

Das unsichtbare Pferd. Social Distancing für Kinder

B) Übung macht die Meister*in: Abstandhalten trainieren und verinnerlichen.

In Blatt A) unserer Sammlung haben wir Anregungen für eine erste, spielerische Annäherung an die Abstands- und Hygieneregeln gegeben. Damit die gemeinsam erarbeiteten Regeln von den Kindern allmählich verinnerlicht werden, wird es hilfreich sein, sie in den kommenden Schul- oder Kitawochen immer wieder zu trainieren. Dies macht mehr Spaß, wenn das Setting der Spiele und Übungen nicht jedesmal das selbe ist, sondern von Mal zu Mal variiert wird.

Die folgenden Übungen sollen solche Variationsmöglichkeiten aufzeigen. Sie stellen einen Pool von Anregungen dar, aus dem Elemente aufgegriffen, variiert und frei kombiniert werden können.

1) Abstand erfahren, einschätzen und verinnerlichen

1.1) Gehversuche

Ort: Schulhof, Turnhalle, Aula

Material: Zollstock zum Überprüfen. Trillerpfeife o.ä.

Die Grundregel: Je zwei Kinder gehen aufeinander zu. Ab wann ist der zwei-Meter-Abstand erreicht? Wann muss ich ausweichen? Wie großräumig?

Wichtig: Trillerpfeifen und andere Blasinstrumente dürfen nur von einem oder einer Akteur*in verwendet und nicht aus der Hand gegeben werden.

Varianten:

- Insgesamt vier Kinder gehen langsam aus großer Distanz in 90-Grad-Winkeln aufeinander zu. Jedes Kind muss die Abstände zu drei anderen im Blick behalten. Alle vier müssen einander ausweichen und dabei die zwei-Meter-Abstände einhalten.
- Ein weiteren Schritten kann die Anzahl der Kinder allmählich gesteigert, die Richtungsangabe allmählich gelockert werden. Am Ende bewegen sich zehn oder fünfzehn Kinder langsam über den Schulhof oder durch die Turnhalle. Alle müssen in alle Richtungen darauf achten, dass die Abstände nicht unterschritten werden.
- Der/die Spielleiter*in oder auch ein Kind mit besonders gutem räumlichen Vorstellungsvermögen schlüpft in die Rolle des oder der Schiedsrichter*in. Sobald der Abstand von zwei Metern unterschritten ist, erklingt ein lautes Warnsignal. Sobald dieses Signal ertönt, müssen alle Kinder „einfrieren“. Der/die Spielleiter*in überprüft mit dem Zollstock, ob der Abstand tatsächlich zu gering war.

- Alternativ kann auch jedes Kind Spieler*in und Schiedsrichter*in in Personalunion sein und die anderen warnen, sobald es sieht, dass der Mindestabstand unterschritten ist.

1.2) Riesen-Trecker mit Anhänger

Ort: Schulhof, Turnhalle, Aula

Aus dem „unsichtbaren Pferd“ unserer ersten Übung ist ein „unsichtbarer Riesentrecker“ geworden. Die Trecker müssen rückwärts aus ihren weit auseinanderliegenden Garagen gefahren werden. Die Anhänger werden angekoppelt, dann setzen die Riesentrecker nach und nach, wenn die Straße frei ist, aus ihrer Einfahrt heraus, fahren, blinken, bremsen, nehmen Rücksicht, tanken und werden an der Tankstelle mit unsichtbaren Schwämmen gewaschen.

Schließlich versammeln sich alle Trecker auf dem Feld. Dort fahren sie sehr exakt ihre geraden Reihe ab. Alle Richtungswechsel müssen im rechten Winkel erfolgen. Wenn ein anderer Trecker den Weg kreuzt, muss man abwarten. Falls zwei Trecker die gleiche Route haben, dürfen sie nicht zu dicht auffahren.

2) Kooperation auf Abstand

Ort: Schulhof, Turnhalle, Aula

Material: Seil oder Bindfaden. Zollstock zum Überprüfen

2.1) Seilschaft

Die Kinder schlüpfen in die Rolle von Abenteuerreisenden, die sich durch eine gefährliche Landschaft bewegen. Um einander absichern zu können, müssen sie durch ein Seil (alternativ: Bindfaden) von zwei Metern Länge miteinander verbunden sein. Das Seil muss immer straff gehalten werden.

