

Vom Lockdown zum eingeschränkten Regelbetrieb

Erfahrungen eines Psychomotorik-Vereins

Einleitung

Die Angebote des Vereins zur Bewegungsförderung und Psychomotorik in Landau e.V. besuchten zu Beginn des Jahres 2020 rund 300 Kinder und Senior*innen in psychomotorischen Förder- und Freizeitgruppen. Diese teilen sich auf acht unterschiedliche Standorte in der Südpfalz auf. In der Regel werden für die psychomotorischen Förderstunden Schulturnhallen genutzt, die je nach Standort von fünf verschiedenen Kommunen bzw. kirchlichen und privaten Trägern betrieben werden. Dies war für uns als Verein bei der Wiederaufnahme der Förderstunden eine besondere Herausforderung, da immer wieder voneinander abweichende Rahmenbedingungen bezüglich der Hygieneverordnungen und Regelungen der Hallennutzung beachtet werden mussten.

Im Folgenden betrachten wir die verschiedenen Phasen von Mitte März, dem Zeitpunkt des Lockdowns, bis zum Beginn der Herbstferien Mitte Oktober. Zu diesem Zeitpunkt können wir von einer zwar noch eingeschränkten aber insgesamt doch von einer Rückkehr zum Regelbetrieb sprechen. Neben einem Blick auf die Rahmenbedingungen schauen wir auf positive wie negative Aspekte, die mit den Entwicklungen der letzten Monate für unsere psychomotorische Arbeit verbunden waren.

Phase 1: Schließung der Sporthallen – Lockdown

Nachdem der erste Schock überwunden war, begannen Überlegungen, wie wir den Kontakt zu unseren Kindern aufrechterhalten können. Dieser Kontakt konnte nur über die Eltern gehen. In einigen Gruppen existierten bereits WhatsApp-Gruppen zum Informationsaustausch, andere Kolleginnen nutzten Mails. Zuerst wurden alle Eltern darüber informiert, dass bis auf weiteres keine psychomotorischen Förderstunden mehr stattfinden können. In den nächsten Wochen folgten Elternbriefe, die Informationen und Tipps enthielten, was Eltern gemeinsam mit ihren Kindern zu Hause spielen können (z. B. kleine Bewegungsspiele im Wohnzimmer, eine Anleitung zur Herstellung eines Ostermemories, das in der ganzen Wohnung gespielt werden kann). Des Weiteren erfolgte ein Hinweis auf die Vereinshomepage. Dort steht unsere Broschüre: „Auf kleinen Füßen die Welt erobern“ (Pollähne & Reth-Scholten 2018) zum

Herunterladen zur Verfügung. Diese Broschüre enthält ebenfalls viele Tipps für Eltern und Kinder.

Weitere Aufgaben im Frühjahr – Unsere Hauptamtlichen

Neben zahlreichen freiberuflichen Honorarkräften sind in unserem Verein auch mehrere hauptamtliche Mitarbeiterinnen in Teilzeit beschäftigt. Nach intensiven Diskussionen innerhalb des Vorstandes u. a. zur finanziellen Situation des Vereins wurde entschieden, für alle Hauptamtlichen Kurzarbeit mit unterschiedlichen Anteilen anzumelden. Sie übernahmen ansonsten Aufgaben wie die Wartung unseres Geländes am Modenbacher Hof, eine Bestandsaufnahme und Reinigung vieler Gerätschaften des Vereins und weitere organisatorische Arbeiten.

Unser Plus – ein Naturerlebnisspielplatz!

Der Verein verfügt bereits seit mehr als zwanzig Jahren über ein gepachtetes Spielgelände in der Nähe von Landau am Rand des Pfälzer Waldes. Dieses naturnahe Spielgelände wurde 2019 grundlegend saniert und mit neuen attraktiven Spielgeräten ausgestattet. Hierfür ist gerade eine Zertifizierung als „besonders entwicklungsfördernd“ durch die Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e. V. in Vorbereitung.

