschungels durchzuschlagen, wobei auf dem Weg die unterschiedlichsten Hindernisse und Gefahren lauern. Allerdings gibt es auch vieles zu entdecken ...

Der Aufbruch in den Dschungel:

Durch Tunnel in den Dschungel hinein: Führen / an Seil entlang hangeln

Alle verbinden sich die Augen (oder machen sie fest zu!) und werden durch einen imaginären Tunnel in den Dschungel hineingeführt, indem sich alle an der Hand fassen und der Expeditionsleiter diesen Zug anführt. Geübtere Kinder können sich allein an einem Seil entlang durch den Dschungel hangeln.

P-Seminar 2015/17

- Teller: 200 Papierteller
- Servietten: 250 Stück
- Becher: ca. 200 Pappbecher (Absprache mit smv ?)
- Obst
    - 13 WassermeloneAnanas
    - 10 kg Trauben
    - 10 kg Äpfe
    - 3 kg Bananen
    - übrig gebliebenes wird aus Schulfest weitergegeben
- Getränke
    - 60 Flaschen kleine Wasser still oder 30 Flaschen groß
    - 60 Flaschen Apfelsaft

Auftakt / Begrüßung

- Ablauf der Begrüßung / Startschuß
    - Seminar – wer begrüßt?
    - Schulleiter – Lothar Wagner
    - Sparkasse – Peter Keller
- Wer macht Begrüßung
- Wer macht Erwärmung und was
    - Didi + Dodo (in den Figuren: Tim + Tobias)
    - Musik / „Fliegerlied“
    - Übungen
    - Etc.

Siegerehrung

- Ablauf der Siegehrung
    - Wo – Vorraum zu halle 2/3
    - Vor den Fahrradständern
    - Podest – Kastenoberdeckel/kleine Kästen
    - Musik – „We are the Champions“

11. To do Liste

Nachfolgend ist eine To do Liste aufgeführt, die unmittelbar vor dem KNAXIADE-Termin abgearbeitet werden musste.

Allgemeines:

- Multimedia
  - Fotograf- wer?
- Johanniter
  - Schulsanitäter
  - Jacqueline Hofman + Miriam de Vries
- Musikanlage
  - Musikbox
  - Laptop
  - Aux-Kabel
  - Lautsprecher, Mikrofone, Verlängerungskabel
  - Herr Hanslmeier oder Herrn Fischer fragen
  - „Fliegerlied“, Popmusik, Kinderlieder „We are the Champions“
  - Evtl. CDs
- Helfer
  - Siehe Liste
- Werbematerial
  - KNAXIADE Transparente + Spanngurte/Kabelbinder/Schnur/Klebeband
  - Urkunden
  - Stationsplakate

Verpflegung:

- Feneberg / Alternativer Sponsor / Einkauf
- Abholung wann?
- Lagerung wo – Schulküche?
- Abstimmung mit Herrn Münch bzw. Herrn Fischer
- Wo finden die Pausen statt? Sind bis zur 1. Pause bereits Tische und Bänke aufgebaut? Abstimmung mit Herrn Münch!

P-Seminar 2015/17

Sobald die Gruppe im tiefen Dschungel angekommen ist, trifft sie schon auf die erste Gefahr:

Spinnenüberfall

Jeder Teilnehmer bläst einen Luftballon auf und bindet ihn mit dem Faden an sein Fußgelenk. Gegenseitig versucht man die Luftballons kaputt zu treten – jeder versucht aber seine Spinne zu retten. Wer am Ende als letztes noch einen ganzen Luftballon hat, gewinnt.

Nachdem der Angriff abgewehrt wurde, treffen die Kinder auf drei friedliche Dschungelbewohner:

Affe – Elefant – Giraffe

Die Teilnehmer stehen im Kreis, ein Spieler in der Mitte. Dieser zeigt auf einen Spieler und sagt einen Tiernamen. Der betroffenen Spieler und seine beiden Nachbarn müssen nun das Tier darstellen – wer einen Fehler macht, geht in die Mitte.
Affe: Mittlerer Spieler: Mund zu / linker Spieler – Ohren zu / rechter Spieler Augen zu
Elefant: Mittlerer Spieler: Rüssel / rechter und linker Spieler jeweils ein Ohr mit den Armen
Giraffe: Mittlerer Spieler streckt beide Arme hoch (Hals) / linker Spieler Ohren / rechter Spieler Körper
Varianten: Känguru, Kamel, Palme, Toaster, Ente …

Die Gruppe setzt ihre Reise durch den Dschungel fort. Allerdings wird das Weiterkommen erschwert durch Dickicht und unebenen Untergrund. Damit niemand verloren geht, wird eine geschickte Taktik genutzt:

Raupe

Die gesamte Gruppe oder auch nur einige Spieler verwandeln sich in eine „Raupe“. Dazu knien sich alle in einer Reihe hin und umfassen mit ihren Händen die Fußknöchel des Vordermanns. Auf ein Zeichen des Spielleiters setzt sich die „Raupe“ in Bewegung. Sie kann sich auf ebener Strecke bewegen oder auch versuchen, Steigungen oder (flaches) Wasser zu bewältigen. Wer schon etwas geübt ist, kann auch ein Wettkriechen zweier Raupen veranstaltet werden.

Auf einmal treffen die Kinder auf eine Horde Affen:

Affenschwanzjagen

Kleine Variante: jeder Affe bekommt einen Schwanz in der Farbe seiner Gruppe und steckt ihn sich in den Hosenbund, er versucht möglichst viele Schwänze der gegnerischen Mannschaft einzusammeln, ohne seinen eigenen zu verlieren. Wer einen verloren hat, holt sich am Spielfeldrand einen neuen.
Große Variante: 3-4 Spieler bilden einen Affen, stellen sich hintereinander und fassen sich an den Hüften, der letzte Spieler hat jeweils einen Schwanz, der vorderste muss versuchen, möglichst viele Affenschwänze der anderen Mannschaft zu erwischen, ohne den eigenen zu verlieren.

