

## ScienceKids Sekundarstufe I

# Die erlebnispädagogischen Bausteine

Stefan Biehl, Christian Bruttel, Kai Nörrlinger

**Name:** menschliches Pendel

**Übungsdauer:** circa 10 bis 20 Minuten

**Organisationsform:** Gruppenarbeit

**Ort:** Klassenzimmer, Turnhalle oder Wiese

**Materialien und Hilfsmittel:**

- gegebenenfalls Augenbinden

**Schritt für Schritt:**<sup>36 37 38</sup>

Die Gruppe bildet einen Kreis. Ein Schüler stellt sich in die Mitte des Kreises. Er schließt die Augen und lässt sich steif wie ein Stock fallen. Die anderen Schüler fangen ihn sanft mit nach vorne gestreckten Armen auf und schubsen ihn vorsichtig in eine andere Richtung. Am Anfang sollte die Pendelbewegung kürzer sein, um die Schüler daran zu gewöhnen.

Nach circa 2 Minuten kommt ein anderer Schüler in die Mitte.

**Variationsmöglichkeit:**

Gruppe mit 3 Schülern: 2 stehen sich gegenüber und pendeln den dritten Schüler hin und her.

<sup>36</sup> LANDESSPORTBUND NRW (Hrsg.) (2005): *Arbeitshilfe: Abenteuer/Erlebnis*.

<sup>37</sup> GILSDORF, R., KISTNER, G. (1995): *Kooperative Abenteuerspiele 1. Praxishilfe für Schule, Jugendarbeit und Erwachsenenbildung*. Kallmeyer-Verlag, Seelze-Velber.

<sup>38</sup> SCHOLZ, M. (2005): *Erlebnis – Wagnis – Abenteuer. Sinnorientierungen im Sport*. PRAXISIDEEN – Schriftenreihe für Bewegung, Spiel und Sport. Hofmann-Verlag, Schorndorf.

## **Lernziele:**<sup>39</sup>

Die Schüler ...

- ... können eigene soziale Fähigkeiten erkennen und für andere einsetzen.
- ... können über ihr soziales Engagement reflektieren und es dokumentieren.
- ... können für andere verlässlich Verantwortung übernehmen.
- ... verbessern ihre Koordination in den Bereichen Gleichgewichts-, Differenzierungs-, Rhythmisierungs-, Reaktions- und Orientierungsfähigkeit.
- ... erweitern ihre Bewegungs- und Körpererfahrungen und verbessern ihre Wahrnehmungsfähigkeit.
- ... können sich selbst und andere einschätzen.
- ... verfügen über empathische Fähigkeiten, berücksichtigen sie im Umgang mit anderen.
- ... sind teamfähig und übernehmen Verantwortung für ihr Handeln.

<sup>39</sup> MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT BADEN-WÜRTTEMBERG: *Bildungspläne 2004*.