Als das Wetter im April langsam besser wurde und in Anbetracht der geschlossenen Spielplätze haben wir dieses Gelände den Familien unserer Kinder kostenfrei zur Verfügung gestellt. So konnte nach vorheriger Anmeldung immer eine Familie vor- bzw. nachmittags das Gelände für sich als Spielraum in der Natur nutzen. Dieses Angebot wurde von einigen Familien wiederholt in Anspruch genommen.

Auf diese Weise lernten neue Vereinsmitglieder, Kinder und ihre Eltern, das Gelände kennen. Gegen einen Unkostenbeitrag kann das Gelände normalerweise für Kindergeburtstage oder andere Familienspielnachmittage gebucht werden. Der höhere Bekanntheitsgrad hat sich über den Sommer sehr deutlich gezeigt. Bis in den November war das Gelände fast jedes Wochenende durch Familien belegt.

Phase 2: der Restart – die langsame Rückkehr unserer Kinder

Diese Phase dauerte etwa sechs Wochen, von Anfang Juni bis zum Beginn der Sommerferien in Rheinland-Pfalz Ende Juli. In der Pfalz sind wir vom Wetter verwöhnt, viele Aktivitäten der Gruppen konnten daher im Freien stattfinden.

1. Nutzung des Vereinsgeländes

Der Verein entwickelte ein Hygienekonzept für den „Wald“, d. h. für unser naturnahes Spielgelände. Einige psychomotorische Fachkräfte fassten ihre Gruppen zusammen und boten ganze Spielnachmittage auf dem Gelände an. Da laut Corona Verordnung des Landes RLP keine Fahrgemeinschaften gebildet werden konnten, mussten Eltern ihre Kinder hinbringen und abholen. Das stellte eine größere Hürde als erwartet dar. Diesen Aufwand haben viele Eltern nicht erbringen wollen oder können.

Die Kinder, die da waren, genossen sichtlich das Zusammensein mit den Anderen, das Spielen am Bach, auf der Wiese und im Wald. Da die Gruppen eher klein waren, konnte man individuell auf Einzelne eingehen, wovon manche Kinder sehr profitierten und sich viele neue Dinge trautes. Sie suchten für sich immer wieder Herausforderungen. So balancierten einige zum ersten Mal selbstständig über die „Schlangengrube“, bezwangen schwierigere Elemente im Niederseilgarten oder kletterten allein auf den hohen Aussichtsturm. Gemeinsam bauten sie an Staudämmen im Bach oder waren in der Werkecke aktiv. Die Kinder brauchten wenig Spielimpulse und beschäftigten sich weitestgehend selbst. Es ergaben sich neue soziale Kontakte zwischen Kindern, die in der Turnhalle eher wenig miteinander spielten. Nach drei bis vier Stunden holten die Eltern ihre Kinder auf dem Spielgelände wieder ab. Auch das war ein Weg, über den viele Eltern das Gelände kennen lernten.

2. Psychomotorik im Freien

Wie bereits erwähnt, finden die psychomotorischen Förderstunden an unterschiedlichen Standorten statt. Überall suchten die pädagogischen Fachkräfte nach Lösungen, wie und wo sie draußen in ihrer Umgebung Stunden anbieten konnten. Das Hygienekonzept unseres naturnahen Spielgeländes wurde auf alle Spielmöglichkeiten im Freien übertragen.

Die Standorte im städtischen Raum nutzten Parks, Spiel- und Sportplätze oder die Schulhöfe für die psychomotorischen Förderstunden. Hier wurden einerseits die vorhandenen, feststehenden Spielplatzgeräte und Cross-Fit-Geräte in die Aktivitäten eingebunden, andererseits Klein- und Alltagsmaterialien mitgenommen.

Es erwies sich als Problem, dass auf den Spielplätzen andere Kinder neugierig wurden und mitspielen wollten, Eltern bzw. Begleitpersonen häufig in der Nähe blieben, um zu beobachten und zu warten. Beides lenkte die Kinder immer wieder stark ab. Sie nahmen Kontakt zu den anderen Kindern auf oder liefen zu ihren Eltern, wollten etwas erzählen,

trinken und mehr. Im Sinne psychomotorischen Arbeitens hat das den Gruppenprozess der Förderstunde immer wieder unterbrochen.