Nachdem die kleinen Affen verärgert abziehen, weil sie von den Kindern nicht mehr gejagt und gehänselt werden wollen, kommen sie mit dem Oberaffen zurück, der seine Macht demonstrieren will:

Oberaffe beobachten

Die Affen stehen im Kreis, ein Forscher wird vor die Tür geschickt, die Affen machen aus, wer der Oberaffe ist. Dieser beginnt eine Bewegung vorzumachen, alle anderen müssen es nachmachen. Der Forscher kommt herein und hat drei Rateversuche, um herauszukriegen, wer der Oberaffe ist

Um den Oberaffen zu beruhigen kommt die Gruppe auf die Idee ihm Früchte darzubieten:

Banane, Banane, Banane

Die Spieler sitzen im Kreis und jeder sucht sich eine Frucht aus. Keine darf doppelt vorkommen! Ein Spieler beginnt und nennt dreimal hintereinander die Frucht eines Mitspielers. Derjenige, der sich diese Frucht ausgedacht hat, muss solange der erste noch redet, einmal seine Frucht nennen. Schaft er dies, nennt er seinerseits dreimal die Frucht eines Mitspielers. Schafft er es nicht, scheidet er aus oder muss ein Pfand abgeben und der Spieler, der ihn genannt hat, versucht es bei einem anderen.

Der Oberaffe ist zufrieden und lässt die Kinder passieren. Die Gruppe kommt am Rande des Dschungels an, muss jedoch noch ein lästiges Sumpfgebiet durchqueren:

Sumpfgebiet durchqueren

Zwei Mannschaften (oder mehr) bilden und eine Strecke festlegen, die es zu überqueren gilt. Der erste Spieler erhält seine A4-Blätter, nur auf diese darf er drauf stehen – er muss also das dritte Blatt immer wieder vor sich hinlegen. Ist der erste Spieler auf der anderen Seite angelangt, darf der nächste Spieler loslegen.

Das Hindernis ist überwunden. In der Steppe hinter dem Dschungel entdecken die Kinder eine Gruppe Antilopen:

Antilopenjagd

Alle Mitspieler hocken sich in einer langen Reihe so hin, das sie immer abwechseln in die entgegengesetzte Richtung schauen. Der Letzte Spieler an einem Ende der Reihe soll der Antilope sein, derjenige am anderen Ende der Jäger. Der Antilope darf links und rechts um die Spielerreihe laufen und auch die Richtung wechseln, der Jäger hingegen darf nur in einer Richtung auf Verfolgungsjagd gehen. Unter diesen ungleichen Bedingungen hätte er wohl keine Chance auf Erfolg. Er kann nun aber beliebig einem der in der Reihe hockenden Spieler auf den Rücken klopfen und ihn an seiner Stelle als Jäger losschicken. Auch der neue Jäger muss die einmal gewählte Laufrichtung

P-Seminar 2015/17

10. Pressetext Medien

Folgende Pressetex wurde nach der Veranstlung an die Medien geschickt:

KNAXIADE begeistert alle !

Die vom P-Seminar des Allgäu-Gymnasiums organisierte KNAXIADE stellte sich als großer Erfolg heraus.

Dieses Jahr fand die KNAXIADE im Rahmen einer Projektarbeit des Allgäu-Gymnasiums statt. Dabei nahmen knapp 100 Kinder aus drei verschiedenen Kindergärten aus Kempten teil. Neben tollen Spielen haben die Schüler des Allgäu-Gymnasiums auch einen vielfältigen, aber genauso spaßigen Parcours erstellt. Denn dass die Kinder Spaß hatten und man ihnen große Freude bereiten konnten, war natürlich eines der wichtigsten Ziele der 11. Klässler. Zusammen mit ihrem Lehrer Herr Gansert, der die KNAXIADE vor über 20 Jahren ins Leben gerufen hat, haben sich die Schüler fast ein ganzes Jahr auf diesen Tag vorbereitet und Ideen gesammelt. Des Weiteren konnten sich die Schüler während den Übungsstunden in den Kindergärten im Umgang mit den kleinen Kindern beweisen, was sich schwieriger als erwartet herausstellte. Nach einer herzlicher Begrüßung der Schulleitung Herrn Lothar Wagner, Herrn Albert Keller von der Sparkasse Allgäu und die Schüler, wurde der Startschuss für die KNAXIADE 2016 gegeben. Durch Abwechslung zwischen Parcours und Spielen war immer für Unterhaltung und Spannung gesorgt, so dass den Kindern nicht langweilig wurde. Aber auch für die Verpflegung der Kinder und die medizinische Hilfe vor Ort war bestens gesorgt. Um diesen kurzen, aber sehr ergiebigen Tag abzurunden, gab es für jeden der Teilnehmer eine Urkunde und eine Medaille, die als kleine Erinnerung an die KNAXIADE und den Spaß, den sie hatten, dienen sollte. Alles in allem war die KNAXIADE 2016 auch unter der Organisation der Schüler des Allgäu-Gymnasiums ein riesiger Erfolg und weckt jetzt schon Vorfreude auf das nächste Jahr!

Wir bitten Sie um Veröffentlichung. Vielen Dank.

P-Seminar KNAXIADE
Allgäu-Gymnasium Kempten

9. Rückantwort Medien

Folgendes Rückantwortformular wurde an die Medien geschickt:

Rückantwort

Wir bitten Sie um Rückmeldung an den Seminarleiter Reinhard Gansert
des Allgäu-Gymnasiums

bis spätestens 23.07.2016

Telefon: 0831/51210-752
Fax: 0831/ 51210-750
Mail: reinhard-gansert@knaxiade.de

□ **JA, wir kommen zur KNAXIADE.**

□ **Nein, wir kommen nicht.**

Wir bitten Sie die untenstehenden Felder vollständig auszufüllen.

