

SYBILLE BIERÖGEL

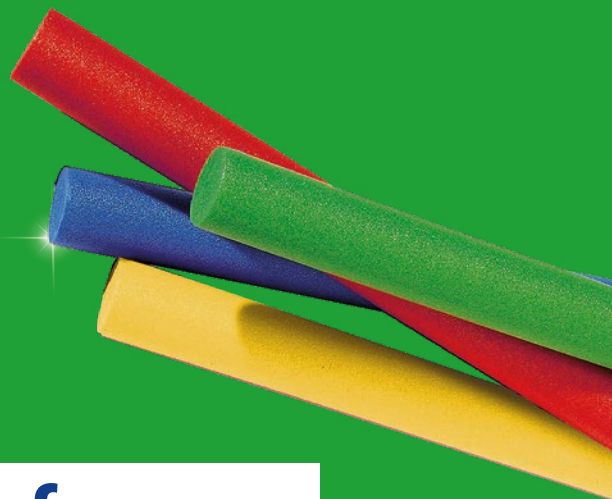
STERNSTUNDEN

IM TURNEN

MIT

ALLTAGSMATERIALIEN
UND KLEINGERÄTEN

Fantasievolle Turnstunden
kinderleicht umsetzbar in
Kiga, Grundschule und Verein



- Für die Standard-Ausstattung im Bewegungsraum
- Schnell und einfach aufbauen mit Foto-Karten
- Kein Vorbereitungs-aufwand durch Stundenbilder

hofmann.

Inhalt

| | |
|--|---|
| STERNSTUNDEN MIT ALLTAGSMATERIALIEN | 5 |
|--|---|

TURNEN ALS TIERE

| | |
|---|----|
| Spinne – Geschicklichkeitstraining im Spinnennetz | 7 |
| Fledermäuse – Turnen mit allen Sinnen | 9 |
| Ameisen – Spiele mit Mousepads, Teppichfliesen und Matten | 13 |
| Karl, der kleine Mistkäfer – Turnen mit Medizinbällen | 15 |
| Im Delfinarium – Abwechslungsreiche Spielstationen | 17 |

SCHULUNG DER KÖRPERKOORDINATION UND -WAHRNEHMUNG

| | |
|---|----|
| Feuerwehr – Spannende Bewegungsaufgaben alleine und im Team lösen | 19 |
| Eine Stadt aus Reifen – Koordinative Spieleinheiten | 21 |
| Ein Taxi, bitte! – Bewegungsgeschichte mit Rollbrettern | 23 |
| Der König sucht eine Frau – Stationsaufgaben mit Pappdeckeln | 27 |
| Die fleißigen Handwerker– Spielgeschichte mit Pappdeckeln | 31 |
| Die Wikinger sind los!– Ringen und Raufen zum Kräftemessen | 35 |
| Gemeinsam sind wir stark – Spielgeschichte um wahre Freundschaft | 39 |
| Auf zur Flugzeugshow! – Viele Spiele mit Papierfliegern | 41 |
| Auf zum Barfußpfad! – Wahrnehmungsparcours für die Füße | 43 |

MEIN KÖRPER UND ICH

| | |
|---|----|
| Von Kopf bis Fuß – Spiele zur Ganzkörperwahrnehmung | 47 |
| Kleine und große Turnmännchen – Kreative Bewegungseinheiten | 49 |
| Im Land der Gefühle – Stationslauf mit dem Spielwürfel | 51 |
| Bewegen und Denken – Konzentrations- und Wahrnehmungsspiele | 53 |

TURNEN MIT FANTASIE

| | |
|--|----|
| Was steht in der Zeitung? – Eine Bewegungsgeschichte mit Zeitungsblättern | 55 |
| Da ist nur Luft drin! – Kreative Spiele mit kleinen und großen Luftballons | 59 |
| Auf geht's zur Schule – Bewegung rund um den Tornister | 61 |
| Wettbewerb der Baumeister – Bauen mit Schaumstoffquadern | 65 |
| Mutige Räuberbande – Bewegungsaufgaben mit Tennisbällen lösen | 67 |
| Als Piraten auf Schatzsuche – Spannende Bewegungsgeschichte | 69 |
| Cowboys und Indianer – Kreative Aktionen an Gerätestationen | 71 |

TURNEN MIT BESONDEREN ALLTAGSMATERIALIEN

| | |
|--|----|
| Lustig-bunte Regenschirme – Fantasivolle Spieleinheiten | 75 |
| Das Ritterturnier – Treffliche Kämpfe mit Poolnudeln | 77 |
| Modenschau – Kleidsame Spielideen mit Hüten | 81 |
| Wir bauen uns eine Stadt – Konstruktionen mit Zollstöcken | 83 |
| Spiele mit 100 und 1 Kissen – Toben und Entspannen mit kleinen und großen Kissen | 85 |
| Rund ums Kreppband – Kreative Wahrnehmungsspiele mit dem Kreppband | 87 |
| Im Schwimmbad – Bewegungsspiele mit Schwimmreifen | 89 |

AUSDAUERTRAINING

| | |
|--|----|
| Die Welt, die mir gefällt – Spielerisches Ausdauertraining im Märchenland | 91 |
| Das stärkste Mädchen der Welt – Ausdauertraining mit viel Fantasie | 93 |
| Die Post ist da! – Geschicklichkeits- und Ausdauertraining mit Briefumschlägen | 95 |
| Besuch auf dem Reiterhof – Hindernislauf mit Pferden | 97 |

