

II.39

Spiele mit und ohne Ball

Bewegungsspiele zur Förderung der Konfliktfähigkeit – Konflikte friedlich lösen

Klaudia Kröll und Vera Zass

Illustrationen: Katharina Friedrich



© RAABE 2024

© kati9 / E+

Die folgenden Übungen und Spiele sind als Beitrag zur Förderung der emotionalen und sozialen Kompetenzen mit Blick auf Konfliktfähigkeit zu verstehen. Die Kinder messen ihre Kräfte in Zweikämpfen respektvoll und fair, lernen die Bedeutung von Konflikten zu verstehen und finden Räume, ihr eigenes Konfliktverhalten und das anderer zu reflektieren. Sie erproben verschiedene Handlungsstrategien und erweitern damit ihr Repertoire für einen konstruktiven Umgang mit Konflikten.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe: 3 und 4

Dauer: 1 Doppelstunde

Kompetenzen: Förderung emotionaler und sozialer Kompetenzen; Regeln und Rituale einhalten; Konflikte wahrnehmen, einschätzen und verstehen; Handlungsstrategien zur friedlichen Konfliktlösung erproben und erweitern

Thematische Bereiche: Spielentwicklung, Spielfähigkeit, Kooperation, Konfliktlösung

Medien: Anleitungen, Spielbeschreibungen

Zusatzmaterial: farbiges Poster DIN A2 (M 8)

Auf einen Blick

Legende:

L: Lehrkraft; SuS: Schülerinnen und Schüler



Variation/Differenzierung



Hinweis/Tipp



Gespräch/Impuls

1./2. Stunde

Thema: Konflikte friedlich lösen – Spiele zur Förderung der Konfliktfähigkeit

Einstieg: „Namensspiel“: Die SuS bewegen sich leise und achtsam durch die Halle, um ihren Namen, der von L in unterschiedlichen Lautstärken ausgerufen wird, hören zu können. L benennt ein Kind, das sich ihr läutelt und ihr die Hand reicht. Die beiden gehen zusammen weiter und L ruft ein weiteres Kind auf, das sich mit Handfassung in die Kette einreicht. Sobald alle SuS eine lange Kette bilden, wird diese zu einem Kreis geschlossen. L stellt dann das Thema zum fairen Streitfragen vor und verweist auf die Stopp- und Fairness-Regel (siehe die folgenden Übungen und Spiele).

M 1

Stopp- und Fairness-Regeln

M 2

Spiele zum Einstieg und zum Aufwärmen



Kurzformel:
 „Gefühle, vor allem unangenehme, sind wie ein Signal oder Alarmzeichen, dass etwas nicht stimmt. So haben auch unangenehme Gefühle ihren Sinn und geben uns Kraft, die Situation zu verbessern (z. B. Wut, Freude, Angst, Überraschung usw.).“

Hauptteil:

M 3

Rang- und Rangel-Spiele / Die SuS setzen ihre Kräfte in Zweikämpfen ein und erproben Techniken und Taktiken in Angriff und Verteidigung im respektvollen Umgang mit ihrem Gegenüber.

Reflexion:

- Ist es euch gelungen, euch an die vereinbarten Regeln und Rituale zu halten? Wenn nein, warum nicht?
- Wie fair seid ihr mit eurem Gegenüber umgegangen?
- Welche Techniken und Taktiken im Zweikampf waren für euch hilfreich?
- Wie habt ihr es erlebt, provoziert zu werden und nicht zu reagieren?
- Wie habt ihr das Gewinnen und Verlieren erlebt?

Die SuS bilden einen Innenstirnkreis und L fragt sie, ob sie schon einmal das Wort „Konflikt“ gehört haben und ob sie es erklären können. Die SuS formulieren ihre Ideen und Deutungen des Begriffs.

