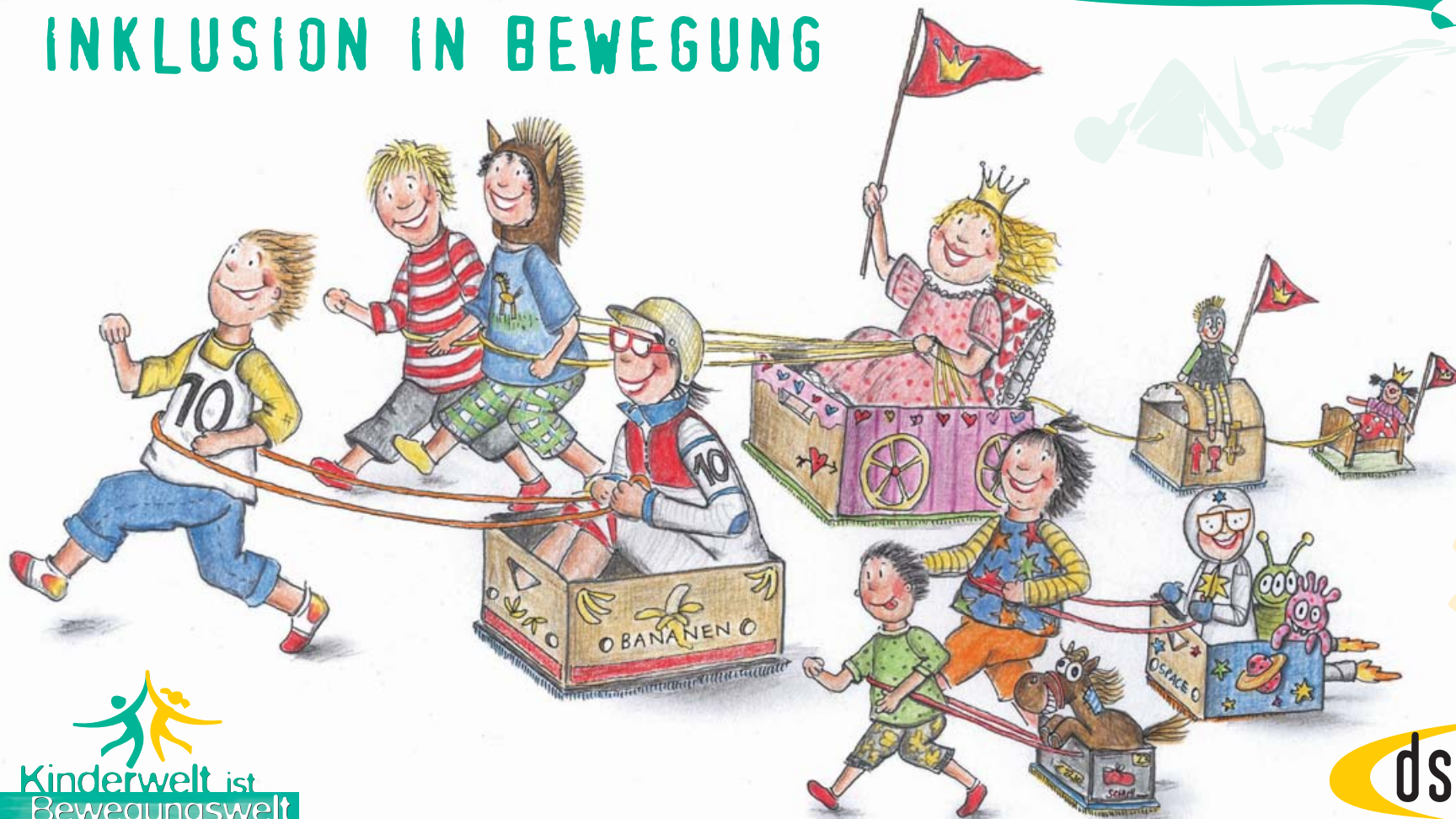


BEWEGUNGS- KALENDER 2013

INKLUSION IN BEWEGUNG




Kinderwelt ist
Bewegungswelt


dsj Deutsche
Sportjugend

im Deutschen Olympischen Sportbund e.V.

www.kinderwelt-bewegungswelt.de

Liebe Bewegungs-, Spiel- und Sportbegeisterte,
liebe Leserinnen und Leser, liebe Kinder!

BEWEGUNG, SPIEL UND SPORT FÜR ALLE ZUGÄNGLICH MACHEN!



Das ist das Ziel des Bewegungskalenders 2013. Daher stellen wir Ihnen und Euch in diesem Jahr eine Reihe an Bewegungsspielen und -übungen vor, die mit geringen finanziellen Mitteln umzusetzen sind. Wir möchten Sie und Euch anregen, die eigene Kreativität spielen zu lassen und Materialien gemeinsam mit den Kindern herzustellen oder zu sammeln. Dies erfüllt nicht nur den Zweck der Beschaffung, sondern fördert auch die Identifizierung der Kinder mit dem Material. Dementsprechend werden sie motiviert sein, das Material zu verwenden und es sorgsam behandeln.

Darüber hinaus möchten wir Ihnen und Euch in diesem Jahr Hinweise geben, wie Kinder mit Behinderungen in die Spiele eingebunden werden können, wie geeignete Übungen ausgewählt und wie diese Kinder sinnvoll innerhalb der Gesamtgruppe gefördert werden können.

Wir bedanken uns für die vielen Zuschriften und Berichte, die nach der Veröffentlichung der ersten beiden Kalender bei uns eingegangen sind. Wir hoffen, dass der Bewegungskalender Ihren Kita-, Schul- und Vereinsalltag auch in diesem Jahr bereichern wird und wünschen Ihnen und Euch viel Spaß bei der Umsetzung!

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Tobias Dollase'.