Je nach verfügbarem Material und Kooperationsfähigkeit der Mitwirkenden sind zwei Varianten denkbar: Paarweise (je zwei Kinder haben ein zwei Meter langes Seil) oder in größeren Gruppen (mehrere Seile oder auch ein sehr langes Seil, bei dem die zwei-Meter-Abstände durch Knoten, kleine Wimpel o.ä. gekennzeichnet werden).

Falls ein- und dasselbe Seil nacheinander von mehreren Kindern verwendet wird, sollten parallel die Regeln zur Handhygiene eingeübt werden: Während der Benutzung des Seils nicht ins eigene Gesicht fassen, unmittelbar davor und danach gründlich die Hände waschen.

Einige Variationen des Grund-Settings:

- Denkt euch in eurer Kleingruppe Details zu eurer gefährlichen Abenteuerreise aus. Durch welche Landschaften wandert ihr? Welche Hindernisse gilt es dabei zu überwinden?

- Alternativ können die Stationen und besonderen Herausforderungen der Reise auch durch eine Spielleitung angesagt werden. Dabei kann – in sehr behutsamer Dosierung – auch das Tempo der Fortbewegung durch entsprechende Ansagen variiert werden. Dabei sollte stets darauf geachtet werden, dass die Grundregel des straff gehaltenen Seils sich für alle einhalten lässt. Insbesondere bei schnellerem Tempo wird es längere „Bremswege“ benötigen, um auch beim Abbremsen das Seil straff zu halten und ein Unterschreiten des Mindestabstands zu vermeiden.
- Variante für Fortgeschrittene: Die gleiche Spielregel – aber diesmal hat die Reisegruppe ein „unsichtbares Seil“. Der/die Spielleiterin überprüft von Zeit zu Zeit mit dem Zollstock, ob die Abstände noch stimmen.
- Das „unsichtbare Seil“ eröffnet neue Möglichkeiten. Es kann zum Beispiel an die Nase einer Spielerin geklebt werden, die von einer anderen vorsichtig spazierengeführt wird.

2.2) Gefangenenausbruch

Ort: Schulhof, Turnhalle, Aula

Material: Dünnere Fäden, lange Papierstreifen oder Toilettenpapier

Eine Variante des vorangegangenen Spiels, diesmal für ältere Kinder mit zusätzlichem Spannungsfaktor und höheren Ansprüchen an die Geschicklichkeit: Jeweils zwei Spieler*innen fliehen gemeinsam aus einem Gefängnis. Sie sind mit Fußfesseln zu zweit aneinander gefesselt. Bei der Flucht darf diese Fessel weder reißen, noch angefasst werden, noch (durch zu nahen Abstand) den Boden berühren – andernfalls erklingt ein Alarm und der Gefängniswärter kommt.

Die Paare müssen sich sehr langsam und koordiniert bewegen. Je fragiler die Fesseln sind, umso schwieriger wird das Spiel. Denkbar ist z.B. eine Papierbahn, in die vorsichtig zwei Löcher gerissen werden, durch die zwei Kinder je einen Fuß stecken. Schwieriger dürfte das Spiel mit einer zwei Meter langen Bahn Toilettenpapier werden, deren Enden ums Bein gerollt und festgeklebt werden. Zu weiteren Steigerung der Schwierigkeit kann die Anzahl der gemeinsame Fliehenden, die durch Fesseln miteinander verbunden sind, erhöht werden.

Anschließend wird ausgewertet, welche Maßnahmen nützlich waren, welche störend. Gibt es vielleicht Situationen, in denen wir uns ähnlich gut miteinander koordinieren müssen?

Diese Anleitung basiert auf dem Spiel „Gefangenenausbruch“ von Jule Hildmann, Schatzkiste der Simple Things, 2017, Augsburg, Seite 170

2.3) Gedeckter Tisch

Ort: Schulhof, Turnhalle, Aula

Material: Großes Tuch oder Tischdecke, Requisiten

Ein mindestens zwei mal zwei Meter großes Tuch wird von vier Kindern in jeder Ecke gespannt und wie ein Tisch durch den Raum getragen. Sobald dies gut funktioniert, kann dieses Grundprinzip variiert werden:

- Ein Plastikteller wird mit dem Tuch durch den Raum getragen.
- Ein Plastikbecher voll Wasser, das Wasser darf nicht verschüttet werden
- Einen Ball wird hüpfen gelassen

Dasselbe kann man mit imaginären Tellern, Bechern oder allen möglichen aufwändigen Gedecken probieren – oder auch mit einem imaginären Tuch.

