Gordischer Knoten

Achtsamkeit, Bewegung, Kennenlernspiel, Soziales Lernen

Diese Methode bietet sich an um Berührungsängste innerhalb einer Gruppe zu überwinden und um Situationen aufzulockern. Zusätzlich fördert es die Kommunikation, da es ohne zu sprechen schwer wird, aus dem Knoten herauszukommen.

Beschreibung

Die Methode „Gordischer Knoten“ besteht aus zwei Phasen, in der ersten Phase stellen sich die SuS in einem Kreis auf, schließen ihre Augen und gehen mit ausgestreckten Armen auf die Mitte zu. Dort fassen sie mit jeder Hand nach der Hand eines anderen Teilnehmenden. Alternativ können die Teilnehmer auch eng zusammenstehen und dann eine andere Hand suchen. Die Lehrperson muss hierbei darauf achten, dass die SuS jeweils Hände von zwei verschiedenen Kindern halten und nicht zwei Kinder eine Einzelgruppe bilden.

In der zweiten Phase dürfen die Teilnehmenden ihre Augen wieder öffnen und müssen versuchen den Knoten ihrer Arme zu entwirren. Dies schaffen sie, indem sie über die Arme der anderen klettern oder unter ihnen durchtauchen, ohne die anderen Hände dabei los zu lassen.

Als Ziel steht, dass alle im Kreis stehen und sich an den Händen halten-ohne Knoten!

Tipps

Wichtig ist, dass die Kinder miteinander kommunizieren. Ohne zu sprechen, gibt es keine Lösung des Knotens.

Material

Es wird kein Material benötigt, nur ausreichend Platz und ausreichend viele Teilnehmende.

Gordischer Knoten

Variation

Als Variationsmöglichkeit könnten ein oder zwei Kinder bestimmt werden, dass den Knoten von außen lösen muss. Diese müssen den anderen Anweisungen geben, wie z.B.: Kind eins muss unter dem linken Arm von Kind drei durchklettern.

Quellen

Kordelle-Elfner, Katja& Saggau, Simone, 77 kleine Spiele für den Sportunterricht. Koordinative und konditionelle Fähigkeiten gezielt fördern ; [1. – 4. Klasse], Buxtehude, [1. Aufl.]2009.

Lange, Harald& Sinning, Silke, Kämpfen, Ringen und Raufen im Sportunterricht, Wiebelsheim, [1. Aufl.]2007.

Orlick, Terry, Zusammen spielen – nicht gegeneinander! 150 kooperative Spiele für Kinder, Mülheim an der Ruhr, 2007.

Seifert, Josef W.& Göbel, Heinz-Peter, Games. Spiele für Moderatoren und Gruppenleiter ; kurz, knackig, frech, Bremen, 1998.