L erklärt: „Ein Konflikt tritt dann auf, wenn zwei oder mehr Menschen mit unterschiedlichen Ansichten aufeinandertreffen und dadurch ein Problem entsteht. Jeder will etwas anderes, um das Problem zu lösen. In einem Konflikt können unangenehme Gefühle auftreten.“

M 4

Die 5 Kennzeichen für Konflikte / Die SuS lernen die Kennzeichen kennen.

Im Anschluss bilden die SuS einander zugewandte Paare im Kreis. Sie erhalten die Aufgabe, sich gegenseitig einen Konflikt zu erzählen, bei dem alle 5 Kennzeichen für einen Konflikt deutlich werden.

Die SuS können auch eine Konfliktsituation mit den 5 Kennzeichen in Partnerarbeit in Form eines Rollenspiels erarbeiten, das sie anschließend der Klasse präsentieren dürfen. Die beobachtenden SuS achten darauf, inwieweit alle Kennzeichen berücksichtigt wurden.

M 5

Spiele zum Konfliktverständnis / Die SuS lernen, ihr eigenes Konflikthalten und das anderer wahrzunehmen, einzuschätzen und zu verstehen.

M 6

Spiele zur fairen Konfliktlösung / Die SuS verstehen, Konfliktsituationen möglichst wertfrei zu beschreiben, ihre Gefühle auszudrücken, die Perspektive zu wechseln und gemeinsame Lösungen zu finden.

M 7

Ping – Pong – Hurra! / Karten-Set für das gleiche Spiel wie M 6

M 8

Ping – Pong – Hurra! / Das Poster kann über den Sportunterricht hinaus im regulären Schulalltag als Anleitung dienen und im Klassenzimmer aufgehängt werden.

Abschluss:

„Wettermassage“: Die SuS bilden Paare. A liegt auf dem Bauch, B massiert A nach Anleitung von L (z. B. Sonne = sanfte streichende Bewegungen, Regen = mit Fingernippen tippen usw.). Die SuS dürfen eigene Ideen einbringen. Wichtig: Die Windstöße aussparen!

„Blitzlicht“: Die SuS bilden einen Sitzkreis und dürfen von ihren persönlichen Highlights dieser Doppelstunde berichten.

Benötigt:

3 Markierungsbegle in den Farben Rot, Gelb, Grün; 1 kleine Matte, 1 Reifen, 1 Fußball und 1 Karten-Set M 7 pro Paar; Musik und Musikanlage

Spiele zum Einstieg und zum Aufwärmen

Bewegungskette

Ein Kind gibt eine Bewegung im Kreis vor, z. B. auf der Stelle laufen, Springen usw. Wenn es das neben ihm stehende Kind berührt, stimmt dieses in die Bewegung ein, die reihum weitergegeben wird, bis alle SuS im Kreis in die Bewegung sind.

Variationen:

- Die Übung mehrmals durchführen, sodass mehrere Kinder eine Bewegung vorgeben dürfen und unterschiedliche Muskelgruppen beansprucht werden.
- Die Bewegungskette kann mit einer „Ton-/Geräuschkette“ kombiniert werden, indem ein Kind eine Bewegung und gleichzeitig einen Ton oder ein Geräusch vorgibt.

Tierische Gefühle

Die Kinder laufen frei durch die Halle. Die Spielleitung ruft verschiedene Tiere mit unterschiedlichen Gefühlen auf, die die Kinder zum Ausdruck bringen sollen, z. B.: „Bewegt euch wie ...“

- ... wütende Löwen.
- ... ängstliche Hasen.
- ... scheue Rehe.
- ... traurige Elefanten.
- ... aufgeregte Hühner.
- ... müde Bären."

Variationen:

- Die SuS rufen selbst Tiere und deren Gefühle aus.
- Die SuS bilden Paare: Ein Kind stellt ein Tier mit einem bestimmten Gefühl dar, das andere macht dies nach und versucht, das Tier sowie das Gefühl zu erraten. Anschließend werden die Rollen getauscht.

