

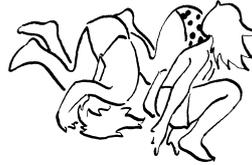
3.3 Rollen vorwärts am Boden

Die Kinder sollen anhand der Rolle vorwärts lernen, eine Bewegung kontrolliert auszuführen. Sie erkennen, wie dieser Bewegungsablauf beeinflusst und beurteilt werden kann. Erst ein bewusstes Führen der Bewegungen macht ein Gestalten möglich.

Weisst du beim Rollen noch, wo oben und unten ist?

Was passiert? Einander zu zweit den Purzelbaum resp. die Rolle vorwärts zeigen. Erfahrungen mit dieser Drehbewegung austauschen und vergleichen.

- Im Klassenverband die wesentlichen Aspekte sammeln und auf der Tafel/auf Klebezetteln an der Wand festhalten.
- Positive Erfahrungen herausstreichen und mit diesen weiterüben.



☉ Auf Rasen geeignet.

➔ Kinder, welche Mühe oder Angst haben, in eine Gruppe einbeziehen und ihnen Lernhilfen (aus Bauchlage von Reckstange, vom Sitzball oder aus Kniestand von Langbank...) anbieten.

Rolle vorwärts – das ist wichtig: Die Lehrperson oder ein Kind zeigt die Rolle vw. vor. Dieses «Idealbild» erproben und anschliessend in der Gruppe bezüglich seiner wesentlichen Merkmale beschreiben lassen.

Bewegungsmerkmale der Rolle vorwärts:

- Hände parallel aufsetzen und anschauen.
- Über Nacken-Rücken – nicht über den Kopf – rund abrollen. Lernhilfe: Bündel zwischen Kinn und Hals klemmen. Gestreckte Knie anschauen.
- Enges «Päckli» während des Rollens beibehalten. Lernhilfe: Softball (evtl. Bündel) zwischen Bauch und Oberschenkel, zusätzlich auch im Kniegelenk, einklemmen.
- Knie umfassen, klein bleiben. Lernhilfe: je einen Bündel zwischen den Knien einklemmen.
- Beim Aufstehen ohne Hilfe der Hände die Wand bzw. die nächste Matte anschauen.



➔ Orientierungserfahrungen: Vgl. Bro 3/3, S. 19

☹ Die Kinder schreiben die wichtigsten Punkte – z.B. in ihrem Deutschheft – auf (evtl. auch zeichnen).

Hinweise zum Lehr-Lernprozess:

In Zweiergruppen werden die folgenden Aufgabenstellungen einzeln erprobt bzw. wird spezielle Aufmerksamkeit während des Rollens auf einen einzelnen Aspekt gelegt. Die jeweiligen Ausführungsergebnisse werden durch Eigen- oder Fremdkontrolle (Lernpartner) überprüft, z.B. durch kurze Rückmeldungen: mit «ja» (= erfüllt) oder «nein» (= noch nicht erfüllt).

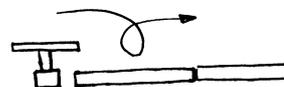
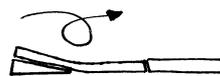
Lernhilfen für die einzelnen Phasen:

- Stützen und Rolleinleitung: Über eine schiefe Ebene rollen. Aus dem Kniestand von einer Langbank oder von einem Kasten herunter abwärtsrollen. Aus der Bauchlage auf einem Therapieball, auf einer Reckstange oder auf einem Barrenholm abrollen.
- Rund fertigrollen ohne Abstützen der Hände: Am Schluss der Rolle die Hände eines anderen Kindes fassen, welches vor der Matte steht.
- Beinhaltung: Rolle durch einen vom Partner gehaltenen Reifen (ca. 20 cm über dem Boden); nahe beim Reifen stützen.
- Kontrolle: Rolle synchron zu zweit ausführen.



➔ Fragen zum Lehr-Lern-Prozess:

- Was erkenne ich selbst?
- Was beobachtet der Partner?
- Welche Lern-Erfahrungen mache ich?
- Welche Voraussetzungen fehlen mir für eine optimale Lösung der Aufgabe?



➔ Schiefe Ebene bauen: Ein Sprungbrett oder eine Matte wird ca. bis zur Hälfte unter eine andere gelegt.

☉ Eine Rolle vorwärts mit den oben erwähnten Merkmalen vorzeigen.