Tobias Dollase
Vorstandsmitglied
der Deutschen Sportjugend





FERIEN UND FEIERTAGE



Schulferien 2013 in den Ländern der Bundesrepublik Deutschland							
Bundesland	Weihnachten/Neujahr 2012/2013	Winter 2013	Ostern/Frühjahr 2013	Himmelf./Pfingsten 2013	Sommer 2013	Herbst 2013	Weihnachten/Neujahr 2013/2014
Baden-Württemberg	24.12. - 05.01.	-	25.03. - 05.04.	21.05. - 01.06.	25.07. - 07.09.	28.10. - 30.10.	23.12. - 04.01.
Bayern	24.12. - 05.01.	11.02. - 15.02.	25.03. - 06.04.	21.05. - 31.05.	31.07. - 11.09.	28.10. - 31.10.	23.12. - 04.01.
Berlin	24.12. - 04.01.	04.02. - 09.02.	25.03. - 06.04.	10.05. / 21.05.	19./20.06. - 02.08.	30.09. - 12.10.	23.12. - 03.01.
Brandenburg	24.12. - 04.01.	04.02. - 09.02.	27.03. - 06.04.	10.05.	20.06. - 02.08.	30.09. - 12.10./01.11.	23.12. - 03.01.
Bremen	24.12. - 05.01.	31.01. - 01.02.	16.03. - 02.04.	21.05.	27.06. - 07.08.	04.10. - 18.10.	23.12. - 03.01.
Hamburg	21.12. - 04.01.	01.02.	04.03. - 15.04.	02.05. - 10.05.	20.06. - 31.07.	30.09. - 11.10.	19.12. - 03.01.
Hessen	24.12. - 12.01.	-	25.03. - 06.04.	-	08.07. - 16.08.	14.10. - 26.10.	23.12. - 11.01.
Mecklenburg-Vorpommern	21.12. - 04.01.	04.02. - 15.02.	25.03. - 03.04.	17.05. - 21.05.	22.06. - 03.08.	14.10. - 19.10.	23.12. - 03.01.
Niedersachsen	24.12. - 05.01.	31.01. - 01.02.	16.03. - 02.04.	10.05. / 21.05.	27.06. - 07.08.	04.10. - 18.10.	23.12. - 03.01.
Nordrhein-Westfalen	21.12. - 04.01.	-	25.03. - 06.04.	21.05.	22.07. - 03.09.	21.10. - 02.11.	23.12. - 07.01.
Rheinland-Pfalz	20.12. - 04.01.	-	20.03. - 05.04.	10.05. / 31.05.	08.07. - 16.08.	04.10. - 18.10.	23.12. - 07.01.
Saarland	24.12. - 05.01.	11.02. - 16.02.	25.03. - 06.04.	-	08.07. - 17.08.	21.10. - 02.11.	20.12. - 04.01.
Sachsen	22.12. - 02.01.	04.02. - 15.02.	29.03. - 06.04.	10.05. /18.05.-22.05.	15.07. - 23.08.	21.10. - 01.11.	21.12. - 03.01.
Sachsen-Anhalt	19.12. - 04.01.	01.02. - 08.02.	25.03. - 30.03.	10.05. - 18.05.	15.07. - 28.08.	21.10. - 25.10.	21.12. - 03.01.
Schleswig-Holstein	24.12. - 05.01.	-	25.03. - 09.04.	10.05.	24.06. - 03.08.	04.10. - 18.10.	23.12. - 06.01.
Thüringen	24.12. - 05.01.	18.02. - 23.02.	25.03. - 06.04.	10.05.	15.07. - 23.08.	21.10. - 02.11.	23.12. - 04.01.

Angegeben ist jeweils der erste und letzte Ferientag; **nachträgliche Änderungen einzelner Länder sind vorbehalten.** Auf den Inseln Sylt, Föhr, Amrum und Helgoland sowie auf den Halligen gelten für die Sommer- und Herbstferien Sonderregelungen. Die Angaben beruhen auf den Informationen der Kultusministerkonferenz. **Alle Angaben ohne Gewähr!**

Gesetzliche Feiertage 2013 in Deutschland

Neujahr	01.01.2013	alle Bundesländer	BW = Baden-Württemberg
Heilige Drei Könige	06.01.2013	BW, BY, ST	BY = Bayern
Karfreitag	29.03.2013	alle Bundesländer	BE = Berlin
Ostermontag	01.04.2013	alle Bundesländer	BB = Brandenburg
Tag der Arbeit	01.05.2013	alle Bundesländer	HB = Bremen
Christi Himmelfahrt	09.05.2013	alle Bundesländer	HH = Hamburg
Pfingstmontag	20.05.2013	alle Bundesländer	HE = Hessen
Fronleichnam	30.05.2013	BW, BY, HE, NW, RP, SL	MV = Mecklenburg-Vorpommern
Maria Himmelfahrt	15.08.2013	BY, SL	NI = Niedersachsen
Tag der Deutschen Einheit	03.10.2013	alle Bundesländer	NW = Nordrhein-Westfalen
Reformationstag	31.10.2013	BB, MV, SN, ST, TH	RP = Rheinland-Pfalz
Allerheiligen	01.11.2013	BW, BY, NW, RP, SL	SL = Saarland
Buß- und Betttag	20.11.2013	SN	SN = Sachsen
1. Weihnachtstag	25.12.2013	alle Bundesländer	ST = Sachsen-Anhalt
2. Weihnachtstag	26.12.2013	alle Bundesländer	SH = Schleswig-Holstein
			TH = Thüringen

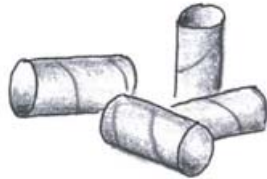
Feiertage anderer Konfessionen

07.01.	Weihnachten (orth.)	16.07.	Tischa beAv (jüd.)
23./24.01.	Mevlid (islam.)	08.-10.08.	Fastenbrechenfest / Zuckerfest (islam.)
24.02.	Purim (jüd.)	05./06.09.	Rosch HaSchana (jüd.)
26.03.-02.04.	Pessach (jüd.)	14.09.	Jom Kippur (jüd.)
28.04.	Lag baOmer (jüd.)	19.-25.09.	Sukkot (jüd.)
03.05.	Karfreitag (orth.)	26.09.	Schemini Azeret (jüd.)
05.05.	Ostersonntag (orth.)	27.09.	Simchat Torah (jüd.)
15./16.05.	Schawuot (jüd.)	15.-18.10.	Opferfest (islam.)
13.06.	Christi Himmelfahrt (orth.)	04.11.	Islamisches Neujahr (islam.)
24.06.	Pfingstmontag (orth.)	13.11.	Ashura (islam.)
09.07.	Ramadan – Anfang des Fastenmonats (islam.)	27.11.-05.12.	Chanukka (jüd.)