_____
Name des TV- / Hörfunksenders, Zeitung

_____
Vorname, Name

_____
Postleitzahl, Ort Straße

_____
Datum, Ort Unterschrift

P-Seminar 2015/17

beibehalten, während der Antilope nach wie vor nach Belieben wechseln und Haken schlagen kann.

Nach der erschöpfenden Reise lässt die Gruppe den Tag gemütlich ausklingen:

Dschungelerfahrungen

Zum Abschluss werden einige leichte Übungen gemacht. Danach versammeln sich alle in einem Sitzkreis und berichten über ihre Erfahrungen.

KNAXIADE zum Thema „Wilder Westen“ (Florian und Tim W.)

Bei der Themenknaxiade „Wilder Westen“ lernen die Kinder zuerst die Welt der Cowboys kennen. Die Reise in den Westen Nordamerikas des 19. Jahrhunderts beginnt in einer sicheren Siedlung, wo die Teilnehmer der Knaxiade die Grundfähigkeiten eines Cowboys erlernen. Hierbei bietet es sich an, die Umgebung als Geschichte detailliert zu beschreiben (Saloons, Prärie, etc.).

Lasso werfen

Es werden Lassos aus Sprungseilen geknotet. Anschließend versuchen die Kinder Hütchen mit den Lassos einzufangen und sie umzuwerfen.

Die reitenden Cowboys

Zu Beginn werden Paare gebildet. Einer der beiden ist das Pferd, der andere der Cowboy. Jedes Zweiergespann bekommt eine Pferdeleine (z.B. Springseil oder Stoffband). Die Pferdeleine wird an ihren Enden verknotet, damit ein Ring entsteht. Der Reiter legt die Leinen an, indem das Seil unter den Armen des „Pferdes“ hindurchgeführt wird, und nimmt die Enden in seine Hände. Der Cowboy kann das Pferd durch Ziehen der Leine an der linken bzw. rechten Seite lenken. Die Cowboys stellen sich mit ihren Pferden an der Startlinie, die zuvor markiert wurde, nebeneinander auf. Auf das Startkommando reiten die Kinder los.

Wildpferde

Zwei Kinder sind die Cowboys. Die anderen sind die Wildpferde. Diese rennen umher und die Cowboys müssen sie einfangen. Gefangene Pferde werden in den Stall (z.B. auf eine Langbank, ein Fußballtor o.Ä.) gebracht.

Aber der Alltag eines Cowboys birgt auch Gefahren:

Das gefährliche Lagerfeuer

Die Cowboys stellen sich um das Lagerfeuer (z.B. Reifen) in einen Kreis und halten sich dabei an den Händen. Jetzt müssen sie auf das Startkommando hin versuchen durch Ziehen an den Händen den Kreis so zu verschieben, dass einer der Cowboys (versehentlich) in das Lagerfeuer hineintritt. Dieser Cowboy scheidet aus. Das Spiel endet, wenn nur noch einer der Cowboys am Lagerfeuer steht.

Anschließend dürfen sich die Kinder in die Welt der Indianer hineinversetzen:

Kaktus

Es wird ein Hindernisparcous aufgebaut, hierbei sollte die Kinder nicht in die Kakteen (=Hindernisse) treten oder vom Parcours herunterfallen.

Stöckchen über die Schulter

Auf den Boden wird mit Kreide ein Kreis aufgezeichnet oder mit Schnur ein Ring gelegt. In 2m Entfernung stehen die Indianer mit dem Rücken zum Zielkreis, Aststückchen werden jetzt nach hinten über die Schulter geworfen, mit dem Ziel, diese in den Kreis zu treffen. Um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen, wird die Entfernung zum Kreis vergrößert. Die Indianer spielen gegeneinander. Wer die meisten Stöckchen in den Kreis trifft, hat gewonnen.

Welcher Indianer trifft den Pfosten

Ein hölzerner Stock wird in etwas Entfernung zur Wurflinie aufgestellt bzw. in den Boden gesteckt. In diesem Spiel geht es darum, innerhalb der Mannschaft zu kooperieren. Der erste Indianer rollt einen Ball (den Leitball) recht nah zum Pfosten. Die anderen Spieler dieser Mannschaft versuchen, ihren Ball so rollen zu lassen, dass er den Leitball anstößt und dem Pfosten somit näher bringt. Die Mannschaft hat das Spiel gewonnen, wenn der Leitball den Pfosten berührt. Wird der Pfosten durch den Schuss eines Spielers umgeworfen, beginnt dieser das nächste Spiel. Spielen zwei Mannschaften gegeneinander gewinnt die Mannschaft, die die wenigsten Spielstöße benötigt, um den Pfosten zu berühren.

Als Abschluss der Knaxiade treffen die Cowboys und Indianer aufeinander und messen sich in einem Wettstreit:

Cowboys und Indianer

Die Kinder werden in zwei Gruppen, Cowboys und Indianer, aufgeteilt. An einer markierten Mittellinie legen sich Cowboys und Indianer Kopf an Kopf bäuchlings auf den Boden. Nun erzählt der Spielleiter eine Geschichte. Wenn das Signalwort „Cowboys“ fällt, müssen alle schnell aufstehen, wobei die Cowboys versuchen müssen die Indianer zu fangen. Kommen die Indianer rechtzeitig in einer markierten Zone (z.B. dem Spielfeldende) an, sind sie in Si-

P-Seminar 2015/17

8. Informationsschreiben Medien

Folgendes Schreiben wurde an die Medien geschickt:

KNAXIADE am 27.07.2016

Liebe Redaktion,

das P-Seminar des Allgäu-Gymnasiums lädt sie ganz herzlich zur diesjährigen KNAXIADE ein.

Die KNAXIADE findet am **27.07.2016** in **zwei Sporthallen** und auf dem **Außengelände** des Allgäu-Gymnasiums statt und beginnt um 9:00 Uhr.