Handhygiene beachten: Entweder ein eigenes Tuch pro Gruppe, das anschließend gewaschen wird und Berühren der Gegenstände nur durch die Workshopleitung – oder Kombination mit gründlichem Händewaschen vor und nach dem Spiel.

2.4) Soundball / Unsichtbare Geschenke

Ort: Schulhof, Turnhalle, Aula

Ein weit verbreiteter „Klassiker“ der Theater- und Konzertpädagogik, der auf vielfältige Weise in Richtung „Abstandhalten“ modifiziert werden kann, ist das Spiel mit imaginären „Klangbällen“ bzw. die Weitergabe imaginärer, sich verwandelnder Gegenstände.

Das Grundprinzip: Alle stehen in einem großen Kreis mit 2 Meter Abstand. Die Spielleitung wirft einen Stimmklang wie einen Ball (mit entsprechender pantomimischer Geste) zu einem Kind. Das Kind fängt den Ball pantomimisch und stimmlich auf. Es kann den Ball sofort zu einem anderen Kind weiterspielen oder ihn vorher für einen Moment bei sich behalten und mit Klang und Stimme demonstrieren, wie sich der Ball verändert (z.B. schwerer oder leichter, kleiner oder größer wird).

Dieses Grundprinzip kann auf unzählige Weisen variiert werden. Zum Beispiel:

- Anstelle des Balls werden unsichtbare Geschenke im Kreis herumgegeben (ein Tier mit dem man kuschelt, etwas zu essen usw.). Dadurch vervielfältigen sich die Möglichkeiten der Weitergabe: Lasse dein Tier zum nächsten laufen, wirf den Apfel vorsichtig weiter, lege das Spielzeug ab und tritt zurück, damit die nächste es holen kann. In den Händen des oder der nächsten verwandelt sich das unsichtbare Geschenk in etwas völlig Neues.
- Eine Regel wird etabliert (zum Beispiel spezifische Klänge für mehrere Bälle, die gleichzeitig im Spiel sind). Je schneller man spielt oder je mehr Bälle ins Spiel kommen, desto mehr Fehler passieren. Wer einen Fehler macht oder zu lange überlegt, rennt einmal in einem Riesenkreis um die ganze Gruppe, die inzwischen einfach weiter spielt.

3) Wahrnehmungssensibilisierung

3.1 Von den Tieren lernen

Ort: Schulhof, Turnhalle, Aula

Man kann viel von den Tieren lernen. Sie haben teilweise viel schärfere Sinne, da ihr Überleben häufig davon abhängt, ob sie einen nahenden Feind schnell genug wahrnehmen können. Diese Fähigkeiten der Tiere machen wir uns zu eigen.

- **Hirschohren:** Die Schüler*innen stellen sich vor, sie hätten so schöne, große und samtige Ohren wie ein Hirsch. Das tolle an den Hirschohren ist, dass man sie in alle Richtungen drehen und Geräusche von überall hören kann! Die Kinder konzentrieren sich eine Weile auf dieses Bild und lauschen gezielt in unterschiedliche Richtungen, ohne den Kopf zu drehen.
- **Eulenaugen:** Die riesigen runden Augen ermöglichen es der Eule, Dinge in einem sehr großen Umkreis gleichzeitig wahrzunehmen, ohne den Kopf drehen zu müssen. Die Schüler*innen stellen sich vor, dass sie plötzlich Eulenaugen haben. Der/die Workshopleiter*in demonstriert die neuen Möglichkeiten und bewegt zwei Finger so weit nach außen, dass sie gerade noch beide Finger am Rand ihres Gesichtsfeldes sehen kann. Die Kinder machen es nach und konzentrieren sich eine Weile auf dieses Bild.
- **Fuchspfoten:** Das wunderbare an den weichen Pfoten eines Fuchses ist nicht nur, dass er sich lautlos anschleichen kann, sondern auch, dass er mit den Pfoten den Boden abtasten kann. Er spürt jede Unebenheit und kann sich sicher auf unebenem Gelände bewegen, ohne nach unten zu schauen. Den Kindern wachsen plötzlich Fuchspfoten und sie gehen langsam und vorsichtig (möglichst über leicht unebenes Gelände, z. B. eine Wiese), ohne nach unten zu schauen.

Zu guter Letzt konzentrieren sich die Kinder auf alle ihre neuen Sinne auf einmal: Sie bewegen sich mit ihren Fuchspfoten sicher über den Boden, schauen geradeaus und nehmen dabei alles wahr, was sich im Gesichtsfeld ihrer Eulenaugen bewegt und was an ihre Hirschohren dringt. Dabei halten sie als scheue Waldtiere immer den größtmöglichen Abstand zu den anderen. Anschließend tauschen sie sich über ihr Erlebnis aus.

