

Das Kinderbewegungsabzeichen (KIBAZ) in Zeiten von Corona

Eine kontaktfreie KIBAZ-Variante für Vorschulkinder im Alter von 5-6 Jahren. Zur Durchführung in der Kindertagesstätte



Gerade in dieser herausfordernden Zeit, in der Sport und Bewegung nur mit Auflagen und unter größten Sicherheits- und Hygienevorgaben stattfinden können, möchte der Kreissportbund Rheinisch-Bergischer Kreis e.V. seinen Anerkannten Bewegungskindergärten und Vereinen Anregungen und Ideen für die Bewegungsförderung in Kindergarten und -tagesstätte geben.

Da zahlreiche Einrichtungen für 2020 bereits schöne Variationen des Kinderbewegungsabzeichens (KIBAZ) geplant hatten -die meisten können aufgrund des weiterhin unsicheren und sich stetig veränderten Infektionsgeschehens so nicht durchgeführt werden- haben wir eine **kontaktfreie Variante des KIBAZ für die Altersgruppe 5-6 Jahre (Vorschulkinder)** entwickelt. In dieser Altersgruppe gelingt es den Kindern bereits, einfache Abstandsregeln einzuhalten und kontaktfreie Spielanweisungen einer Betreuungsperson zu verstehen und geforderte Aufgaben selbstständig zu lösen.

Da aber das KIBAZ in seinem Grundgedanken nicht nur die körperliche Ebene anspricht, sondern vor allem auch das soziale Mit- und Füreinander unterstützen möchte, wird auch bei der kontaktfreien Variante in Kleingruppen gearbeitet. So kann zwar jedes Kind die Aufgaben alleine bewältigen, erfährt aber trotz Abstand voneinander den Austausch und die Unterstützung der anderen Kinder.

Auch das kontaktfreie KIBAZ findet, genau wie das ursprüngliche KIBAZ, an 10 räumlich voneinander getrennten Stationen statt. Die **Stationen werden im Außengelände der Einrichtung aufgebaut**, ein Mindestabstand der Stationen zueinander von 10 Metern wird eingehalten. Die benötigten Materialien verbleiben an den jeweiligen Stationen und können, soweit gefordert, nach jedem Durchlauf entweder ausgetauscht oder desinfiziert werden. Außerdem wird bei den Aufgabenstellungen darauf geachtet, dass die verschiedenen Materialien zwar Bewegungsimpulse geben und bestimmte Bewegungsabläufe initiieren, jedoch nicht oder nur wenig berührt werden müssen. Auf besonders schnelle Spiele wird verzichtet, um die Gefahr durch Virenübertragung durch Aerosole zu verringern. Gesangsspiele finden nicht statt. Auch so wird eine mögliche Übertragung von Viren weiter eingegrenzt. Eingesetzte Poster werden zuvor laminiert, damit sie regelmäßig gereinigt/desinfiziert werden können.

Gruppengröße: Maximal 5-6 Kinder einer festen Gruppe dürfen die 10 Stationen gemeinsam mit 1-2 ÜbungsleiterInnen/ErzieherInnen durchlaufen. Es bietet sich an, die Kinder zu einer Gruppe zusammen zu schließen, die auch im Kindergartenalltag in einer Gruppe zusammen sind. So wird die mögliche Infektionskette nicht erweitert und es entstehen keine zusätzlichen Kontakte außerhalb der festen Gruppen.

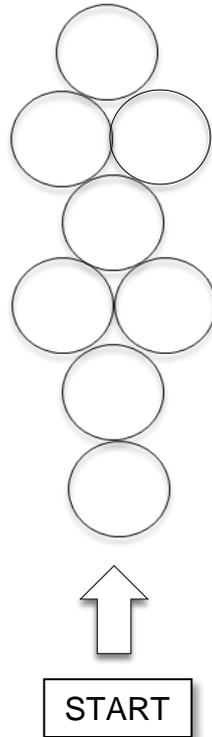
Ablauf: Die Stationen werden vor Beginn der Aktion von Vereinsvertretern/Übungsleitern auf dem Außengelände mit ausreichend Abstand zueinander (mindestens 10 Meter) aufgebaut. Sollte es das Sicherheits- und Hygienekonzept des Kindergartens nicht ermöglichen, dass ein Übungsleiter die Stationen aufbaut und betreut, werden in einem vorherigen Briefing die MitarbeiterInnen des Kindergartens eingewiesen, alle Stationen detailliert erklärt und auf wichtige Punkte hingewiesen.