An einem Standort wurde ein Waldgelände in der Nähe der Ortschaft genutzt. Die Ortsnähe führte dazu, dass die Kinder der Gruppen fast vollständig anwesend waren. Die psychomotorische Fachkraft verfügt über sehr gute Outdoor-Kompetenzen. Neben zahlreichen Naturerfahrungen, die die Kinder machen konnten, baute sie attraktive Schaukeln, Balancierstrecken und Klettergerüste im Wald auf. Das weckte natürlich das Interesse der Kinder sehr.

3. Rückkehr in die Turnhallen

Ab Juni durfte man in Rheinland-Pfalz unter strengen Hygieneauflagen in die Turnhallen zurückkehren. Dazu mussten wir uns nach den unterschiedlichen Hygienekonzepten der einzelnen Kommunen richten und uns immer wieder anpassen. In allen Gruppen kamen die Kinder fast vollständig zurück in die Stunden. Man merkte, dass Eltern und Kinder froh waren, dass sich eine eingeschränkte Normalität an den vertrauten Orten einstellte.

Die Psychomotorik-Stunden mussten jedoch in der Regel um 10-15 Minuten gekürzt werden, um Lüftungs- und Pausenzeiten einzuhalten sowie eine Begegnung der Kinder und Eltern aus verschiedenen Gruppen zu vermeiden. In den Turnhallen der Förderschulen durften Eltern das Schulgelände gar nicht betreten. Die Kinder wurden am Haupteingang des Geländes in Empfang genommen und am Ende wieder dorthin begleitet. Dies reduzierte die Spielzeit ebenfalls.

Unser Ziel, einen Großteil der Kinder vor den Sommerferien zwei- bis dreimal Mal gesehen zu haben, konnte erreicht werden.

Phase 3: Nach den Sommerferien – Wiederaufnahme des Regelbetriebs

Die Wiederaufnahme des Regelbetriebs nach den Sommerferien ist überwiegend gelungen. Zwei Sporthallen durften weiterhin nicht genutzt werden, da keine Genehmigung durch die Träger vorlag. Für eine Halle konnte Ersatz gefunden werden, an den anderen Standort gelang dies nicht. Auf der Grundlage der vorhandenen Hygienevorschriften der Kommunen mussten noch einmal aktuell angepasste Hygienepläne von uns vorgelegt werden, sodass wir von einem eingeschränkten Regelbetrieb sprechen konnten.

Keine Einschränkungen gab es in Bezug auf die Anzahl der Kinder, die in einer Gruppe sein durften. In der Regel arbeiten wir mit sechs bis acht

Kindern, in den Freizeitgruppen mit bis zu 12 Kindern. Die meisten Kinder sind fast vollzählig und mit Freude zurückgekehrt.

Eine Kollegin hat alle ihre Stunden bis zu den Herbstferien im Freien auf einem Sportplatz durchgeführt. Die meisten Gruppen sind jedoch nach und nach in die Hallen zurückgekehrt, u. a., weil die Aufmerksamkeit im Freien durch die bereits beschriebenen Ablenkungen den Kindern Probleme bereitete.

Die Nutzung der Materialien in den Hallen war zum Teil nur eingeschränkt möglich. So durften in einer Halle keinerlei Großgeräte benutzt werden, in anderen standen keine Kleingeräte der Schule zur Verfügung. Zum Glück steht in vielen der von uns genutzten Hallen ein Schrank des Vereins mit eigenen Materialien, die eingesetzt werden konnten. Alle Hallenstandorte wurden von uns mit Desinfektionsmittel ausgestattet. Auf eine Desinfizierung von Materialien konnte aber weitgehend verzichtet werden, da die Materialien genug „Ruhezeiten“ hatten.

Die Eltern-Kind-Kurse im Entdeckungsraum wurden erstmalig nach den Sommerferien wieder angeboten. Aufgrund der Raumgröße musste die Anzahl der Kinder hier von 8 auf 6 reduziert werden, was finanziell eine Einbuße für den Verein bedeutete. Es wurde auch notwendig, zusätzliches Spielmaterial anzuschaffen, da vier Gruppen direkt hintereinander stattfanden und das Material auf diese Gruppen verteilt werden musste um eine direkte, erneute Nutzung zu vermeiden.