orth. = griechisch / orientisch orthodoxe Feiertage · jüd. = jüdische Feiertage · islam. = islamische Feiertage



PAPPROLLEN



Kopfrolle

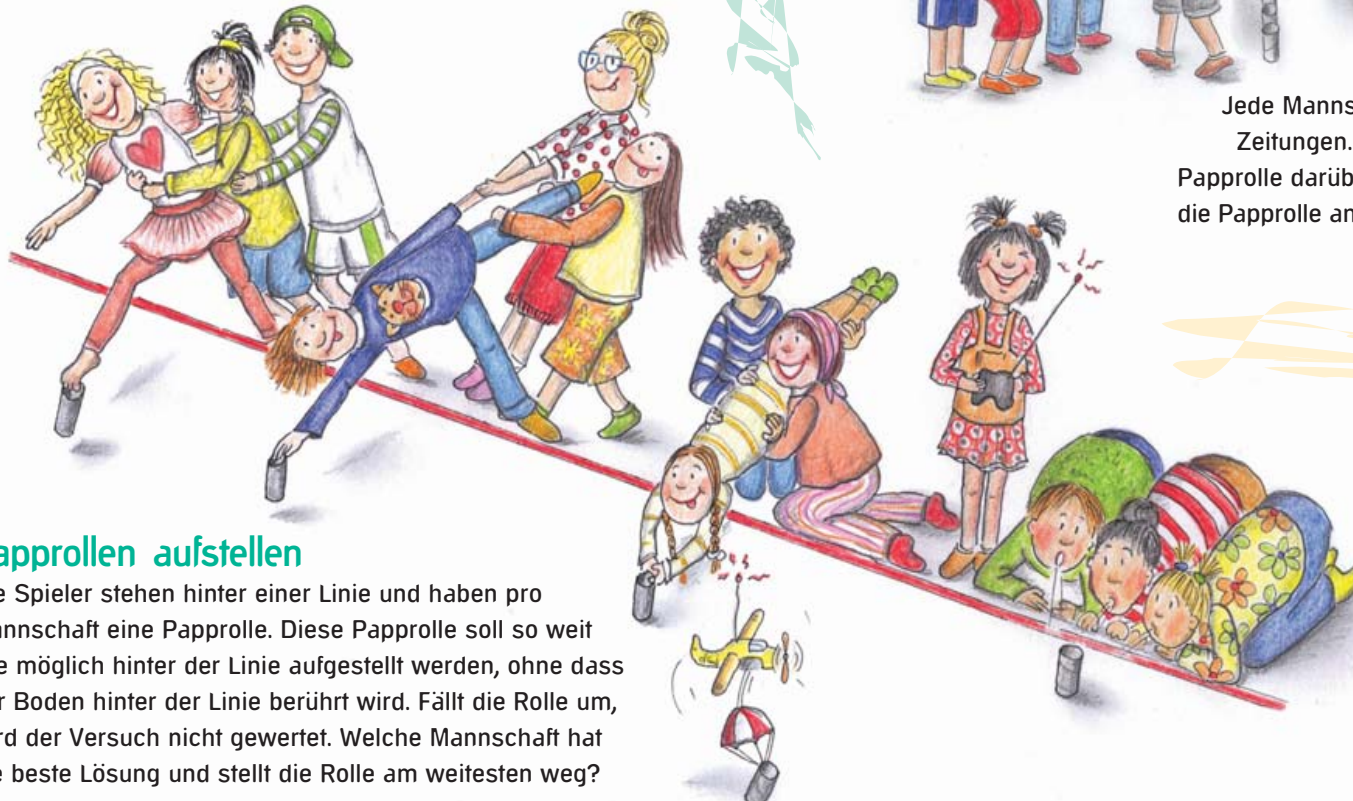
Könnt ihr durch einen Parcours gehen, während ihr eine Papprolle auf dem Kopf balanciert?

Tipp: Der Schwierigkeitsgrad kann variiert werden, indem man eine volle oder leere Toilettenpapierrolle verwendet.



Paprollen-Staffel

Jede Mannschaft erhält eine Papprolle und zwei fest zusammengerollte Zeitungen. Der erste Spieler hält die Zeitung in der Hand und setzt die Papprolle darüber. Er läuft durch einen Parcours und übergibt anschließend die Papprolle an den nächsten Läufer – ohne dass einer der beiden die Rolle mit den Händen berührt. Welche Mannschaft ist schneller?



Paprollen aufstellen

Die Spieler stehen hinter einer Linie und haben pro Mannschaft eine Papprolle. Diese Papprolle soll so weit wie möglich hinter der Linie aufgestellt werden, ohne dass der Boden hinter der Linie berührt wird. Fällt die Rolle um, wird der Versuch nicht gewertet. Welche Mannschaft hat die beste Lösung und stellt die Rolle am weitesten weg?

TIPP

Material attraktiver gestalten

Die Paprollen können von den Kindern angemalt werden. Wenn Sie dafür Fingerfarben verwenden, können alle Kinder mitmachen. Darüber hinaus ist das Malen mit Fingerfarben besonders für Kinder mit einer geistigen Behinderung eine interessante Sinneserfahrung.

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

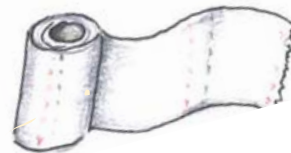
SONNTAG

NOTIZEN



	1 Neujahr	2	3	4	5	6 Heilige Drei Könige*
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

* nicht in allen Bundesländern



JANUAR 2013



VERPACKUNGEN



Transport-Staffel

Jede Mannschaft hat eine Konservendose und eine bestimmte Anzahl an Kastanien (oder Korken). Der erste Spieler geht auf alle Viere, seine Mitspieler stellen die Dose auf seinen Rücken und füllen sie mit Kastanien. Auf ein Startkommando hin laufen die ersten Spieler los und transportieren die Kastanien bis ans Ende der Strecke. Wenn die Dose herunterfällt, müssen die Kastanien erst wieder eingesammelt und auf den Rücken gestellt werden,



bevor es weitergehen kann. Am Streckenende leeren die Spieler die Dose aus und laufen schnell zurück. Die Dose wird dann an den nächsten Spieler übergeben. Welche Mannschaft hat zuerst alle Kastanien/Korke auf die andere Seite transportiert?



