

### EIN KISSEN ALS SPORTGERÄT?

Wenn man unterschiedliche Schüler\* in einer Aula mit vielen verschiedenen Bällen frei spielen lässt, kann man folgendes Szenario beobachten, welches sich meist bei unterschiedlichen Altersklassen wiederholt:

Es gibt Schüler die stürmen auf den Ball und schießen ihn in die Weiten der Aula, andere eröffnen ein Spiel mit mehreren, wieder andere spielen für sich und versuchen den Ball mit dem Fuß und/oder auf dem Kopf zu jonglieren. Neben den Mischformen und denjenigen, für die ein Ball kein reizvolles Material darstellt, geht dieses Freispiel nur für wenige Minuten gut und man muss es abbrechen. Die Stimmung kippt, weil sich ein Ball ungefragt mit der Nase eines Kindes verabredet hat...

Wenn man unterschiedliche Schüler in eine Aula mit vielen verschiedenen Kissen frei spielen lässt, kann man folgendes Szenario beobachten, welches sich meist bei unterschiedlichen Altersklassen wiederholt:

Es gibt Schüler die stürmen auf das Kissen und schießen es in die Weiten der Aula, andere eröffnen ein Spiel mit mehreren, wieder andere spielen für sich und versuchen das Kissen mit dem Fuß und/oder der Hand zu jonglieren, darauf zu rutschen, es zu werfen, es auf dem Kopf zu balancieren, oder daraus Türme zu bauen. Und natürlich sich damit zu verhauen. Und? Alle Kinder fühlen sich von dem flauschigen Material inspiriert und bewegen sich. Das freie Spiel wird höchstens abgebrochen, weil man die Kinder in den nächsten Unterricht schicken muss.



### WIE WIRD ES GESPIELT?

SCHiiMPF® ist ein klassenübergreifendes Spiel mit vielen Variation. Es kann als klassisches „SCHiiMPF®“, also eine regelgeleitete Kissenschlacht gespielt werden, in der die SCHiiMPFER versuchen sich zu verteidigen, in dem sie das Kissen mit beiden Händen, schützend vor sich halten und Schläge abblocken. Wie greift man an und wo darf ich jemanden treffen? Dies darf man nur mit einer Hand, die das Kissen hält. Treffen ist nur am Rücken, Rumpf, Beine und Füße erlaubt. Werden die Tabuzonen: Kopf, Schulter, Arm oder Hand getroffen, setzt der SCHiiMPFER sich auf sein Kissen, macht eine Pause oder eine Fitnessübung und ist wieder im Spiel.

Die typische Frage: „Herr Oeltjendiers, wer hat jetzt gewonnen?“, bleibt aus. Vielleicht liegt es daran, dass nach 3min alle total ausgepowert sind oder weil das Spiel diese Option des Gewinnens, Punktesammelns, schneller seines erst einmal ausklammert. Spielen, weil es Spaß macht ist hier das Motto.



# SCHiiMPF® IN DER SCHULE?



## WAS BRINGT SCHiiMPF®?

Natürlich Spaß, aber aus sportwissenschaftlicher Sicht werden hier viele Skills wie Spielintelligenz, Reaktionsfähigkeit, Raumwahrnehmung und Koordination geschult, außerdem ist es ein spielerisches Ganzkörper-Workout in dem auch unsere 135 Lachmuskeln involviert sind. Denn es ist sehr auffällig, wie viel bei diesem Spiel gelacht wird. Wenn wir SCHiiMPF® als „Kleines Spiel“ (sogenannte Spielformen die auf die „Großen Spiele“, wie Fußball, Hockey, Volleyball und co. vorbereiten) einsetzen, kann man ein Kissen wunderbar werfen, schießen, passen...ohne sich zu verletzen und somit auch keine Sporttraumata im Zusammenhang mit Spiel-Unfällen entstehen.

Die Erfahrungen, die ich mit den Mittelstufen- und Oberstufenschülern mache, sind, dass SCHiiMPF® auch für Nicht-Sportler ein leicht zugängliches Mittel ist, einfach mal wieder herzlich zu lachen, sich vom Schulalltag zu befreien und sich ganz nebenbei richtig auszuempowern.

## SCHiiMPF® IN DER SCHULE? UNBEDINGT!

Warum SCHiiMPF® so gut in den Schulsportunterricht passt, weil man es von der 1. bis zur 13. Klasse entwicklungsgerichtet anpassen kann. SCHiiMPF® bietet neben den kleinen Spielen, sehr viele Variationen für gruppendynamische Aktivitäten, Rätselaufgaben bis hin zu Partnerübungen und kann überall und mit jedem Menschen gespielt werden.

SCHiiMPF® selbst produziert keinen Einfluss von außen, der den Spielerhabitus verfälscht, wie beispielsweise bei anderen großen Sportspielen oder Trendsportarten (Merchandise, Frisuren, Codes, Klassenunterschiede). Die Kampfkissen können im Handarbeitsunterricht oder zu Hause hergestellt werden und man kann es zu jeder Gelegenheit benutzen. Ein Sportgerät für viele Spiele. SCHiiMPF® möchte die „Fluchkultur“ revolutionieren und das ist ein weiteres Werkzeug in der Erziehung, man lernt ab der ersten Klasse richtig zu schimpfen. Anstatt Sch..., F\*\*k, Ar#\*~, gibt es SCHiiMPF®-Mottos wie beispielsweise: Obst + Körperteil = Bananenfuß!

## KRITIK:

Auf dem Kissen kann man bei bestimmten Untergründen ausrutschen, man kann es nicht dribbeln und bei langen Würfeln fliegt es unberechenbar. Die „Ich hab dich getroffen, nee hast du nicht“-Debatte gibt es nach wie vor.

Ich freue mich jedenfalls, wenn es wieder heißt:

„Auf die Plätze, fertig, SCHiiMPF®!“

Patrick Oeltjendiers

\* Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.