Was kann nach wie vor nicht stattfinden?

Unsere Angebote im Schwimmbad und für die Senioren*Innen fallen weiterhin aus. Für das Schwimmbad hat man sich zu einer Sanierung entschlossen, sodass wir leider längere Zeit keine Schwimmkurse anbieten können. Der Zugang in die Tagespflegeeinrichtungen ist für Externe bis heute nicht erlaubt.

Welche Beobachtungen haben wir mit Blick auf die Kinder gemacht?

Eine erste Studie zum Bewegungsverhalten von Kindern in der Phase des Lockdowns (Schmidt et. al 2020) hat gezeigt, dass sich viele Kinder in der Corona Zeit im Alltag durchaus mehr bewegt haben. Davon zeugten auch die vollen Kinderspielplätze nach der Wiedereröffnung im Sommer. Doch wir mussten feststellen, dass gerade Kindern mit sozial-emotionalen Auffälligkeiten Sozialkontakte und andere Kinder gefehlt haben. Bei Ihnen haben sich die Kommunikationsprobleme häufig wieder verstärkt, die sich in der psychomotorischen Förderung vorher schon deutlich verbessert hatten.

Beispielhaft sei hier ein Kind genannt, das nach dem Lockdown wieder kaum und wenn nur ganz leise geredet hat und den Kontakt zu anderen Kindern wieder völlig mied. Insgesamt wurde von uns eine größere soziale Unsicherheit im Umgang mit uns und den anderen Kindern festgestellt. Das Vertrauen musste langsam wieder wachsen. Zu dieser Unsicherheit der Kinder hat gewiss auch beigetragen, dass wir häufiger darauf hinweisen mussten Abstand zu halten, andere Kinder im Spiel nicht zu berühren und nicht laut zu schreien. Sie waren solches Verhalten im Sinne von Reglementierungen von uns nicht gewohnt. Oft lautete die Antwort: "Ach; schon wieder Corona!"

Einige Eltern berichteten von emotionalen Auffälligkeiten, die sie in der Zeit des Lockdowns bei ihren Kindern festgestellt haben, u. a. eine erhöhte Ängstlichkeit bis hin zu Ticks. Diese Beobachtungen bestätigt eine erste Studie von Schlack et al. (2020), der Verlust der gewohnten Tagesstruktur und Kontaktabbrüche stellte erhebliche Herausforderungen für betroffene Kinder und deren Familien dar, Symptome von Angst und Depression sowie eine geminderte Lebensqualität traten nicht selten zutage.

Viele unserer pädagogischen Fachkräfte haben auch Positives berichtet: Die Kinder haben an Selbstständigkeit gewonnen. Der schnelle Abschied von den Begleitpersonen vor der Turnhalle und teilweise bereits am Tor war weitgehend problemlos möglich. Das selbstständige Händewaschen vor Beginn der Stunden klappte in der Regel, da es aus Kita und Schule bereits bekannt war. Viele Kinder waren mit den grundlegenden Hygieneregeln vertraut, auch wenn es ihnen im Spiel schwerfiel Abstand zu wahren.

Elternzusammenarbeit

Der uns wichtige Kontakt zu den Eltern der Förderkinder war von März bis Juli deutlich eingeschränkt. Lediglich Telefonkontakte zu organisatorischen Fragen fanden statt. Tür- und Angelgespräche entfielen ebenso wie gemeinsame Elternabende. Die traditionellen Eltern-Kind-Stunden vor den Oster- und Sommerferien konnten nicht durchgeführt werden. Gerade hierbei ergeben sich viele ungezwungene Gesprächsanlässe zu den Kindern und zur psychomotorischen Förderung.

Digitale Elternabende wurden diskutiert, sind aber noch nicht realisiert worden. Immer bestand die Möglichkeit zu telefonischen Einzelgesprächen, die aber wenig genutzt wurden.