Einige Informationen über die KNAXIADE:

Die KNAXIADE ist eine „Olympiade“, die für Kindergartenkinder organisiert wird. Man kann sie mit den Bundesjugendspielen der Grundschulkinder vergleichen, nur dass dabei der Wettkampfgedanke außen vorgelassen wird, denn der Spaß am Sport steht dabei im Vordergrund. Hierbei erstellen wir einen Parcours, verschiedene Spiele und Stationen, die wir mit einem bestimmten Thema in Verbindung setzen. Besonderen Wert legen wir dabei auf Qualitäten wie Balance, Geschicklichkeit und die Bewegung im Allgemeinen.

Die KNAXIADE besteht seit über 20 Jahren. Insgesamt haben bisher mehr als eine **Million Kinder** an dieser bewegungsfreudigen Aktion des Turnverbandes und der Sparkassen teilgenommen. Wir freuen uns, sie dieses Jahr als P-Seminar im Rahmen einer größeren Veranstaltung weiterführen zu können. Die diesjährige KNAXIADE wird vom P-Seminar des AGs unter der Leitung von Herrn Gansert mit drei teilnehmenden Kindergärten und rund 100 Kindern geplant und umgesetzt.

Über eine Rückmeldung und Zusage, **bis spätestens 23.07.2016**, Ihrerseits
freuen wir uns sehr. Sollten Sie Fragen haben, dann können Sie jederzeit mit unserem Seminarlehrer Herrn Gansert Kontakt aufnehmen.

Mit freundlichen Grüßen

P-Seminar KNAXIADE
Allgäu-Gymnasium Kempten

7. Informationsschreiben Eltern

Folgendes Schreiben haben die Eltern der Kinder erhalten:

KNAXIADE am 27.07.2016

Liebe Eltern,

im Rahmen eines Projekt-Seminars veranstalten wir, Schüler der 11. Klasse des Allgäu-Gymnasiums, eine KNAXIADE.

Die KNAXIADE ist eine Art Olympiade ohne Wettbewerbscharakter. Da der Spaß an der Bewegung im Vordergrund stehen soll, wird jedem teilnehmenden Kind am Ende der Veranstaltung eine Urkunde und eine Medaille überreicht. Unser Ziel ist es, den Kindern die Freude am Sport zu vermitteln.

Die KNAXIADE findet am **27.07.2016** von **9.00 – 12.00 Uhr** bei uns am **Allgäu-Gymnasium** statt. Für eine sportliche und gesunde Verpflegung stehen Obst und Getränke zur Verfügung. Falls Ihr Kind zusätzlich noch etwas anderes zu Essen bzw. Trinken möchte, muss dies eigenständig mitgebracht werden. Zur Siegerehrung um 11.30 Uhr laden wir Sie ganz herzlich ein.

Wir freuen uns auf eine tolle KNAXIADE mit Ihren Kindern.

Mit sportlichen Grüßen

P-Seminar KNAXIADE
Allgäu-Gymnasium Kempten

P-Seminar 2015/17

cherheit. Fällt das Wort „Indianer“, dreht sich der Spieß entsprechend um. Das Spiel endet, wenn alle Spieler einer Mannschaft gefangen wurden.

Nachdem alle Übungen durchgeführt wurden, können noch abschließende Worte gesagt werden und die Kinder dürfen zur Musik tanzen (Musikvorschlag: Cowboys und Indianer – Olaf Henning)

KNAXIADE zum Thema „KNAXianer auf See“ (Franziska und Jasmin)

Beginn

Feuer-Wasser-Erde-Luft

Ladung zum Schiff transportieren (Staffel)

Die Kinder werden in zwei Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe hat gleich viele Ladungen (Hütchen, Bälle in unterschiedlichen Größen, …), die so schnell wie möglich von A nach B (an das Schiff) transportiert werden müssen.

Ladung auf das Schiff befördern (Staffel)

Nachdem die Ladung nun vor dem Schiff liegt, muss diese natürlich auch AUF das Schiff befördert werden. Die Kinder bilden nun in ihren Gruppen eine Reihe und geben die einzelnen Ladungen (von Station 1) wie ein Förderband von Kind zu Kind, bis sie auf dem Schiff (in einem Kasten ohne Deckel) angelangt ist. Hierbei stellen sich die Kinder auf eine Langbank, die den Bootssteg darstellen soll.

Am Mast hinaufklettern

Auf dem Schiff angekommen, müssen nun einige Arbeiten erledigt werden. Dazu gehört auch das Überprüfen der Segel oben am Mast. Hierbei wird ein Tau ganz oben an der Sprossenwand befestigt, an dem sich die Kinder hochziehen können. Anschließend kann auf einer Bank oder einem Rollbrett wieder nach unten gerutscht werden.

Alternative: Statt Sprossenwand und Tau werden die langen Seile benutzt, in die zwei oder mehrere Knoten gebunden werden, sodass sich die Kinder besser nach oben hangeln können.

Schiff auf Seegang

Da es auch auf dem Schiff oft eine wacklige Angelegenheit ist, besteht diese Station aus einer auf Holzstäben liegende Langbank. Die Aufgabe ist, vorsichtig über die Langbank zu balancieren.

Undichtes Schiff (Staffel)

Bei starkem Seegang kann es passieren, dass Wasser in das Schiff kommt und dieser Schaden muss schnell behoben werden. Dazu werden die Kinder wiederum in zwei Gruppen aufgeteilt. Ein Behälter mit Wasser (Tischtennisbällen) muss so schnell wie möglich mit Bechern durch einen Parcours leergeschöpft werden.

Piratenknoten

Alle Kinder fassen sich an den Händen und verknoten sich ineinander. Ein Kind muss versuchen den Knoten zu entwirren, ohne dass die Kinder die Hände loslassen.

Einbeinlauf

Durch einen Parcours müssen die Kinder mit nur einem Bein hüpfen.

Alternative: Die Kinder bewältigen den Parcours mit einer Augenklappe

Über die Planke gehen

Eine umgedrehte Langbank stellt die Planke dar,- über die die Kinder blind balancieren müssen.