Zeitaufwand: ca. 1 Stunde für den Aufbau; ca. 1,5 - 2 Stunden pro Gruppe für die 10 Stationen

Motorischer Entwicklungsbereich

Station 1: Häschen hüpf!

Jedes Kind muss über auf dem Boden bereit gelegte Gymnastikreifen hüpfen. Zunächst beidbeinig, dann einbeinig. Die Reifen sollen dabei nicht berührt werden. Variation: rückwärts hüpfen.



Material: 6- 8 Gymnastikreifen (alternativ Springseile in Kreisform legen)

Station 2: Yoga-Hits für fitte Kids!

Die Kinder stellen sich im Kreis mit jeweils 2m Abstand zueinander auf. Die Position der Kinder kann zuvor auf dem Boden markiert werden (Kreide, Hütchen, Sandsack etc.) um den Kindern die Abstandsregel zu visualisieren. In der Mitte des Kreises liegt das „Yoga-Kids“ Poster. Nun darf jedes Kind reihum 3 Yoga-Positionen auswählen, die alle gemeinsam auf ihrem Platz ausführen.

Material: Yoga-Kids Poster, Kreide oder Hütchen zum Markieren der Positionen

Anlage 1: Poster Yoga-Kids*

Wahrnehmungsentwicklungsbereich

Station 3: Das doppelte Lottchen

Diese Station wird durch ein auf dem Boden liegendes Springseil in zwei Hälften geteilt und als Partneraufgabe durchgeführt. Auf jeder Seite des Seils steht ein Kind, der Abstand zwischen den Kindern beträgt 2 Meter. Das erste Kind beginnt und darf nun 10 Bewegungen auf der Stelle ausführen, die das gegenüberstehende Kind „spiegeln“ muss. Nach 10 Bewegungen wird gewechselt und das andere Kind darf nun ebenfalls 10 Bewegungen vormachen. Hier darf nach Herzenslust ausprobiert werden.

Material: Springseil

Station 4: Volle Punktzahl

Dieses Spiel wird als Gruppenspiel gewertet. Die Kinder zielen nacheinander mit verschiedenen Wurfmaterialien (Bälle, Zeitungskugeln, Tannenzapfen etc.) auf Kisten (Wäschekörbe, Kartons etc.), die in drei unterschiedlichen Weiten von der Wurflinie entfernt stehen. Für jeden Treffer erhalten die Kinder 1 Punkt. Sie müssen als Gruppe insgesamt 20 Punkte erreichen, um diese Aufgabe zu schaffen. Die Kinder werfen nacheinander, jedes Kind erhält 10 Wurfmaterialien.

Material: Bälle in verschiedenen Größen, Wurfmaterialien aus Alltags- oder Naturmaterial

Psychisch-emotionaler Entwicklungsbereich

Station 5: Vorhang auf!

An dieser Station wird durch eine auf dem Boden liegende Matte (Turnmatte, Isomatte, sonstige rutschfeste Unterlage) eine Bühne dargestellt. Vor dieser Bühne sitzen die Zuschauer (Abstandsregeln beachten). Jedes Kind darf auf dieser Bühne etwas vorführen, während die anderen Kinder der Gruppe zuschauen. Alles ist möglich: einen Witz erzählen, einen Purzelbaum machen, ein Lied singen, mit Tüchern jonglieren....:-)

Es bietet sich an, für diese Station mehrere Kisten mit Alltagsmaterialien bereit zu stellen, aus der die Kinder frei ihre Utensilien wählen können. Jede Gruppe kann somit eine neue, ungenutzte Kisten erhalten. Auch die Unterlage (Turnmatte o.ä.) kann nach jeder Gruppe ausgetauscht oder gereinigt werden.