Team und Vorstand

Der Kontakt im Team lief über Videokonferenzen. Hier fand ein reger Informations- und Ideenaustausch statt. Im Juni spürte man, dass alle sich freuten, wieder mit den Kindern aktiv sein zu können. Die psychomotorischen Fachkräfte zeigten über die ganze Zeit hinweg ein sehr hohes Engagement u. a., um Anpassungen in Hinblick auf die immer wieder neuen Corona Verordnungen in kurzer Zeit umzusetzen. Dies erforderte für die Leitungen der einzelnen Kurse einen erheblichen Verwaltungsaufwand im Kontakt zu den Eltern.

Für den Vorstand des Vereins stellte diese Zeit eine große Belastung dar. Dies ergab sich aus der Notwendigkeit, sich mit den schnell ändernden Bedingungen auseinanderzusetzen und der Frage nach der finanziellen Absicherung der Arbeit.

Da wir ein eingetragener Sportverein sind, fallen für die Hallennutzung keine Mietkosten an. Lediglich für die Geschäftsstelle und den Entdeckungsraum blieben die Kosten bestehen. Die Finanzierung des Vereins basiert hälftig auf Mitgliedsbeiträgen und den Abrechnungen mit den Krankenkassen auf der Grundlage des Rehabilitationssports. Hierbei tritt der Verein für jeweils 50 Förderstunden pro Kind in Vorleistung. Das erschwerte es uns, einen tatsächlichen Überblick über die finanzielle Situation des Vereins in der Corona-Zeit zu bekommen. Die Frage, ob eine finanzielle Unterstützung durch den Landessportbund Rheinland-Pfalz möglich wäre, ist nach wie vor ungeklärt. Zudem sind wir unseren Mitgliedern mit einer Reduzierung des Vereinsbeitrages entgegengekommen, da in der Zeit des vollständigen Lockdowns über mehr als zwei Monate keine Förderstunden stattgefunden haben. Abmeldungen von Kindern waren kaum zu verzeichnen.

Spiele und Aufgaben in Corona-Zeiten

Die von uns gemeinsam mit unseren Fachkräften erprobten und zusammengetragenen Spiele bzw. Bewegungsaufgaben beziehen sich auf unterschiedliche Situationen. Zum einen sind es Beispiele für das Spielen zuhause, Ideen, die Eltern gemeinsam mit ihren Kindern durchführen konnten. Diese Anregungen wurden in den Elternbriefen weiterverteilt. Zum anderen entstanden Ideen für die Förderstunden wie alternative Formen für Rituale am Anfang bzw. Ende der Stunden, Spielformen sowie Anregungen für den Einsatz geeigneter Materialien.

1. Bei-Spiele für zuhause

In Elternbriefen wurden u. a. folgende Spielideen weitergegeben:

Spinnennetz

Material: Stühle, Tische, Sofabeine ... und alte Wollknäulreste

Mit dem Wollfaden werden möglichst viele Tisch- und Stuhlbeine zu einem Spinnennetz miteinander verbunden (Stühle etwas auseinander-rücken).

- Durch das Spinnennetz steigen oder springen, ohne das Netz zu berühren
- Einer springt 5 Sprünge vor, die anderen merken sich die Sprünge und springen sie nach.
- Kleine Plüschtiguren werden in die Löcher des Spinnennetzes geworfen und wieder herausgeholt, ohne das Spinnennetz zu berühren
- ...

Sockenball

Material: einen großen und viele kleine Socken.

Der große Socken wird mit vielen kleinen Sockenpaaren ausgestopft, so dass ein Sockenball entsteht. Spielideen:

- sich den Ball zuwerfen.
- Den Sockenball durch Stuhltore rollen, schießen
- Zielwerfen in einen Papierkorb oder Kochtopf.
- ...

Jäger und Hase im Wohnzimmer

Material: Zeitungsball: Zeitung zusammenknüllen, mit Malerkrepp umwickeln und dadurch fester und runder machen.

Das Kind ist der Hase und läuft im (Wohn-)Zimmer eine gleiche Strecke mehrmals hin und her. Der Erwachsene oder ein Geschwisterkind versucht das laufende Kind mit dem Zeitungsball zu treffen. Dann wird gewechselt.