Schiff bombadieren

Auf einen Kasten werden Dosen aufgestellt, die mit Bällen heruntergeschossen werden müssen.

Schiff kapern

Es werden zwei Seile (eins oben eins unten) an zwei gegenüberliegenden Sprossenwänden festgebunden, sodass die Kinder auf dem Seil balancierend vom einen zum anderen Schiff gelangen.

P-Seminar 2015/17

6. Informationsschreiben Kindergarten

Folgendes Schreiben haben die teilnehmenden Kindergärten erhalten:

KNAXIADE am 27.07.2016

Liebe Kindergartenleitung,

im Rahmen unseres Projekt-Seminars Sport veranstalten wir, eine Gruppe von 14 Schülern der 11. Klasse des Allgäu-Gymnasiums, eine KNAXIADE. Einige unserer Mitschüler waren bereits bei Ihnen vor Ort und haben eine Bewegungsstunde gehalten. Bei diesem Besuch haben wir Sie informiert, dass diese **am 27.07.2016 von 9:00 bis 12:00 Uhr** in den Sporthallen des Allgäu-Gymnasiums stattfindet.

Als Anhang haben wir Ihnen einen groben Zeitplan beigefügt.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und einen tollen Bewegungstag für Ihre Kinder.

Mit sportlichen Grüßen

P-Seminar KNAXIADE
Allgäu-Gymnasium Kempten

5. Ablauf und Zeitplan

Grober Zeitplan:

bis 09.00 Uhr:	Ankommen und Umziehen
09.00 – 09.30 Uhr:	kurze Einweisung
	Begrüßung
	Aufwärmen
	Verteilung auf die verschiedenen Sporthallen
09.30 – 10.00 Uhr:	erste Spielphase
10.00 – 10.15 Uhr:	1. Pause
10.15 – 10.45 Uhr:	zweite Spielphase
10.45 – 11.00 Uhr:	2. Pause
11.00 – 11.30 Uhr:	dritte Spielphase
11.30 – 12.00 Uhr:	Siegerehrung und Verabschiedung

P-Seminar 2015/17

Abschluss

Ein Schwungtuch stellt das Meer da:

- hohe Wellen
- kleine Wellen
- stürmische See
- unter Wasser (Schwungtuch als Glocke über den Kindern)

KNAXIADE zum Thema „KNAXianer auf Tour“ (Pia und Sara)

Beginn

Tierfangkus mit Tieren aus der Bergwelt

Station 1: Steine aus dem Weg räumen

Große Steine (Medizinbälle) versperren den Kindern ihren Weg; sie müssen beseitigt werden, um zu Station 2 zu kommen.

Station 2: Kuhzäune überwinden

Um zu Station 3 zu kommen, müssen die Kinder ein Hindernis (an Stangen werden Seile so aufgespannt, dass sie aussehen wie Zäune) passieren.

Station 3: Bachüberquerung

Eine am Boden liegende Matte (Bach) versperrt den Weg zu Übung 4; die Kinder müssen wahlweise mit einem großen Schritt/Sprung oder mit Hilfe einer Liane (Seile) den Bach überqueren.

Station 4: Bergsee

Zeit für eine Abkühlung im Bergsee: die Kinder verteilen sich im Bergsee (auf einer Weichbodenmatte) und führen verschiedene Bewegungen aus (z.B. Schwimmbewegungen, durch das Wasser mit hochgezogenen Knien laufen, …).

Station 5: Höhlen

Durch eine Höhle (Langbänke, auf welchen Matten liegen) muss unten hindurch gekrabbelt werden.

Station 6: Beeren pflücken (Staffel)

Die Kinder werden in zwei Gruppen aufgeteilt, wobei jede Gruppe einen Beutel bekommt, mit dem nacheinander zu einem Behälter mit Beeren (Tischtennisbälle) gerannt werden muss, um sie zu sammeln.

Station 7: Baumslalom (Staffel)

Die Kinder werden in zwei Teams eingeteilt und müssen gegeneinander, auf Zeit und im Slalom durch die Bäume (Stangen) laufen.

Station 8: Über den Bach

Um erneut einen Bach zu überqueren, müssen die Kinder von Stein zu Stein hüpfen (von einem Reifen in den nächsten).

Station 9: Äpfel pflücken

An einer Sprossenwand wird ein Sack mit Korken befestigt, zu dem die Kinder hinauf klettern müssen, um ihren Hunger zu stillen.

Station 10: Wiese hinunterrollen

An den Sprossenwänden werden Langbänke eingehakt, auf die eine Weichbodenmatte gelegt wird. Nun können sich die Kinder die Wiese hinunterrollen lassen.

Abschluss: Traumreise

Jedes Kind sucht sich einen Partner; einer von beiden legt sich auf den Boden, der andere macht passende Bewegungen auf dem Rücken des Partners zur erzählten Geschichte des Betreuers.

KNAXIADE zum Thema „Zeichentrickfiguren“ (Pia und Sara)

Tom und Jerry

Parcours mit 3 Slalomstangen, wodurch die Kinder rennen; davon einer Fänger (Katze) und ein Gejagter (Maus)

P-Seminar 2015/17

Schildkrötenspringen

Die Kinder bilden zwei Teams und stellen sich hintereinander auf. Eins der Kinder läuft los und bleibt dann stehen um mit seinem Rücken eine Art Schildkrötenpanzer zu bilden. Dabei geht es in die Knie, stützt die Hände auf die Knie und macht einen „Katzenbuckel“. Das nächste Kind läuft los und springt über die erste Schildkröte, indem er seine Hände ungefähr auf Höhe der Schulterblätter des gebeugt stehenden Kindes vor ihm platziert. Dann springt es ab und spreizt die Beine, um das untere Kind nicht zu verletzen. Die Reihe der Schildkröten wird immer weiter fortgeführt, so dass das letzte Kind über alle Kinder springen kann. Das Team, welches auf diese Art als erstes die Ziellinie überquert hat, gewinnt. Das Spiel wird anstrengender, umso weniger Platz zwischen den einzelnen Schildkröten gelassen wird.