Wurfbecher

Nehmt euch zwei leere Joghurtbecher und einen Korken oder eine Kastanie. Stellt euch gegenüber auf und werft von Becher zu Becher.

TIPP

Aufgaben sinnvoll verteilen

In vielen Spielen gibt es Aufgaben unterschiedlicher Intensität zu erfüllen. Die Kunst der Inklusion ist es, diese Aufgaben sinnvoll zu verteilen. Als Gruppenleiter/-in müssen Sie sich fragen: Wo liegen die Stärken und Schwächen der einzelnen Kinder? Wer kann wen unterstützen? Schaffen die Kinder es, die Aufgaben selbst zu verteilen oder sollte ich ihnen dabei helfen?

MONTAG DIENSTAG MITTWOCH DONNERSTAG FREITAG SAMSTAG SONNTAG NOTIZEN

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11 Rosenmontag	12 Fastnacht	13 Aschermittwoch	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			



FEBRUAR 2013



KISTEN UND KARTONS



Kisten-Parcours

Welche Hindernisse für einen Parcours fallen euch ein? Wie könnt ihr diese überwinden?

Welche Hindernisse für einen Parcours fallen euch ein? Wie könnt ihr diese überwinden?



Kisten-Pferdekutsche

Für diese Pferdekutsche braucht ihr:

- Stabile Kiste (z.B. Bananenkiste)
- Teppichfliesen
- Seile

Legt die Teppichfliesen mit der flauschigen Seite nach unten, so wird die Kutsche schneller. Das Seil sollte nicht zu dünn sein, damit ihr euch nicht weh tut.



Kisten packen

Nehmt euch einen Schuhkarton und viele kleine Gegenstände, die ihr hinein packen möchtet. Der Schuhkarton wird nun im Kreis herumgereicht, und zwar mit den Füßen. Der erste Spieler hebt mit den Füßen den Deckel ab, der zweite packt mit den Füßen einen Gegenstand hinein, die nächsten Spieler fügen immer mehr hinzu. Der letzte Spieler oder die letzte Spielerin im Kreis schließt den Deckel.

Motivation durch Geschwindigkeit

Kinder erleben gerne das Gefühl der Geschwindigkeit. Sie bekommen geradezu einen Kick, der sie zum Rennen, Rutschen und Rad fahren motiviert. Für Kinder mit Behinderung sind solche Sinneserfahrungen besonders wichtig.

TIPP

MONTAG DIENSTAG MITTWOCH DONNERSTAG FREITAG SAMSTAG SONNTAG NOTIZEN

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29 Karfreitag	30	31 Ostersonntag



PAPPDECKEL



Kettenreaktion

Baut gemeinsam eine Bahn für eine riesige Kettenreaktion auf! Stellt dazu immer zwei Pappdeckel gegeneinander wie auf dem Bild. Wenn ihr den ersten Deckel anstoßt, kippt dieser alle anderen mit um. Ihr könnt zwischendrin immer wieder „Schranken“ aufbauen, damit während dem Bauen nicht zu viel umfällt.

Farben-Wettkampf

Ihr habt einen ganzen Stapel Pappdeckel. Eine Seite der Deckel ist blau, die andere rot. Ihr verteilt die Deckel so im Raum, dass die eine Hälfte mit der roten, die andere Hälfte mit der blauen Seite nach oben zeigt. Nun tritt die blaue gegen die rote Gruppe an. Nach dem Startsignal soll jede Gruppe versuchen, alle Deckel so umzudrehen, dass ihre Farbe nach oben zeigt. Stopp ist entweder nach einer vereinbarten Zeit (z.B. zwei Minuten) oder wenn nur noch eine Farbe zu sehen ist.

Froschhüpfer

Für Bewegungskünstler:
Wer schafft es, beim Springen die Pappdeckel aufzuheben?
Dreht das Seil dafür nicht zu schnell. Der Froschhüpfer ersetzt den üblichen Zwischensprung.



Bezug zum Material herstellen

Bunte Pappdeckel müssen nicht unbedingt teuer eingekauft werden. Es können auch Getränke-Deckel genommen und beklebt werden. Dadurch erhalten die Kinder einen Bezug zu den Spiel- und Bewegungsmaterialien. Beim Herstellen können alle Kinder helfen – hierbei kommt es manchmal lediglich auf die Aufgabenverteilung an, um alle miteinzubeziehen.

TIPP

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

NOTIZEN

1 Ostermontag	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



APRIL 2013

www.kinderwelt-bewegungswelt.de

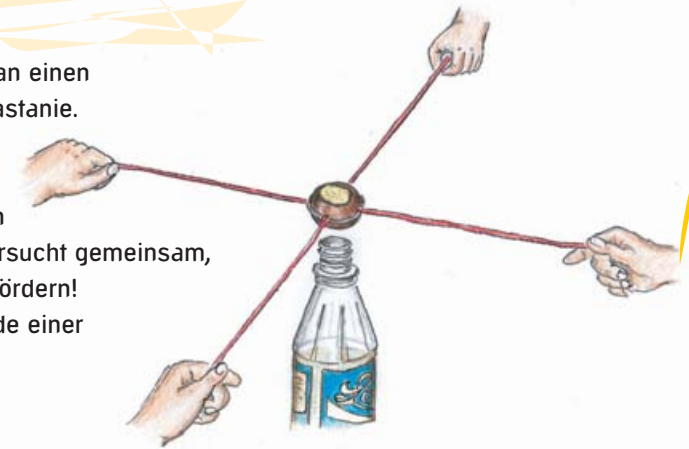


WOLLE



Die schwebende Kastanie

Bindet vier etwa einen Meter lange Fäden an einen Schlüsselring. Auf den Ring legt ihr eine Kastanie. Beides legt ihr zusammen auf einen Flaschenhals. Eine weitere Flasche wird drei Meter entfernt aufgestellt. Nun nehmen vier Spieler je einen Faden in die Hand. Versucht gemeinsam, die Kastanie auf die andere Flasche zu befördern!
Für Profis: Stellt die zweite Flasche am Ende einer Treppe auf.