Oster-Lauf-Memory - eine besondere Aktivität für die Osterzeit

Als Grundlage hierzu haben die Familien ein Schreiben erhalten, zu dem Vorlagen für österliche Memory-Karten gehörten. Die Kinder konnten die Vorlagen in einem ersten Schritt ausmalen und dann zurechtschneiden, immer zwei Vorlagen genau gleich. So entstand das Oster Memory Spiel.

Spielablauf: Die Eltern verteilen ein Set Memory Karten im Wohnzimmer, in der ganzen Wohnung oder im Garten, offen oder verdeckt. Die Kinder holen sich je eine Karte von dem zweiten Stapel auf dem Tisch und

suchen das Gegenstück. Finden sie es nicht, kann die Karte gegen eine Neue eingetauscht werden.

Wir hatten die Eltern auch gebeten, Spielideen, die sie mit ihren Kindern ausprobiert haben an uns zurückzumelden. Dies ist aber nicht geschehen.

- Anregungen für Förderstunden drinnen und draußen

Geänderte Rituale.

Geklatschte Begrüßung

Da viele Kinder die Namen der anderen Kinder über den Lockdown vergessen hatten, wurde dies aufgegriffen. Ein Kind wurde begrüßt, indem die anderen „Hallo“, den Namen des Kindes sagten und dabei die Silben des Namens in die Hände, auf die Oberschenkel ... klatschten.

Kein-Ball-Begrüßung

Anstatt einen normalen Ball zur Begrüßung von Kind zu Kind zu rollen, wurde es ein imaginärer Ball, der von Kind zu Kind zur Begrüßung gerollt wurde.

Verabschiedung im Sternenkreis

Alle sitzen in einem großen Kreis, die Beine werden gegrätscht, sodass nur die Füße sich berühren und sich verabschieden.

- Kleine Spiele

Bäumchen, Bäumchen, wechsle dich

Material: Seile in Anzahl der beteiligten Kinder.

Es werden verschiedene Stellen (Sträucher, Bäume, Bänke etc.) mit Seilen markiert – eine Stelle weniger wie die Anzahl der mitspielenden Kinder. Ein Kind steht in der Mitte und ruft: „Bäumchen, Bäumchen, wechsle dich“. Alle Kinder versuchen die Plätze zu tauschen, das Kind in der Mitte versucht ebenfalls einen markierten Platz zu ergattern. Wer übrig bleibt ist neues Kind in der Mitte. Es darf nicht zum nächsten „Baum“ nach rechts oder links gewechselt werden.

Variante: Jedes Kind steht in einem Reifen oder einem aus einem Springseil gelegten Kreis. Alle stehen in einem großen Kreis. In der Kreismitte macht ein Kind eine sich wiederholende Bewegung vor, die alle Kinder nachmachen. Bleibt das Kind in der Mitte stehen, tauschen die Kinder schnell ihre Plätze. Das Kind in der Mitte versucht, sich einen Platz in einem Reifen zu ergattern, das Kind, das so schnell keinen Reifen gefunden hat, beginnt in der Mitte mit einer neuen Bewegung.

Geländelauf

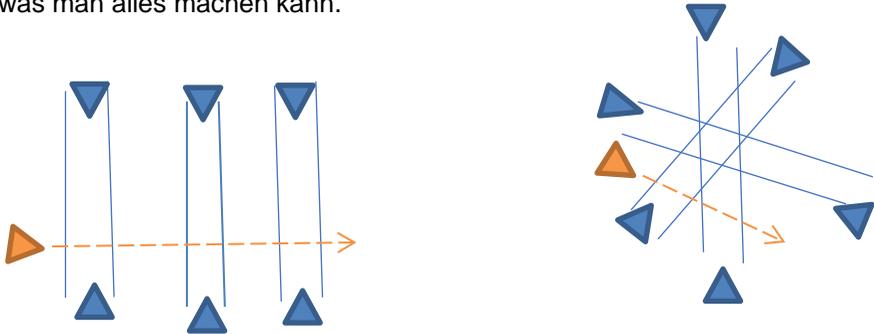
Dort, wo man seine Psychomotorik-Stunde hält, darf ein Kind 3-5 Dinge verteilt im Raum berühren, die anderen beobachten und laufen den Weg anschließend nach, natürlich ohne die Dinge zu berühren. Dies ist auch als Partneraufgabe möglich.

