

Selbstkonzeptförderliches Kämpfen und Raufen mit Kindern

Kampf- und Raufspiele im Bewegungs- und Sportunterricht ermöglichen Kindern bei entsprechender Inszenierung vielfältige selbstkonzeptfördernde Kompetenzerfahrungen: Sie bieten Kinder jeden Alters die Möglichkeit, sich mit der eigenen Leistungsfähigkeit auseinander zu setzen und wichtige Aspekte des gemeinsamen Sporttreibens zu reflektieren (z. B. Körperlichkeit, Fairness, individuelle Leistung, Vertrauen). Dazu müssen Kinder jedoch an- und begleitet werden und es bedarf einer individualisierten und reflexiven Inszenierung. Einen Überblick über verschiedene Kampf- und Raufspiele bietet Abb. 1.

Es empfiehlt sich, Kämpf- und Raufspiele in kurzen Einzelsequenzen in die Lektion einzubauen. Die *Checkliste* ist zu berücksichtigen:

- Verletzungsgefahr: Schmuck, Armbanduhren, Schuhe u.a. ausziehen
- Regeln festlegen und einhalten
- Rituale einbauen: wiederkehrende Handlungen wie Begrüssungszeremonie, Hand schütteln, dem Verlierer aufhelfen, Verbeugung
- Stopp-Signal einführen: ein Zeichen für den selbstbestimmten Unterbruch festlegen
- Chancengleichheit und damit faire Kämpfe ermöglichen

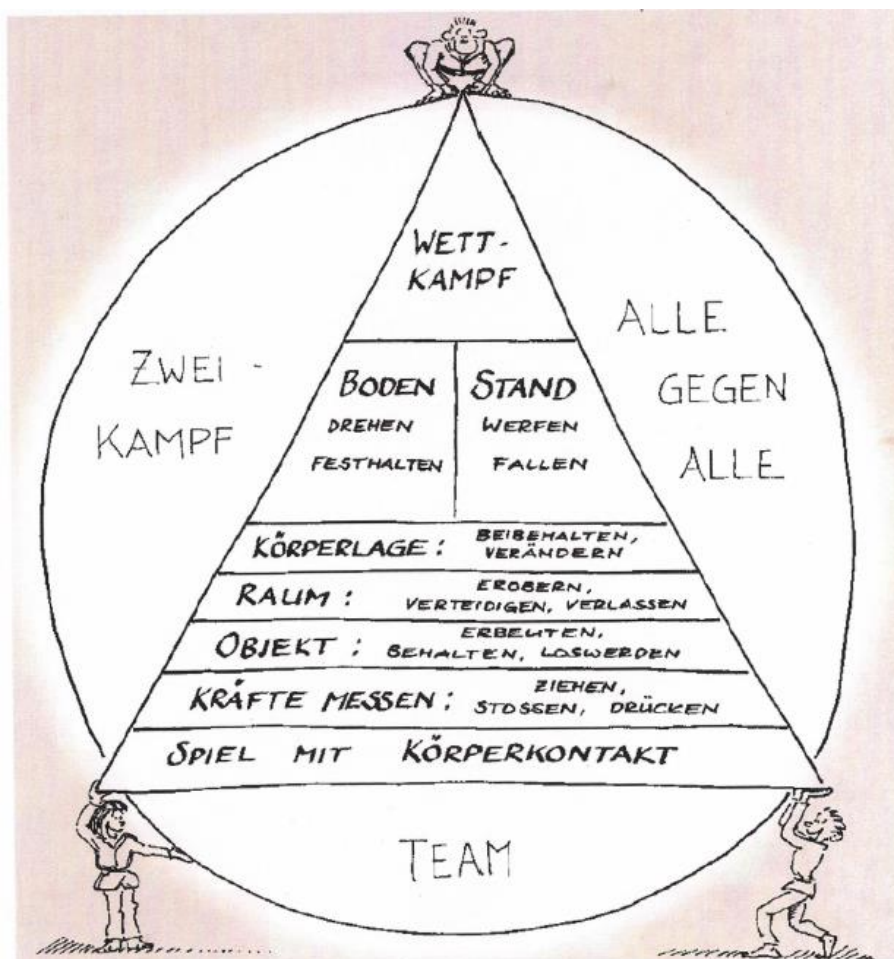


Abb. 1: Verschiedene Kampf- und Raufspiele für Kinder im Sport (aus: Sigg, B. & Teuber-Gioiella, Z. (1999). Gewaltbereitschaft durch Kampfsport vermindern. *mobile Praxis*, 2, 1-8.)