Die Anregung zu diesem Spiel verdanken wir dem Naturpädagogen Christian Schorpp.

3.2 Einen Planeten erforschen

Ort: Schulhof, Turnhalle, Aula

Die Schüler*innen stehen – jede*r für sich – an unterschiedlichen Stellen im Raum. Der/die Spielleiter*in trägt den nachfolgenden Text vor. An den Stellen, die durch eine Klammer markiert sind, empfiehlt es sich, etwas Pause zu lassen, damit die Spieler*innen reagieren können.

Die Spieler*innen vollziehen den vorgelesenen Text spielerisch nach, jeder und jede für sich, ohne die anderen zu beachten.

Moderationstext:

Ihr seid viele Lichtjahre lang durchs Weltall gereist – nun seid ihr am Ziel eurer Reise angekommen: Einem bislang unerforschten Planeten, den vor euch noch nie ein Angehöriger eures Volkes betreten hat.

Ihr tretet in die Umlaufbahn dieses Planeten ein (...) Nähert euch seiner Oberfläche (...) und setzt zur Landung an. Und nun seid ihr gelandet.

Ihr erhebt euch vom Sitz eures Raumschiff-Cockpits und werft vorsichtig einen Blick nach draußen. Wie sieht es dort draußen aus? (...) Was für eine Land-

schaft seht ihr? Sieht sie eher einladend oder abschreckend aus? Sumpf? Gebirge? Wüste? (...)

Eure Messinstrumente zeigen euch an, dass es dort draußen genug Luft für euch gibt. Also öffnet ihr sehr, sehr vorsichtig die Tür. (...) Natürlich habt ihr keine Ahnung, was euch da draußen erwartet. Ihr wisst nicht, ob der Boden euch trägt, oder unter euch wegbricht – ob es feindliche Wesen gibt – giftige Substanzen – ob die Schwerkraft genauso ist, wie auf eurem Heimatplaneten, oder ihr euch plötzlich leicht oder schwer fühlen werdet. Aber dennoch setzt ihr sehr, sehr behutsam einen Fuß auf den Boden. (...) Der Boden trägt euch, es ist nichts passiert, ihr wagt euch ein Stück weiter vor (...) und beginnt allmählich, das Gelände rings um das Raumschiff zu erforschen – immer auf der Hut, und stets in Bereitschaft, im Falle einer Gefahr zurück ins Raumschiff zu flüchten. (...) Irgendwann bemerkt ihr, dass da auch andere Lebewesen sind. Sie scheinen auch euch zu bemerken. (...) Bleibt auf sicherem Abstand. (...) Natürlich sprechen diese außerirdischen Lebewesen eure Sprache nicht. Versucht ihnen zu signalisieren, dass ihr in friedlicher Absicht kommt und ihnen nichts tun werdet.

3.2 Große, freundliche Tiere mit sehr großen Hörnern

Ort: Schulhof, Turnhalle, Aula

Jedes Kind ist ein sehr großes und sehr freundliches Tier mit noch größeren Hörnern einem Geweih, ähnlich wie Highland-Rinder oder Hirsche. (Variante: Sie bewegen sich mit ihren Hörnern sehr höflich und rücksichtsvoll umeinander herum, so dass niemand verletzt wird. Die Hörner können auf einfachste Art damit simuliert werden, dass die Kinder die Arme ausstrecken. Alternativ können auch lange, dünne Ästchen verwendet werden, für jedes Kind ein Paar.

„Social Distancing für Kinder“ ist ein Teilprojekt der Initiative MUSIK AUF ABSTAND.

Mitarbeit an diesem Arbeitsblatt:
Kai Bücher, Ortrud Kegel, Bernhard König
Letzte Aktualisierung: 6. Mai 2020.

Spielanleitungen ohne Quellenangabe wurden als Originalbeiträge in unserem Team entwickelt. Da es in der Kulturpädagogik üblich ist, derartige Übungen mündlich weiterzugeben und dabei zu variieren, können wir nicht ausschließen, dass sie an bereits Bestehendes anknüpfen. Wir danken deshalb allen Kolleg*innen, von denen wir gelernt und Impulse übernommen haben. Alle hier genannten Spiele dürfen als Open Content nach Bedarf umgesetzt, weitergegeben, variiert und verändert werden.

Weitere Informationen unter
<https://trimum.de/start/musik-auf-abstand/schule>