Detektiv

Ein Kind steht auf einer Bank o. ä. und nimmt eine bestimmte Haltung ein. Die anderen schauen es sich genau an und drehen sich dann um. Das Kind verändert etwas an sich. Alle schauen wieder und sollen benennen, was sich verändert hat.

Spiel mit Gummibändern – wie Gummitwist

Die Hälfte der Kinder aus der Gruppe gehen zu Paaren zusammen und haben ein Gummitwist zwischen ihren Beinen. Nun können die Kinder sich immer wieder anders anordnen. Daraus ergeben sich viele Spielmöglichkeiten. Die andere Hälfte der Kindergruppe experimentiert, was man alles machen kann.



Land-Art Künstler

Kinder legen aus Stöcken oder Steinen einen Rahmen. Anschließend suchen sie sich viele verschiedene Materialien aus der Umgebung und legen daraus ein Bild in ihren Rahmen.

Spiele mit dem langen Seil

Benötigt wird ein langes Seil, das von zwei Personen gehalten wird.

- Das Seil am Boden leicht hin und her schwingen, die Kinder versuchen auf die andere Seite zu springen oder zu laufen.
- Das Seil wird schräg gehalten, die Kinder probieren aus, über welche Höhe sie springen können.



- Stehende Wellen erzeugen. Kinder laufen, springen auf die andere Seite.
- Das Seil wird zu Beginn etwa hüfthoch gehalten, dann langsam immer tiefer. Die Kinder versuchen nach Möglichkeit ohne die Hände zu benutzen unter dem Seil hindurch zu kommen (Limbo).

Verstecken spielen brauchen wir hier nicht erklären. Es ist aber ein Spiel, das von den Kindern in dieser Zeit immer wieder gerne gespielt wurde.

Stopp and Go Spaziergang

- Einer geht als „Chef“ vorweg, alle anderen hinterher. Bleibt der Chef stehen, müssen alle ebenfalls stehenbleiben.
- Alle laufen durcheinander, ein Kind ist wieder „Chef“. Wenn der Chef stehen bleibt, müssen alle stehen bleiben.

Memory auf dem Schulhof/Spielplatz im Wald

Ablauf siehe Osterhasenspiel. Für die etwas älteren Kinder (vor allem die Jungen) war es dieses Frühjahr sehr motivierend mit den Fußball-Sammelkarten zur EM zu spielen. Jede Nationalspieler-Karte musste zweimal vorhanden sein.

Beispiel für eine Stundenplanung

Exemplarisch für den Einsatz von Alltagsmaterialien stellen wir abschließend eine Stunde mit Fliegenklatschen und Luftballons dar. Jedes Kind hat sein eigenes, möglichst farblich unterscheidbares Material.

In der Turnhalle erwies es sich als Corona konform an Stationen zu arbeiten. Für jedes Kind sollte eine Station vorhanden sein.

Lebhafter Einstieg: gemeinsames Laufspiel

Fangen spielen mit einer Fliegenklatsche (FK): Wird ein Kind mit der FK abgeschlagen, stellt es sich auf eine Teppichfliese und springt drei Hampelmänner (mit den Füßen neben die Fliese und wieder zurück auf die Fliese). Die Aufgaben können geändert und mit den Kindern gemeinsam festgelegt werden – Corona konform. Nach einiger Zeit erfolgt ein Wechsel des Fängers.

Individuelles freies Spiel mit FK und Luftballons (LB). Jedes Kind erhält einen Luftballon und eine FK. Es werden Ideen gesammelt: Minigolf, Tennis ...

Stationen mit genügend Abstand im Raum verteilt.