Parcours im Dunkeln

Baut einen Parcours und bindet zur Orientierung einen Faden an diesem entlang. Findet ihr mit verbundenen Augen den Weg hindurch?



Hinweis: Der Parcours sollte zuerst von Ihnen ausgetestet werden, damit Sie eventuelle Gefahrenquellen oder beängstigende Situationen besser einschätzen und gegebenenfalls abschwächen können.

Korkenschleuder

Baut euch eine Schleuder, indem ihr an jedes Ende einer Schnur einen Korken knotet. Spannt nun eine Schnur zwischen zwei Bäumen auf. Schafft ihr es, die Schleuder so zu werfen, dass sie an der Schnur hängen bleibt?



TIPP

Wahrnehmungsförderung

Das Ausschalten eines Sinnes schärft die anderen Sinne. Wenn Kinder mit Sinnesbeeinträchtigungen Teil einer Gruppe sind, ist es umso sinnvoller, diese Beeinträchtigung den anderen Kindern zu verdeutlichen. So können sie sich besser in die anderen hineinversetzen und gleichzeitig ihre Wahrnehmung trainieren.

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

NOTIZEN

		1 Tag der Arbeit	2	3	4	5
6	7	8	9 Christi Himmelfahrt Vatertag	10	11	12 Muttertag
13	14	15	16	17	18	19 Pfingstsonntag
20 Pfingstmontag	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30 Fronleichnam*	31	* nicht in allen Bundesländern	



MAI 2013



PLASTIKFLASCHEN



Einfaches Wikingerschach

Kennt ihr das Spiel „Wikingerschach“ oder „Kubb“? Ihr könnt es ganz leicht selbst herstellen.

Ihr braucht:

- Eine mit Sand oder Wasser gefüllte PET-Flasche 1 l – das ist der König
 - 10 mit Sand oder Wasser gefüllte PET-Flaschen 0,5 l – das sind die Kubbs, oder „Knechte“
 - 6 fest zusammengerollte Zeitschriften – das sind die Wurfhölzer
 - 4 kleine Stöckchen als Feldbegrenzungen
- Die Flaschen könnt ihr auch anmalen!

Es spielen zwei Teams gegeneinander. Ziel ist es, zuerst die Kubbs des Gegners auszuschalten und abschließend den König im Mittelfeld zu schlagen.

Vorbereitung

Baut ein Spielfeld auf, wie ihr es auf dem Bild seht: Je fünf Knechte (kleine Flaschen) an die Enden und in die Mitte den König (große Flasche). Die beginnende Mannschaft erhält sechs Wurfrollen, die auf die Mitspieler verteilt werden.

Spielverlauf

Team A wirft die sechs Wurfrollen auf die gegnerischen Kubbs auf der Grundlinie. Es darf nur von der eigenen Grundlinie aus geworfen werden. Die Wurfrollen müssen mit einer Hand gehalten und mit dem Handrücken nach vorne geworfen werden. Die Rollen und Kubbs bleiben liegen, bis alle Teammitglieder mit ihren Würfeln fertig sind. Wenn alle Wurfrollen verbraucht sind, ist Team B am Zug.

Spielende

Schafft es ein Team, alle Kubbs umzustößeln, darf es auf den König zielen. Wer zuerst alle gegnerischen Kubbs und anschließend den König umgestoßen hat, hat gewonnen. Aber Vorsicht: Wird der König zu früh umgestoßen, ist das Spiel verloren.



TIPP

Applaus mal anders

Ihr freut euch mit dem Gewinner-Team und möchtet applaudieren? Dann versucht doch mal, so zu applaudieren, dass auch Gehörlose dies gut sehen können. Gehörlose klatschen nicht die Hände zusammen, sondern winken mit beiden Händen über dem Kopf. Das macht genauso viel Spaß und ist für alle gut zu sehen!

MONTAG DIENSTAG MITTWOCH DONNERSTAG FREITAG SAMSTAG SONNTAG NOTIZEN

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

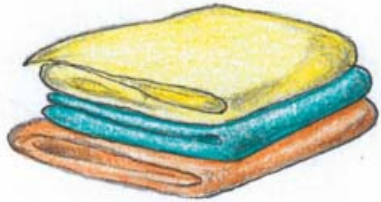


JUNI 2013

www.kinderwelt-bewegungswelt.de



BETTLAKEN



Blitzwerfen

Hängt ein altes Bettlaken über eine Leine. Eine/r stellt sich auf die andere Seite und wirft einen Ball hoch über das Laken. Schafft ihr es, den Ball auf der anderen Seite aufzufangen? (Für Jüngere: Schafft ihr es, den Ball zu berühren, bevor er auf dem Boden aufkommt?)



Torwand

Bastelt euch eure eigene Torwand, indem ihr Löcher in ein altes Bettlaken schneidet und dieses z.B. zwischen zwei Bäumen festbindet. In die Löcher könnt ihr schießen oder werfen. Bei der kreativen Gestaltung der Torwand sind euch keine Grenzen gesetzt!



Laken umdrehen

Die ganze Gruppe stellt sich auf ein altes Bettlaken. Schafft ihr es, das Laken umzudrehen, ohne dass einer von euch das Laken verlässt?



TIPP

Hemmungen abbauen

Spiele, in denen ein enger Körperkontakt vonnöten ist, stellen häufig eine Überwindung für manche Mitspieler dar. Sie sollten erst nach einer ausführlichen Kennenlernphase durchgeführt werden, können dann aber entscheidend zum Abbau von Berührungssängsten beitragen.

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

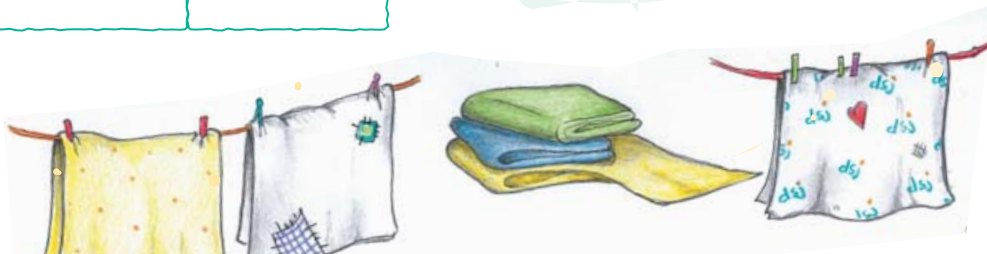
FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

NOTIZEN

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



JULI 2013



im Deutschen Olympischen Sportbund e.V.