Inhalt	Organisation	Material	Selbstkonzeptförderliche Inszenierung (Beispiele)	
Körperkontakt <ul style="list-style-type: none"> Wäscheklammernlauf: Jedes Kind hat zwei Wäscheklammern am Körper befestigt. In einem Fangspiel müssen die Wäscheklammern der anderen Kinder gefangen und wiederum am eigenen Körper angeheftet werden. 	alle gegen alle, frei im Spielfeld	Wäscheklammern	Reflexion: <ul style="list-style-type: none"> Konntet ihr mehr Klämmerli als letztes Mal erobern? Wie seid ihr vorgegangen? (Physisches Selbstkonzept) Habt ihr euch im Spiel an die Regeln gehalten? (Soziales Selbstkonzept) Wie habt ihr euch bei diesem Spiel gefühlt? (Emotionales Selbstkonzept) 	Individualisierung: <ul style="list-style-type: none"> Leistungen basierend auf dem Vergleich mit eigenen früheren Leistungen oder selbstgesteckten Zielen beurteilen (Kinder nicht miteinander vergleichen). Gemeinsam bestimmen, wo am Körper die Klämmerli befestigt werden dürfen.
Kräfte messen <ul style="list-style-type: none"> Fallobst: Die Kinder stehen sich mit Berührung an den Handflächen vis-à-vis gegenüber und versuchen, sich so hinunter zu stossen. 	1:1, vis-à-vis auf einem umgekehrten Bänkli stehend	2 Bänkli; oder anderer Untergrund (z.B. Medizinball)	Reflexion: <ul style="list-style-type: none"> War es für dich schwierig, nicht herunter zu fallen? Was braucht es, damit man nicht herunterfällt? (Physisches Selbstkonzept) Wie und wann wird das Spiel unfair? (Soziales Selbstkonzept) Wie habt ihr reagiert, als ihr verloren habt? Wie, als ihr gewonnen habt? (Emotionales Selbstkonzept) 	Individualisierung: <ul style="list-style-type: none"> Die Kinder selbstständig den Untergrund und die Höhe (Bänkli, Medizinball etc.) wählen lassen. (Chancen-) Gleichheit: Möglichst Kinder mit gleichen Voraussetzungen gegeneinander kämpfen lassen.
Spielen mit einem Objekt <ul style="list-style-type: none"> Ball ergattern: Beide Teams rennen auf ein Kommando von der gegenüberliegenden Grundlinie auf die Mitte zu, kapern den Ball und versuchen ihn raschstmöglich hinter ihre Grundlinie in Sicherheit zu bringen. 	1:1 (oder im Team)	Medizinball o.a.	Reflexion: <ul style="list-style-type: none"> Was ist dir bei den Kämpfen gut gelungen? (Physisches Selbstkonzept) Konnten alle Kinder ihre Meinung äussern / das Spiel so gestaltet werden, dass es für alle stimmt? (Soziales Selbstkonzept) Habt ihr bei diesem Spiel Mut gebraucht? Warum? (Emotionales Selbstkonzept) 	Individualisierung: <ul style="list-style-type: none"> Im Team festlegen, was erlaubt ist: kein Zerren an Körperteilen, Schlagen etc. Kinder selbstständig den Ball wählen lassen (Differenzierung der Schwierigkeit)