Fischernetze

Benötigt wird ein großes Schwungtuch und 4 Personen, die dieses während des Spiels schwingen. Die Kinder stellen die Fische dar und versuchen so schnell wie möglich unter dem nach oben geschwungenen Schwungtusch durchzulaufen. Das Schwungtuch stellt das Netz dar, und jedes Kind, das nicht schnell genug unter diesem durchläuft wird gefangen und hilft in der nächsten Runde beim weiteren einfangen der Fische. Das Spiel wird so lange gespielt, bis das ganze „Meer“ leergefischt ist.

Delphin-Show

Die Kinder werden in 2 Teams aufgeteilt und bekommen je Team einen Ball. Das Spiel funktioniert nach dem Staffelprinzip und die ersten von beiden Mannschaften müssen mit dem Ball verschiedene Stationen überwinden und den Ball dabei teilweise wie ein Delphin auf dem Kopf balancieren. Zu den Stationen gehört das Übersteigen einer Langbank, was den Sprung aus dem Wasser des Delphins darstellt, sowie das Slalomlaufen um Hütchen, was dem Kurvenschwimmen eines Delphins ähnelt und zum Schluss wird der Ball vom Kopf genommen und in den Händen unter einer Bank durchtransportiert, was sich mit dem Tauchen vergleichen lässt.

Oktopus

Alle Kinder stehen im Raum verteilt und bewegen sich frei, bis der Spielleiter einmal laut „1,2,3, Oktopusknäuel“ ruft. Dann werfen sich alle Kinder in der Mitte auf den Boden und bilden ein Knäuel. Der Spielleiter gibt Anweisungen, dass einzelne Spieler ein Körperteil wie das linke Bein bewegen soll. Dadurch bewegt der Oktopus sich scheinbar vorwärts und bewegt sein Tentakel. Wenn die Anweisung „der Oktopus“ schwimmt weiter erfolgt, stehen die Kinder wieder auf und bewegen sich wieder in der Halle, solange bis ein neuer Oktopusknäuel gebildet wird.

Angeln

Jeweils 2 Kinder stehen sich gegenüber und halten ein Seil als Verbindung zwischen sich. Beide ziehen auf das Kommando „ein Fisch hat angebissen“ an dem Seil. Das Kind, was stärker zu dem anderen Kind hingezogen wird, ist der Fisch, der ans Ufer gezogen wird. Das Spiel lässt sich auch mit einem längeren Seil mit Teams mit bis zu 5 Kindern spielen, die versuchen die anderen 5 zu angeln.

Seestern ziehen

Es werden 2 Kinder bestimmt, die versuchen einen Seestern aus dem Wasser zu holen. Die anderen Kinder legen sich auf den Bauch in einen Kreis, so dass ihre Köpfe in die Kreismitte zeigen und sie sich anschauen können. Die Kinder im Kreis halten sich nun fest an den Händen und strecken ihre Füße weg, dass ihre Form so ähnlich ist, wie die von einem Stern. Die zwei Kinder, die einen Seestern haben wollen, versuchen jetzt die Kinder einzeln an ihren Füßen aus dem Kreis zu ziehen.

Klippen klettern

Die Kinder klettern nacheinander die Sprossenwand hoch, um die schöne Aussicht über das Meer zu genießen
Insel hüpfen: in der Sporthalle werden Matten und Bänke verteilt. Die Kinder bewegen sich frei im Raum, so lange bis die Flut kommt und sie sich auf den „Inseln“ in Sicherheit bringen müssen und sich von der einen Insel zur nächsten fortbewegen müssen. Wenn die Schwierigkeit erhöht werden soll, gibt es 2 Fänger, die die Inseln bewachen und versuchen, die anderen zu fangen. Dabei müssen sich die Kinder schnell von Matte zu Matte bewegen und den Fängern ausweichen, aber ohne zurück ins Meer zu fallen.

P-Seminar 2015/17

Die Schlümpfe

Musik-Stopp-Spiel: es läuft Schlumpf-Musik, bei Stopp Erstarren der Kinder (sonst Verzauberung durch Gargamel)

Biene Maja

Mattenrutschen zweier Teams: Bienenvolk muss gemeinsam Nektar zurück in den Bienenstock bringen

Mickey Maus

„Mickey Maus, was machst du?“: Mickey Maus ist „Anführer“, der Bewegung nach Erfragung („Mickey Maus, was machst du?“) vorgibt. Mickey Maus wechselt wenn er/sie nach der Antwort „Ich freue mich auf euch im Wunderhaus“ jemanden fängt (dieser ist dann die Maus)

Wickie

„Schiffe versenken“: Alle Kinder halten an einem Reifen (Boot), schwimmen im Meer. 2 Kinder sind Fänger (Der böse Sven) und versuchen mit 2 Kanonenkugeln (Bällen) ein Boot zu versenken. Dazu müssen sie den Ball in den Reifen werfen, der von den Kindern um den Bauch getragen wird. Ist ein Boot versenkt, legt das Kind den Reifen auf den Boden und wartet, bis ein anderes Boot ihn aufnimmt. Dann kann das Boot mit 2 Kindern an Bord weiterfahren.

Benjamin Blümchen

Otto hilft seinem Freund Benjamin Blümchen, die Zuckerstückchen für sein Mittagessen zu fangen. Jeweils zwei Kinder stehen sich in vier Meter Entfernung gegenüber. Otto (Kind 1) wirft Tennisbälle (Zuckerstückchen) in Benjamins (Kind 2) Richtung, der mit einem Eimer die Bälle zu fangen versucht. Wird dieser verfehlt, sammelt Kind 1 die übrigen Bälle auf und wirft solange, bis Benjamin alle Zuckerstückchen bekommt.