Material: Kisten mit unterschiedlichen Gegenständen aus dem Kindergartenalltag (Material sollte desinfizier- und/oder waschbar sein)

Station 6: Rutschen mal anders

Jedes Kind darf auf drei verschiedene Arten (vorwärts, rückwärts, auf dem Bauch, auf dem Rücken, mit geschlossenen Augen...) die Rutsche hinunter rutschen und muss dabei ein Bohnensäckchen auf dem Kopf balancieren. Das Säckchen soll bei mindestens einer Rutschpartie nicht vom Kopf rutschen.:-)

Material: Bohnensäckchen, Reissäckchen, mit Reis gefüllte Socke o.ä.

Sozialer Entwicklungsbereich

Station 7: Krankentransport

Die Kinder müssen zu zweit mit Hilfe eines Badetuches (1,50m Länge) 5 Gegenstände von einem Startpunkt aus zum Ziel transportieren. Hierbei dürfen sie sich selber überlegen, ob sie alle Gegenstände gleichzeitig transportieren oder lieber mehrmals gehen möchten. Auf dem Weg befinden sich leichtere Hindernisse, die die Kinder ohne Hilfestellung bewältigen können. Auch an dieser Station können die Materialien nach jedem Durchlauf bei Bedarf gewechselt oder desinfiziert werden.

Material: Badetuch oder Decke, Gegenstände zum Transportieren (Kuscheltiere, Bälle, Bauklötze, Kissen etc.)

Station 8: Eier-Parcours

Die Kinder müssen einen abgesteckten Bereich mit leichten Hindernissen zu zweit bewältigen. Hierfür fassen sich die Kinder nicht an den Händen, sondern greifen jeder ein Ende eines Springseils. Das Seil kann doppelt geschlagen werden. Auf diese Weise sind die Kinder miteinander verbunden, es besteht jedoch kein direkter Körperkontakt. Variation: In der jeweils anderen, freien Hand balanciert jedes Kind einen Löffel mit einem kleinen Ball (Tischtennisball, Flummi o.ä.). Jedes Kind erhält einen neuen, unbenutzten Löffel und einen neuen Ball.

Material: Esslöffel, kleiner Ball oder Flummi, abgesteckter Hindernisparcours

Kognitiver Entwicklungsbereich

Station 9: Würfel-Action

Die Kinder stellen sich im Kreis mit jeweils 2m Abstand zueinander auf. Die Position der Kinder kann zuvor auf dem Boden markiert werden (Kreide, Hütchen, Sandsack etc.) um den Kindern die Abstandsregel zu visualisieren. In der Mitte des Kreises liegen ein großer Softwürfel und das „Würfel-Workout“. Jedes Kind darf einmal in die Mitte gehen und würfeln. Es nennt nun die gewürfelte Zahl und sieht auf dem „Würfel-Workout“ nach, welche Übung nun alle Kinder machen dürfen. Die Anzahl der Wiederholungen nennt die Betreuerin/ÜbungsleiterIn, wenn die Kinder in diesem Zahlenbereich noch nicht sicher sind.

Material: Großer Softwürfel oder normaler Spielwürfel

Anlage 2: Würfel-Workout*

Station 10: Bewegungskarten-Memory

Auf dem Boden liegen verdeckt ca. 20 Bewegungskarten, die jeweils eine einzelne Bewegungsform zeigen. Jedes Kind darf 3 Bewegungskarten aufdecken und sie sich ca. 30 Sekunden anschauen. Danach muss es die Karten wieder umdrehen und nun der Gruppe diese drei Bewegungen vormachen. Die anderen Kinder machen die Bewegungen nach.

Anlage 3: Bewegungskarten*

** Aus lizenzrechtlichen Gründen können wir die Anlagen 1-3 nicht uneingeschränkt vervielfältigen. Wenn Sie Interesse an der Durchführung des kontaktfreien KIBAZ haben, senden wir Ihnen den Link zum Download der Anlagen gerne zu.*

Quellen: Handbuch für den Sportverein „Kibaz“; Sportjugend NRW
Die Stationen wurden in Anlehnung an o.g. Handbuch modifiziert und angepasst.