<p>Spiele im Raum</p> <ul style="list-style-type: none"> • Insel und Krokodil: <p>Team A und B sind auf der Insel (Mattenplattform). Auf Kommando versuchen sie, das gegnerische Team ab der Insel zu rollen, stossen etc. Wer einmal mit dem Gesäss im Wasser ist, wird zum Krokodil und kann von aussen versuchen, seinem Team zu helfen und die anderen von der Insel zu ziehen. Verloren hat das Team, welches keine Inselbewohner mehr hat.</p>	<p>2 Teams auf Mattenplattform</p>	<p>Dünne Matten</p>	<p>Reflexion:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was muss man tun, um möglichst erfolgreich zu sein? (Physisches Selbstkonzept) • Habt ihr als Team zusammengearbeitet? Wie seid ihr vorgegangen? (Soziales Selbstkonzept) • Wart ihr lieber ein Krokodil oder ein Inselbewohner? Warum? (Emotionales Selbstkonzept) 	<p>Individualisierung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • In der Klasse gemeinsam Regeln festlegen. • Kinder wählen lassen, ob sie bereits zu Beginn ein Krokodil sein wollen.
<p>Spiele mit der Körperlage</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schnecken wenden: <p>Ein Kind klebt sich rück- oder bäuchlings am Boden liegend als Schnecke fest, das andere versucht, es auf die gegenüberliegende Körperseite zu rollen/drehen.</p>	<p>1:1</p>	<p>Je eine dünne Matte, Pfeife</p>	<p>Reflexion:</p> <ul style="list-style-type: none"> • War es für dich schwierig oder leicht, jemanden umzudrehen? Wann war es schwierig, wann nicht? (Physisches Selbstkonzept) • War es ein fairer Kampf? Was war fair, was unfair? (Soziales Selbstkonzept) • Wie war es für dich, als du die Schnecke warst? Wie war es als „Umdrehen“? Welche Rolle ist dir lieber? (Emotionales Selbstkonzept) 	<p>Individualisierung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerwechsel bei Pfiff, jeder Sieg ergibt einen Punkt. Wie viele Punkte schaffe ich? Wie viele schaffe ich eine Woche später? (Individuelle Bezugsnorm) • (Chancen-) Gleichheit: Möglichst Kinder mit ähnlichen Voraussetzungen gegeneinander kämpfen lassen.

<p>Boden und Stand</p> <ul style="list-style-type: none"> • Achtung Pfütze: Zwei Kinder stehen sich im Ausfallschritt gegenüber und geben sich die Hand. Die Matte ist eine Pfütze, in welche man nicht hineinfallen darf. Nun wird durch Ziehen und Stossen versucht, den anderen in die Pfütze zu lenken. 	<p>Zu zweit oder als Team, um eine Matteninsel stehend</p>	<p>Dünne Matten, Reifen o.a.</p>	<p>Reflexion</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie viele Punkte schaffe ich heute? Wie viele schaffe ich eine Woche später? (Physisches Selbstkonzept) • Wie hast du dich gefühlt, wenn du gegen Stärkere oder Schwächere gekämpft hast? (Emotionales Selbstkonzept) 	<p>Individualisierung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerwechsel bei Pfiff, jeder Sieg ergibt einen Punkt. Vergleich der früheren Leistung mit der aktuellen bzw. der zukünftigen (Individuelle Bezugsnorm) • (Chancen-) Gleichheit: Möglichst Kinder mit ähnlichen Voraussetzungen gegeneinander kämpfen lassen.
---	--	----------------------------------	--	--

Selbstkonzeptförderliches Feedback geben (vgl. Handout Feedback aus Modul 4):

- Präzise (auf das Verhalten bzw. die Aufgabe bezogenes) Feedback geben:
«Super, du hast dich wirklich gut an die Regeln gehalten und fair gekämpft.»
- Individuelle Fortschritte loben:
«Du hast eine gute Strategie gewählt und heute mehr Klämmerli behalten können als letztes Mal, bravo!»
- Erfolge auf Anstrengung und Misserfolge auf mangelnde Anstrengung oder äussere Umstände zurückführen:
«Es ist schwierig gegen jemanden zu gewinnen, der in der Freizeit schwingt. Ich finde es toll, dass du es trotzdem versucht und engagierten Einsatz gezeigt hast!»
- Erwünschtes Verhalten durch Lob verstärken:
«Mir ist aufgefallen, dass du heute viel ruhiger auf Niederlagen reagierst hast, schön!»