- Jongleur: Ein Kind ist auf einer Turnmatte und versucht den LB so oft wie möglich mit der Fliegenklatsche nach oben zu spielen, ohne die Matte zu verlassen. Eventuell kann man auch mitzählen.
- Kellner: Ein Kind versucht den LB auf der Fliegenklatsche zu balancieren und evtl. dabei um die Turnmatte herum zu gehen.
- Seiltänzer: Ein Kind läuft über eine eventuell auch umgedrehte Bank und balanciert dabei den LB auf den FK oder spielt ihn leicht hoch.
- Tennisspieler: Zwei Kinder spielen „Tennis“ über eine Turnbank.
- Marsch durch die Giftpflanzen: Pylonen oder Keulen stehen in einem von Turnbänken rechts und links eingegrenzten Bereich. Ein Kind führt seinen LB mit der FK um die Keulen herum ohne diese zu berühren.

Ruhiger Abschluss

Wo ist der Schalter? Tanzroboter

Am besten nimmt man eine motivierende Musik dazu.

Partneraufgabe: Ein Kind nimmt im Stand eine bestimmte Position ein. Das andere Kind berührt dieses Kind leicht mit der FK an verschiedenen Körperteilen (ohne Kopf). Wird eine bestimmte Stelle berührt (die vorher festgelegt oder selbst ausgedacht ist), fängt das berührte Kind an sich auf die Musik zu bewegen. Wird diese Stelle wieder berührt, bleibt das Kind wieder stehen.

Sauber machen

Partneraufgabe: Ein Kind liegt auf dem Bauch. Das andere Kind wischt und klopft mit der FK über alle Körperteile (ohne Kopf).

Abschließende Bemerkungen

Rückblickend kann man sagen, dass wir im Verein gemeinsam die organisatorischen Herausforderungen gut bewältigt haben. Die finanzielle Unsicherheit besteht jedoch nach wie vor. Zwar waren die Ausgaben deutlich reduziert, wahrscheinlich wird sich das Minus bei den Eingaben jedoch erst im kommenden Jahr auswirken.

Das Verlassen der eingespielten Abläufe in der Arbeit mit den Kindern hat dazu geführt, Neues zu wagen und zu entwickeln. Die Psychomotorik in der Natur und im Freien hat für alle Teammitglieder einen höheren Stellenwert erhalten. So wurden neue, wertvolle Spielräume erschlossen.

Im Hinblick auf die Kinder in unseren Fördergruppen bleibt weiterhin zu beobachten, wie sich die Situation mit dem erneuten Winter-Lockdown

auch längerfristig auf alle Entwicklungsbereiche individuell auswirken wird.

Literatur

Pollähne, H. & Reth-Scholten, K./Verein zur Bewegungsförderung und Psychomotorik, Landau e.V. (2018). *Auf kleinen Füßen die Welt erobern. Bewegungstipps für Eltern und ihre Kinder*. Druck: Ministerium für Bildung RLP.

Schlack, R., Neuperdt, L., Holling, H., De Bock, F., Ravens-Sieberer, U. et al. (2020). *Auswirkungen der COVID-19-Pandemie und der Eindämmungsmaßnahmen auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen*. *Journal of Health Monitoring* 5(4): 23–34. [Doi.org/10.25646/7173](https://doi.org/10.25646/7173).

Schmidt, S.C.E., Anedda, B., Burchartz, A., Eichsteller, A, Kolb, S., Nigg, C., Niessner, C., Oriwol, D.; Worth, A. & Woll, A. (2020). *Physical activity and screen time of children and adolescents before und during the COVID-19 lockdown in Germany: a natural experiment*. www.nature.com/scientificsports. doi.org/10.1038/s41598-020-78438-4.

Verzeichnis der Autorinnen und Autoren

Dr. Helga Pollähne

Diplom-Sportlehrerin. Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Sportwissenschaft der Universität Koblenz-Landau, Standort Landau. Pädagogische Fachkraft und Vorstandsmitglied im Verein für Bewegungsförderung und Psychomotorik in Landau e.V.

Karin Reth-Scholten

Diplom-Sportlehrerin. Lehrkraft an der Fachschule für Sozialwesen, Diakonissen Speyer. Vorsitzende und pädagogische Fachkraft im Verein für Bewegungsförderung und Psychomotorik in Landau e.V.



|