Spongebob Schwammkopf

Team Patrick und Team Spongebob →Jägerball

Pippi Langstrumpf

Herr Nilsson muss die Liane (Sprossenwand) hochklettern, um Bananen zu pflücken

Hexe Lilli

Zauberspruch, der Bewegungen verkörpert: „Dreh dreimal dich im Kreis, hüpf 5 mal auf der Stelle; leg dich auf den Bauch hier auf dieser Schwelle. Dreh dich auf den Rücken und klatsche in die Hände, ABRAKADABRA berühren wir jetzt die Wände.“ (Hexe Lilli reist zu den Eskimos)

Yakari

Das Pferd Kleiner Donner geht um → Verknüpfung „Der Fuchs geht um“

KNAXIADE zum Thema „Reise um die Welt“ (Pia und Sara)

Mount Everest (höchster Berg der Welt)

Hochklettern an Sprossenwand

Eiffelturm (Paris)

Langbank dient als Stufe die „mehrfach von den Kindern bestiegen werden soll“
Dabei wird Musik gespielt, die mit jedem Mal lauter wird.

Tropischer Regenwald (Früchtememory)

2 Teams spielen gegeneinander Memory. Die Karten liegen einige Meter entfernt. Pro Team darf immer nur ein Spieler starten, der nach vorne rennt und versucht, ein passendes Pärchen zu ergattern. In jedem Fall rennt er zurück, sollte er ein Pärchen gefunden haben, nimmt er dieses zurück zu seinem Team. Gewonnen hat diejenige Mannschaft, die mehr Pärchen gefunden hat.

München (Oktoberfest)

Apfelsaftstemmen

P-Seminar 2015/17

Zielschießen

Bei dieser Übung, wird ein Reifen in einer angemessenen Distanz ausgelegt, in welchen die Kinder dann mit einem Ball hineinwerfen müssen.

Diebesflucht

Die Kinder müssen über eine gewisse Anzahl an Teppichfließen laufen ohne den Boden zu berühren. Diese werden etwa im Abstand von 30cm voneinander aufgestellt.

Balancieren

Bei dieser Übung müssen die Kinder über eine umgedrehte Bank balancieren.

KNAXIADE zum Thema „Unterwasserwelt“ (Melanie)

Zum Aufwärmen

Fischer, Fischer wie tief ist das Wasser?: Ein Kind steht an der Wand in der Halle und die anderen Kinder stehen an der gegenüberliegenden Wand. Die Kinder rufen „Fischer, Fischer wie tief ist das Wasser?“ und das einzelne Kind ruft eine beliebige Zahl zurück. Die Gruppe der Kindern ruft zurück: „wie kommen wir rüber?“ und der Fischer antwortet mit einer beliebigen Fortbewegungsart wie zum Beispiel hüpfen, krabbeln oder seitlich laufen. Dann bewegen sich die Kinder wie vorgegeben auf die andere Seite der Halle und der Fischer läuft ihnen entgegen und versucht so viele wie möglich vor dem Erreichen der anderen Seite zu berühren und somit ebenfalls zu Fischern zu machen. Dies wird so lange wiederholt, bis alle Kinder zu Fischern geworden sind.

Seeschlange

Die Kinder Bilden eine Reihe, die Seeschlange, und halten sich mit beiden Händen an den Schultern von ihrem Vordermann fest. Das Kind, welches ganz vorne steht und somit den Kopf bildet, muss versuchen seinen eigenen Schwanz in Form eines Tuches zu fangen, den das Kind am Ende der Seeschlange hält. Die Kinder müssen sich dabei schnell bewegen und geschickt ausweichen, ohne den Vordermann loszulassen.

KNAXIADE zum Thema „Polizei“ (Tobias und Tim F.)

Polizeimarsch: (Aufwärmen)

Dabei laufen die Kinder quer durch die Halle und singen „Tatü Tata“

Polizei und Dieb Spiel

Zwei Kinder sind Polizist und fangen die Diebe , wenn ein Dieb gefangen wurde , ist er auch Polizist und muss die Diebe fangen. Dies wird solange gespielt, bis kein Dieb mehr übrig ist.

Polizeifahrt

Ein Kind legt sich auf ein Rollbrett, ein anderes zieht das Kind auf dem Brett ins Ziel. Dies kann wie ein Wettrennen gegen andere Kinder gestaltet werden.

Tauziehen

Es gibt zwei Teams, einmal Team "Polizisten" und einmal Team „Diebe“. Hierbei stellen sich jeweils gleichviele Kinder an eine Seite eines Seils und ziehen sich gegeneinander über eine Markierung. Das Team, das das andere Team zuerst über die Markierung gezogen hat, hat gewonnen.

Polizeiausbildung

Hierbei wird ein Parcour erstellt, welchen die Kinder dann durchlaufen müssen, um die „Polizeiausbildung“ zu bestehen.

Verhaftung

Die Kinder liegen im Kreis und halten sich gegenseitig fest; ein Polizist muss versuchen sie heraus zu ziehen. Wenn ein Kind herausgezogen wurde, müssen die verbleibenden Kinder den Kreis wieder schließen und wenn man herausgezogen wird, muss man ebenfalls helfen die anderen Kinder herauszuziehen.

Schießstand

Hierbei wird eine beliebige Anzahl an Kegel aufgestellt, welche die Kinder mit einem Ball umwerfen müssen. Der Abstand, in dem die Kegel aufgestellt werden, wird nach dem Alter und dem Können der Kinder bestimmt.

P-Seminar 2015/17

Amazonas-Bootsfahrt

Ca. 5 Kinder halten sich an einem Reifen fest und „segeln“ in einer abenteuerlichen Fahrt über den Amazonas. Dieser wird durch einen Parcours repräsentiert, der die zahlreichen Gefahren des Wassers darstellt.

- ➔ Slalomstangen= ianen, die umfahren werden müssen.
- ➔ Zwei, ca. 50cm entfernte Bänke= Felsen, die bestiegen werden müssen; dazwischen Krokodile.
- ➔ Feste Gegenstände auf dem Boden= Pirañas,die nicht berührt werden dürfen.

