

Lektion

Kunststücke in der Gruppe

Bei Arbeiten in der Gruppe kommt der Ko-
operation grosse Bedeutung zu. Diese Lektion
bietet einige Herausforderungen, bei denen
die Schülerinnen und Schüler ihre Rollen als
Helfer/-innen gut verstehen müssen.

Rahmenbedingungen



- Lektionsdauer: 45 Minuten
- Stufe: 4.–6. Klasse
- Niveaustufe: Fortgeschrittene
- Lernstufe: Anwenden

Lernziele

- Miteinander kooperieren
- Die eigenen Fähigkeiten realistisch einschätzen
- Sich an herausfordernde Aufgaben wagen

Download

- [Helfergriffe](#) (pdf)

| | Thema / Aufgabe / Übung / Spielform | Organisation / Skizze | Material |
|-----------|--|---|----------|
| Einstieg | 5' Eisskulpturen Die Kinder rennen als Wassertröpfchen in der Halle umher. 4 Eiseilige (Fänger A, B, C, D) lassen die Tröpfchen durch Berührung einfrieren. Wer von A gefangen wird, platziert sich in der Ecke A, erstarrt zu einem Eisgebilde. Wer von B gefangen wird, in der Ecke B etc. Jedes neue Eisgebilde hängt sich an das vorhandene an. In jeder Ecke entsteht eine Eisskulptur. Die entstandenen Gruppen Fänger und Gruppen A, B, C, D können evtl. für die weiteren Übungen bestehen bleiben (4–5 Kinder). | | Musik |
| Hauptteil | 30' Weitere Basisposen für den Pyramidenbau: Jede Gruppe legt für sich ein Mattenfeld zu 3–4 Matten. Die Lehrperson wählt jeweils eine Gruppe, um die folgenden Basisposen vorzuzeigen und zu instruieren. Schanze A liegt auf dem Rücken mit angewinkelten Beinen am Boden. Die Arme sind senkrecht zur Decke gestreckt. B stützt sich auf A's Knien mit den Händen ab und reicht ein Bein nach dem anderen in A's Hände. A stützt B an den Knien in die Höhe. B ist in einer aufrechten Liegestützpose. Sicherheitshinweis: Die angewinkelten Beine sind gespannt, die Arme beider Kinder durchgestreckt und gespannt. Hochsitz A liegt auf dem Rücken auf dem Boden. Die Beine sind senkrecht zur Decke gestreckt, die Arme seitlich auf den Boden gelegt. B steht nahe zu A's Gesäss, mit dem Rücken zu A. Zwei Helfer halten B rechts und links mit dem Klammergriff an den Oberarmen. B führt A's Fussflächen an sein Gesäss, die Zehenspitzen sind nach aussen gerichtet. A's Beine sind nun gebeugt. B hält A's Fussriste fest und lässt sich ein wenig nach hinten fallen und A streckt im selben Moment langsam seine Beine. B's Schwerpunkt muss nun über dem Gesäss von A liegen. Die Helfer heben B solange, bis B stabil sitzt. Bemerkung: Zur Stabilisation der Sitzpose kann B seine Fussriste an die Schienbeine von A drücken. Achtung: Wieder loslassen zum Landen. |   | Matten |

| | | Thema / Aufgabe / Übung / Spielform | Organisation / Skizze | Material |
|-----------|----|--|---|---|
| Hauptteil | | <p>Liegestütze Bauchnabel einsaugen, keinen ohlen Rücken machen. Die Hände befinden sich immer senkrecht unter den Schultern (rechter Winkel Arme–Rumpf). Belastung nur auf den Schulterblättern erlaubt.</p> <p>Sicherheitshinweis: Lehrperson zeigt vor, dass bei Liegestützposen auf einer Unterperson evtl. stützen des Beckenbereiches durch eine Drittperson nötig ist, bis die Pyramide steht.</p> |  | |
| | | <p>In Ägypten wird geschuftet In 4-5er Gruppen. Bilder von 2er, 3er, 4er und 5er Pyramiden werden hingelegt. Die Gruppen wählen eine aus und bilden sie nach. Hat eine Gruppe ihre Pyramide aufgebaut, rufen die Mitglieder «cheese» und die Lehrperson macht ein (virtuelles) Foto.</p> <p>Sicherheitshinweis: Die Kinder sollen sich gut überlegen, wo Helfende benötigt werden (auch für den Abbau) und entsprechend Hilfe organisieren (durch die Lehrperson oder die anderen Kinder).</p> |  | Matten, Bilder Pyramiden (pdf) |
| Ausklang | 5' | <p>Showtime Jede Gruppe zeigt ihre beste Pyramide dem Rest der Klasse vor. Applaus ist obligatorisch!</p> | | Matten |