KORKEN



Küken-Fütterung

Ein „Küken“ sitzt in der Mitte des Raumes in einer umgedrehten Bananenkiste (Vogelnest) voller Korken (Vogelfutter). Das Küken ist so hungrig, dass es aufgeregt mit den Flügeln schlägt. Dadurch wird das ganze Futter aus dem Nest geschleudert. Die erwachsenen Vögel (alle anderen Gruppenmitglieder) müssen nun das Futter so schnell wie möglich zum Nest zurückbringen. Dabei können sie immer nur einen Futterkrümel tragen.



Fangbecher

Ihr könnt euch ganz leicht einen Fangbecher basteln, indem ihr in den Boden eines leeren Joghurtbechers ein kleines Loch bohrt. Daran befestigt ihr einen Faden und am anderen Ende des Fadens einen Korken. Könnt ihr den Korken hochschwingen und mit dem Becher auffangen?



Stempellauf

Jedes Kind bekommt einen Korken. Es wird ein Start/Ziel ausgemacht. Dort steht ein Tisch mit einem Stempelkissen und einem Plakat mit den Namen aller Kinder. Die Kinder laufen eine Runde und stempeln, wenn sie am Ziel vorbeikommen, mit dem Korken hinter ihrem Namen ab. Wer hat nach drei Minuten die meisten Stempel-Zeichen?

Hinweis: In die Stempel können Formen geschnitzt werden. Wenn jedes Kind ein anderes Stempelmotiv hat, müssen keine Namen auf das Plakat geschrieben werden.

Variationen

Viele Spiele können in ihren Regeln für jüngere oder beeinträchtigte Kinder vereinfacht werden. Der Fangbecher kann beispielsweise mit einer etwas längeren Schnur versehen werden, oder man lässt sie ganz weg. Dadurch wird er für zwei Spieler verwendbar und das Spiel wird einfacher – eine/r wirft den Korken, eine/r fängt ihn.

TIPP

MONTAG DIENSTAG MITTWOCH DONNERSTAG FREITAG SAMSTAG SONNTAG NOTIZEN

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15 Mariä Himmelfahrt*	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

* nicht in allen Bundesländern



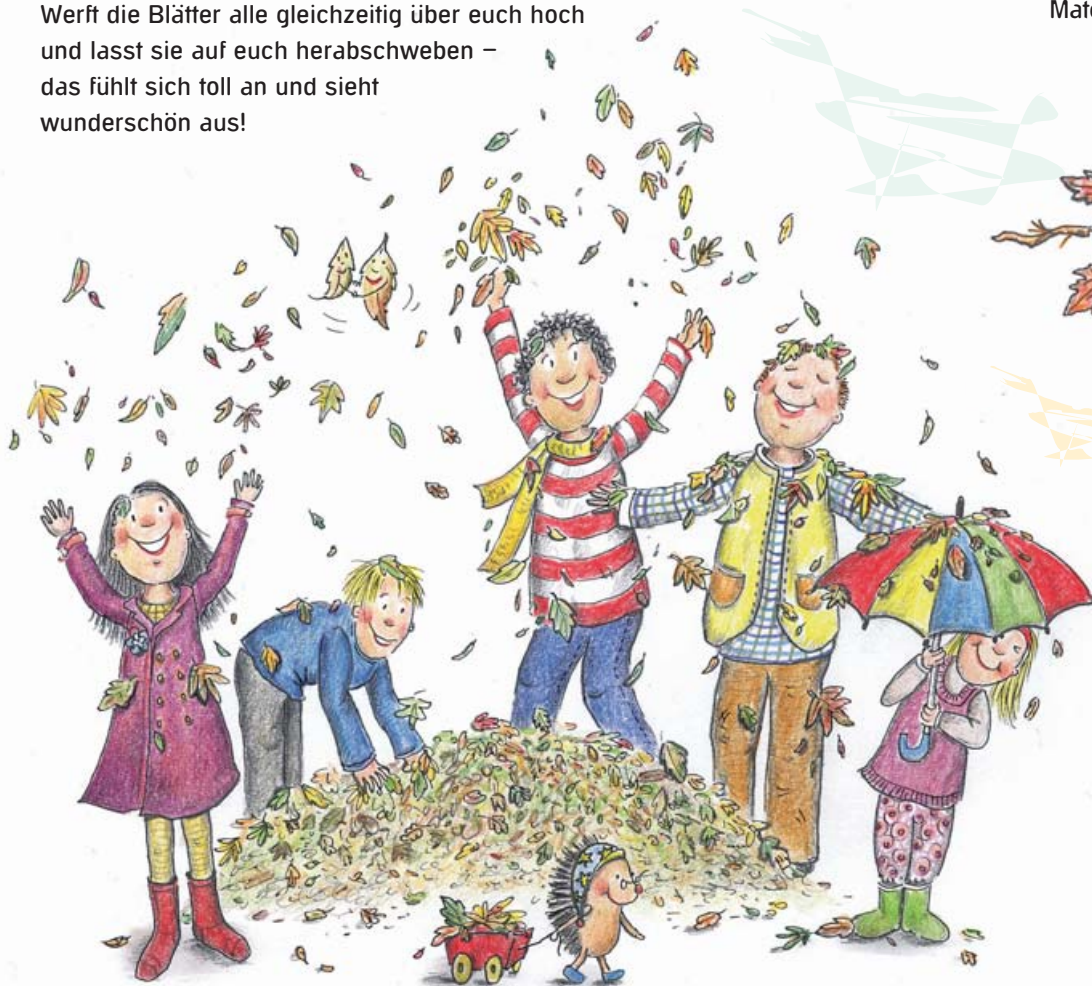
AUGUST 2013



LAUB, ÄSTE UND STEINE

Blätterregen

Sammelt so viele Blätter wie möglich auf einem riesigen Haufen. Werft die Blätter alle gleichzeitig über euch hoch und lasst sie auf euch herabschweben – das fühlt sich toll an und sieht wunderschön aus!