Wüstenrennen durch Dakar

2 Teams fahren gegeneinander auf Bobbycars ein Rennen, wobei sie am Hallenrand entlang fahren. Nach jeder Runde wird abgewechselt.

Chinesischer Reisbauer

2 Teams pflügen parallel ein chinesisches Reisfeld, indem sie mithilfe eines Reifens, der als Lenkrad fungiert, eine Strecke abfahren. Diese enthält Kurven. Das Feld ist frisch gepflügt und darf deswegen nur auf einem bestimmten Weg begangen werden, der mit Teppichfliesen ausgelegt ist.

Surfen in Neuseeland

Zwei Kinder bilden jeweils einen Surfer und den Wind. Kind 1 steht dabei auf einer Teppichfliese, das als Surfbrett dient. Kind 2 hält ein Tuch in den Händen und gibt damit in fließenden, nicht ruckartigen Bewegungen die Windrichtung an. Je nach Windrichtung bewegt sich Kind 1 auf seinem Surfbrett.

Känguruhüpfen in Australien

Zwei Kinder spielen Sackhüpfen (-> Kängurus) am Hallenrand. Der Rest sind Koalas, die anfeuern.

USA Bullenfangen mit dem Lasso

Wir befinden uns auf einer Ranch in Texas. Ein Kind ist der Ranger, welches die anderen Kinder mit einem Reifen versucht einzufangen. Diese rennen in einem begrenzten Raum.

KNAXIADE zum Thema „Parcours“ (Tobias und Tim F.)

Hoch hinaus

In der Halle werden kleine Kästen in geringem Abstand zueinander im Zick-Zack-Muster aufgestellt. Jeder Kasten stellt ein Hausdach dar. Die Kinder müssen dann von Hausdach zu Hausdach springen, natürlich ohne in den Abgrund (sprich: auf den Boden) zu stürzen.

Hindernissprünge

Funktioniert wie Bockspringen: Ein Kind macht sich auf dem Hallenboden knieend ganz klein, sodass das andere Kind mit gespreizten Beinen über das Hindernis (das erste Kind) springen kann. Nach dem Springen muss sich das Kind, das selbst gerade gesprungen ist, auf dem Boden klein machen und das andere Kind ist mit Springen an der Reihe. Es wird also immer abwechselnd über das Hindernis gesprungen.

Sprung über´s Auto

Ein Kind sitzt mit ausgestreckten, gespreizten Beinen auf dem Boden, sein Partner steht etwa 3m davor. Das Kind auf de Boden rollt einen Schaumstoffball möglichst gerade auf die Beine des stehenden Kindes zu. Der Ball soll ein heranfahrendes Auto darstellen, über das das stehende Kind springen soll. Je nach Alter können verschieden große Bälle bis hin zu einem kleinen Gymnastikball gerollt werden, der Schwierigkeitsgrad ist demnach variabel.

Höher als ein Känguru

Es werden in der Halle in ausreichendem Abstand verschieden hohe Kästen gestellt, auf die mit Anlauf gesprungen werden soll. Dabei soll nach jedem erfolgreichem Sprung auf den Kasten dahinter heruntergesprungen werden und dann auf den nächst höheren Kasten gesprungen werden. Wer schafft es, am höchsten zu springen?

Einsteigen mal anders …

Ein Kind steht auf eine Kasten, an dem von oben ein an der Decke befestigtes Seil in greifbarer Nähe hängt. Ca. 2 Meter davor liegt auf einer Matte ein Reifen (Alternativ kann auch nur ein Kreis aufgemalt werden). Ziel ist es, aus einem Haus in ein Auto zu fliehen. Das Kind steht auf dem Balkon (Kasten) und schwingt sich zu seinem Auto (Matte), um von oben durch das geöffnete Dachfenster (Reifen/aufgemalter Kreis) einzusteigen, um fliehen zu können.

P-Seminar 2015/17

Flut

In der Halle werden Sprossenwände aufgebaut. Jede Sprossenwand ist eine Hauswand. Auf Signal (z.B. ein Pfiff) müssen pro Sprossenwand zwei Kinder auf das „Haus“ klettern und zwar so schnell wie möglich, denn der Pfiff war die Warnsirene für die Flut. Bringt euch schnell in Sicherheit!

Im Treppenhaus

Es werden Kästen in verschiedener Höhe so aufgebaut, dass eine Treppe entsteht und Matten rund herum gelegt. Die Aufgabe ist nun, die Treppe raufzusprinten, oben angekommen wird wieder auf eine Weichbodenmatte heruntergesprungen.

Weitsprung

Weites Springen ist im Parcours sehr wichtig, deshalb muss es unbedingt trainiert werden: Je nach Alter wird entweder ein Sprungbrett oder ein kleines Trampolin vor einer Reihe von Weichbodenmatten gestellt. Die Kinder springen nacheinander mit oder ohne Anlauf auf das Trampolin und versuchen, so weit wie möglich zu springen. Wer kommt am weitesten?

Technikübung

Das Abrollen ist beim Parcours beim Landen auf dem Boden sehr wichtig, um den Sprung abzufedern. Man baut eine lange Reihe an Matten auf dem Hallenboden auf, auf dem die Kinder ihre Rolle üben können. Nacheinander sollen die Kinder je nach Alter mehrere Purzelbäume oder Hechtrollen machen, bis sie am Ende der Matten angekommen sind.

Licht am Ende des Tunnels

Man baut zwei Langbänke parallel zueinander in dem Abstand auf, dass man eine Weichbodenmatte der Länge nach auf die Bänke legen kann, sodass unter der Matte eine Art „Tunnel“ entsteht. Die Kinder sollen auf dem Boden unter der Matte durchkriechen; dabei darf nicht aufgestanden werden.
Alternativ kann auch mit einem Rollbrett unter der Matte durchgerollt werden.