Rauf- und Rangel-Spiele

Zweikämpfe – Variationen



„Schiebekampf“: A und B (mit Schulterfassung) versuchen, sich gegenseitig von der Matte zu schieben.



„Zielkampf“: A und B (mit Unterarmgriff) versuchen, sich gegenseitig über den Mattenrand zu ziehen.



„Rücken gegen Rücken“: A und B (in Sitzposition) versuchen, sich gegenseitig über den Mattenrand zu drängen.



„Hahnenkampf“: A und B (mit verschränkten Armen vor der Brust und auf einem Bein hüpfend) versuchen, sich gegenseitig aus dem Gleichgewicht zu bringen bzw. von der Matte zu drängen.

Spiele zum Konfliktverständnis

Konflikt – ja oder nein?

Benötigtes Material: Musik und Musikanlage, 3 Markierungskegel in den Farben Rot, Gelb, Grün

Organisation: Die Markierungskegel werden an verschiedenen Stellen in der Halle aufgestellt.

Beschreibung

Die Kinder bewegen sich frei im Raum. Bei Musikstopp kommen sie in einen Kreis und die Spielleitung beschreibt Situationen mit der Aufgabe für die SuS, sich zu überlegen, inwieweit es sich bei diesen um einen Konflikt handelt. Die Kinder positionieren sich dann entsprechend ihrer Einschätzung bei dem passenden Markierungskegel:

- Sind sie der Meinung, es bestehe ein Konflikt, laufen sie zum roten Kegel.
- Sind sie unschlüssig, laufen sie zum gelben Kegel.
- Glauben sie, es bestehe kein Konflikt, laufen sie zum grünen Kegel.

Nach Einschätzung und Begründung der gewählten Position bewegen sich die SuS wieder zur Musik weiter, bis die Spielleitung die nächste Situation in der Kreismitte beschreibt.

Beispiele für Situationen:

- Du hast eine neue Schultasche. Beim Einsteigen in den Bus schüttet dir jemand im Gedränge Saft darauf.
- Du hast deiner kleinen Schwester schon seit langer Zeit versprochen, mit ihr Eis essen zu gehen. Als ihr gerade losgehen wollt, ruft deine beste Freundin oder dein bester Freund an und fragt dich, ob du mit ihr oder ihm Radfahren willst.
- Mia aus deiner Klasse fragt dich, ob du sie deine Deutsch-Hausaufgabe abschreiben lässt.
- Susi beschimpft und boxt dich, weil sie neidisch auf deine neuen Turnschuhe ist.

 **Variation:** Die SuS können ihre Einschätzung auch entlang einer Skalierung (z. B. Hallenlinie) vornehmen: Ganz links besteht ein großer Konflikt, in der Mitte sind die SuS unschlüssig und rechts auf der Skala besteht ihrer Meinung nach kein Konflikt.

Ping – Pong – Hurra! – Karten-Set

1/17

Schritt 3: Lösung



Findet gemeinsam die beste Lösung, bei der beide gewinnen.

Charina Friedrich

Mehr Materialien für Ihren Unterricht mit RAAbits Online

Unterricht abwechslungsreicher, aktueller sowie nach Lehrplan gestalten – und dabei Zeit sparen.
Fertig ausgearbeitet für über 20 verschiedene Fächer, von der Grundschule bis zum Abitur: Mit RAAbits Online stehen redaktionell geprüfte, hochwertige Materialien zur Verfügung, die sofort einsetz- und editierbar sind.

- ✓ Zugriff auf bis zu **400 Unterrichtseinheiten** pro Fach
- ✓ Didaktisch-methodisch und **fachlich geprüfte Unterrichtseinheiten**
- ✓ Materialien als **PDF oder Word** herunterladen und individuell anpassen
- ✓ Interaktive und multimediale Lerneinheiten
- ✓ Fortlaufend **neues Material** zu aktuellen Themen



Testen Sie RAAbits Online
14 Tage lang kostenlos!

www.raabits.de