Naturmandala

Sammelt Naturmaterialien im Freien. Im Sitzkreis sollt ihr nun – einer nach dem anderen – eure Materialien hinlegen, sodass ein Mandala entsteht. Dabei sollte nicht gesprochen werden.



Turmbau

Baut gemeinsam einen Turm aus Ästen, die ihr im Wald aufgesammelt habt. Wie hoch wird euer Turm? Achtet darauf, dass ihr keine Äste von Bäumen oder Stäuchern abbrecht, sondern nur solche nehmt, die bereits auf dem Boden liegen.

TIPP

Kein „richtig“ und kein „falsch“

Spiele wie das Naturmandala sind perfekt geeignet, um Menschen mit Behinderung einzubeziehen. Hier gibt es kein richtig und kein falsch. Die Gruppe erstellt gemeinsam ein Produkt, an dem alle gleichmäßig und gleichberechtigt Anteil haben.

MONTAG DIENSTAG MITTWOCH DONNERSTAG FREITAG SAMSTAG SONNTAG NOTIZEN

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						





KASTANIEN

Packesel

Legt eurem/eurer Partner/-in so viele Kastanien wie möglich auf den Rücken, ohne dass sie herunterkullern. Wie viele schafft ihr? Wie fühlt sich das an? Je nach gewünschten Schwierigkeitsgrad kann sich der Packesel auf den Bauch legen oder auf alle Viere stellen.

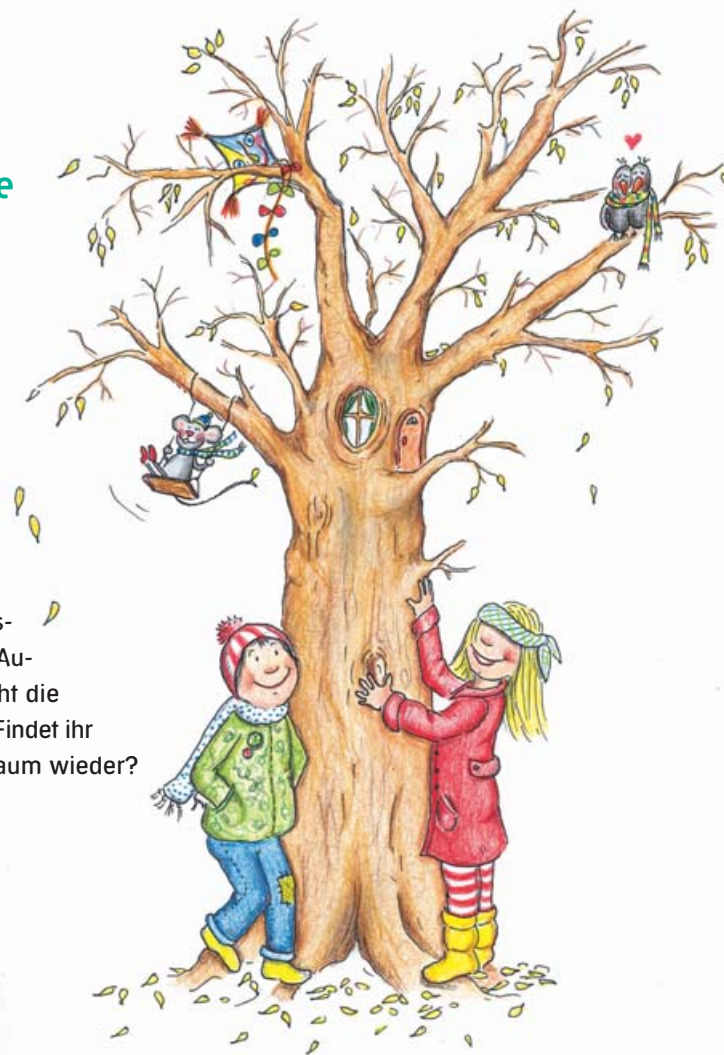
Schatzsuche

Im Raum werden einfache Verstecke aufgebaut. Die Kinder werden in Kleingruppen mit verbundenen Augen in den Raum geschickt und sollen auf allen Vieren die Schätze (Kastanien) suchen.



Baumsuche

Tut euch zu zweit zusammen. Einer von euch wird mit verbundenen Augen von seinem Partner zu einem Baum im Umfeld geführt. Diesen sollt ihr befühlen und euch so gut wie möglich seine Eigenschaften einprägen. Dann geht ihr wieder zurück an euren Ausgangspunkt. Nehmt die Augenbinde ab und geht die umliegenden Bäume ab. Findet ihr euren Baum wieder?



Sinneserfahrungen im Herbst

Umfangreiche Sinneserfahrungen sind für alle Kinder von Bedeutung für ihre Entwicklung. Im Herbst können viele solcher Erfahrungen im Freien gemacht werden: der sausende Wind in den Ohren, der Regen, der auf die Haut tropft, und vieles mehr.

TIPP

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

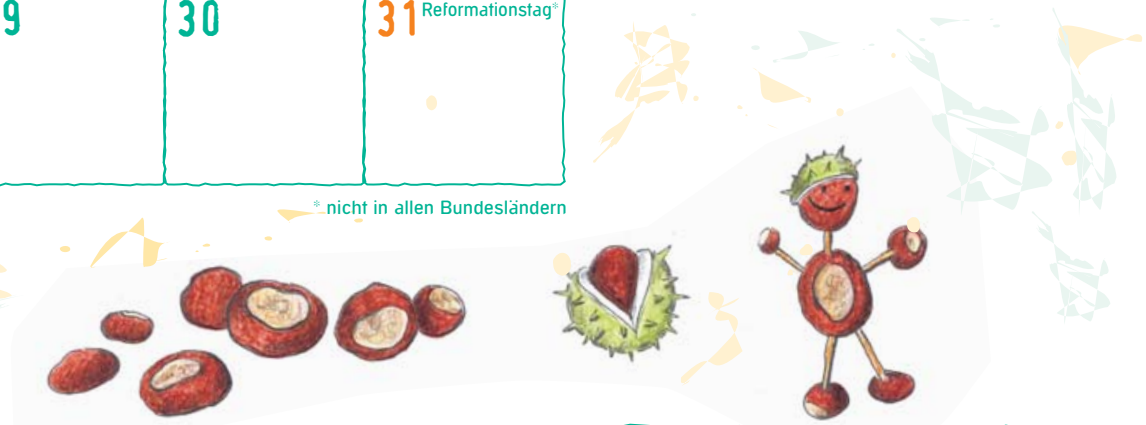
SAMSTAG

SONNTAG

NOTIZEN

	1	2	3 Tag der Deutschen Einheit	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31 Reformationstag*			

* nicht in allen Bundesländern



OKTOBER 2013



TEPPICHFLIESEN



Haifischbecken

Die Teppichfliesen werden in einem Kreis ausgelegt – dies ist der Beckenrand des Haifischbeckens. Es wird eine Sortierungs-Aufgabe gestellt. Die Kinder müssen sich nun sortieren, ohne ins Haifischbecken zu fallen.

Für Profis: Schafft ihr das, ohne zu sprechen?



Flussüberquerung

Schafft ihr es mit Hilfe der Treibhölzer (Teppichfliesen) über den reißenden Fluss? Doch Vorsicht, sobald ein Holzstück nicht betreten ist, wird es weggeschwemmt. Lasst die Stücke also niemals los!

TIPP

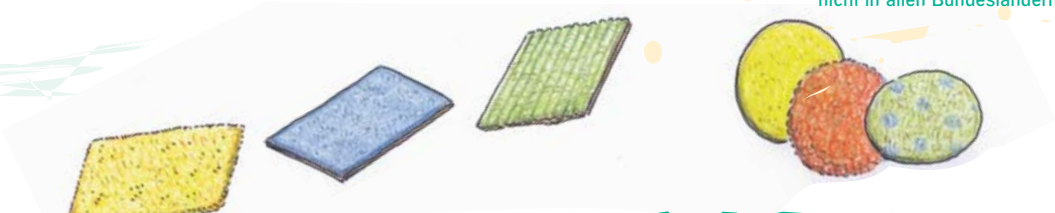
Warum überhaupt Materialien?

Materialien sind Motivations-Instrumente. Sie fordern Kinder auf, sie zu erkunden und somit, sich zu bewegen. Kinder mit und ohne Beeinträchtigungen können die verschiedenen Materialien befühlen, ihre ganz speziellen Eigenschaften erproben und somit ihre Sinne trainieren. Wenn wir uns das Beispiel „Ball“ ansehen, können Kinder die Flugeigenschaften des Balles erkunden, die Oberfläche erfühlen und sich eigene Übungen und Spiele ausdenken.

MONTAG DIENSTAG MITTWOCH DONNERSTAG FREITAG SAMSTAG SONNTAG NOTIZEN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
				1 Allerheiligen*	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11 Martinstag	12	13	14	15	16	17 Volkstrauertag
18	19	20 Buß- und Bettag*	21	22	23	24 Totensonntag
25	26	27	28	29	30	

* nicht in allen Bundesländern



NOVEMBER 2013



ZEITUNGSPAPIER



Zeitungstraße

Baut eine Straße durch das ganze Gebäude – ihr dürft nur auf dieser Straße laufen. Lauft auf verschiedene Arten: auf allen Vieren, rückwärts... Was fällt euch noch ein?



Zeitungsstaffel

Haltet eine Zeitung zu zweit fest. Darauf legt ihr eine Kastanie. Bringt die Kastanie, ohne sie anzufassen, auf die andere Seite des Raumes und lasst sie hinter der Linie liegen. Lauft schnell zurück und übergebt die Zeitung dem nächsten Paar aus eurer Gruppe.



Korken-Flip

Haltet gemeinsam eine Zeitung fest und legt einen Korken darauf. Schafft ihr es so, den Korken in den Eimer zu werfen?

TIPP

Kontakte fördern

Partnerübungen sind wichtig, um den intensiveren Kontakt zwischen einzelnen Kindern zu fördern. Daher sollten die Gruppen häufiger zufällig zugeordnet und seltener von den Kindern bestimmt werden. Zur Partnerfindung eignen sich zum Beispiel Memory-Spiele.

MONTAG DIENSTAG MITTWOCH DONNERSTAG FREITAG SAMSTAG SONNTAG NOTIZEN

						1. Advent
2	3	4	5	6 Nikolaus	7	8. Advent
9	10	11	12	13	14	15. Advent
16	17	18	19	20	21	22. Advent
23	24 Heiligabend	25 1. Weihnachtsfeiertag	26 2. Weihnachtsfeiertag	27	28	29
30	31 Silvester					



IMPRESSUM BEWEGUNGSKALENDER 2013

Inhalt:

Julia Schneider

Illustrationen/Zeichnungen:

Carolin Geiger, Illustratorin, Mönchberg

Grundidee des Bewegungskalenders:

Dr. Klaus Balster, Sportjugend Nordrhein-Westfalen 2010/11

Redaktion:

Jörg Becker, Peter Lautenbach, Oliver Kauer-Berk

Layout und Grafik:

Grafikstudio Thomas Hagel, Mönchberg

Druck:

Druckerei Michael GmbH, Schnelldorf
1. Auflage November 2012

Kontakt:

Deutsche Sportjugend
im Deutschen Olympischen Sportbund e.V.
Otto-Fleck-Schneise 12
60528 Frankfurt am Main
Tel. 069/6700-358
E-Mail: info@dsj.de
www.dsj.de
www.kinderwelt-bewegungswelt.de



www.facebook.com/deutschesportjugend

Förderhinweis:

Gefördert durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundes (KJP)

Copyright:

© Deutsche Sportjugend (dsj) 2012
Alle Rechte vorbehalten. Ohne ausdrückliche Genehmigung der Deutschen Sportjugend ist es nicht gestattet, den Inhalt oder die Bilder dieses Kalenders zu gewerblichen Zwecken ganz oder teilweise auf foto-, drucktechnischem oder digitalem Weg zu vervielfältigen.

Haftungsausschluss:

Eine Haftung des DOSB oder der dsj und ihrer Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

MEHR WISSEN!

Stärken Sie Ihre Kompetenz in der Kinder- und Jugendarbeit im Sport.



Diese und weitere Fachpublikationen können bestellt werden unter:
www.dsj.de/publikationen

Gefördert vom



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND



im Deutschen Olympischen Sportbund e.V.