SPIELE MIT KLEINEN UND GROSSEN BÄLLEN

| | |
|--|-----|
| Heute toben wir uns aus – Powerspiele mit Physiobällen | 99 |
| Im Wurfgarten 1 – Stationstraining mit kleinen und großen Bällen | 101 |
| Im Wurfgarten 2 – Stationstraining mit kleinen und großen Bällen | 105 |
| 1001 Ball – Turnen mit unterschiedlichen Bällen | 107 |

ANHANG

| | |
|---|-----|
| Kopiervorlagen. | 109 |
| Fingerspiele. | 123 |
| Entspannungsrätsel. | 124 |
| Mitmachgeschichte | 125 |
| Literaturhinweise und Musikempfehlungen | 126 |
| Die Autorin und die Illustratorin | 126 |

PARCOURSKARTEN

Sternstunden mit Alltagsmaterialien

Dieser Ordner ist für Erzieherinnen, Übungsleiterinnen und Grundschullehrkräfte gedacht, die Turnstunden schwerpunktmäßig mit Alltagsmaterialien und Kleingeräten für Kinder im Alter zwischen drei und acht Jahren anbieten möchten. Es gibt im Alltag viele Materialien, mit denen sich kreative Spielideen entwickeln lassen. Sie können vor allem in kleineren Bewegungsräumen gut umgesetzt werden, da für Großgeräte nicht immer genug Platz vorhanden ist oder das Budget der Einrichtung dafür nicht reicht. Auch ohne tolle Sportgeräte kann man viel Abwechslung und Spaß in die Turnstunden bringen.



Alltagsmaterialien sind kostengünstig, relativ einfach zu besorgen und vielfältig und variantenreich einzusetzen. Ein weiterer Vorteil liegt in den unterschiedlichen Eigenschaften der Materialien: Manche sind leicht und ungefährlich (z. B. Wolle oder Mousepads). Schaumstoffquader sind leise Spielgeräte, was in einem lebhaften und lauten Kindergarten oder Schulalltag durchaus von Vorteil ist. Darüber hinaus ist die Kreativität der Kinder gefragt und gefordert. Sie entwickeln die Fähigkeit, eigene Erfahrungen und Ideen miteinander zu verknüpfen und auszuprobieren. Zahlreiche variantenreiche Lösungen entstehen durch spontanes und flexibles Denken. Das kann aber nur geschehen, wenn den Kindern ausreichend Zeit gegeben wird, sich ohne Zwang und Druck zu entfalten! Wenn jedes Kind mit einem Erfolgserlebnis nach Hause geht, wird hier der Grundstein für die Freude an der Bewegung geweckt und tief verankert.

Die Kinder begreifen ihre Umwelt nicht nur mit dem Kopf, sondern vielmehr mit allen ihren Sinnen. Über die Bewegung setzen sie sich mit sich selbst und ihrer unmittelbaren Umgebung auseinander. Spielen ist für sie ein Grundbedürfnis. Gerade zwischen dem dritten und achten Lebensjahr besteht bei Kindern ein hohes Interesse am kreativen Spiel. Sie schlüpfen gerne in die Rollen der Entdecker und Baumeister, tauchen in die Fantasiewelt der Märchen- und Tierwelt ein und werden so begeisterte Akteure. Turnen mit Materialien übt auf Kinder den besonderen Reiz aus, sich bewegen zu wollen und sich dem Spielgegenstand kreativ zu widmen. Durch das Spielen mit Alltagsmaterialien steht die Anregung und Mitgestaltung eigener Ideen im Vordergrund. Die Kinder machen sinnliche Erfahrungen, tauschen sich aus und erleben anregende Spiel- und Bewegungssituationen.

Inhalte und Ziele der Sternstunden mit Alltagsmaterialien

Das Spielen und Experimentieren mit Gegenständen fördert die Kinder vielseitig in ihrer gesamten motorischen Entwicklung. Je nach Material oder Themenschwerpunkt gibt es differenzierte Förderschwerpunkte:

- **Selbstkompetenz:** Förderung des Selbstwertgefühls (eigene Stärken und Handlungsmöglichkeiten entdecken und umsetzen, Vertrauen in eigene Fähigkeiten entwickeln).
- **Sinneserfahrung:** Anregung und Förderung der taktilen, auditiven und visuellen Reize.
- **Koordinative Fähigkeiten:** Gleichgewichtssinn, Reaktionsfähigkeit, Sinn für Rhythmus, Differenzierung, Orientierungsfähigkeit.
- **Körperwahrnehmung:** Die Kinder erleben und nehmen ihren Körper intensiv wahr und lernen, sich selbst einzuschätzen.
- **Materialerfahrungen:** Förderung von Auge-Hand-Koordination, Kraftdosierung und Feinmotorik. Die Kinder erfahren etwas über Größe, Gewicht und physikalische Eigenschaften von verschiedenen Gegenständen.

- **Soziale Kompetenzen:** Kooperations- und Kommunikationsfähigkeit fördern und fördern (anderen Kindern zuhören, gemeinsam planen und entscheiden, Kompromisse aushandeln und gemeinsam Lösungsstrategien entwickeln, gegenseitige Rücksichtnahme und Hilfestellung)
- **Kognitive Fähigkeiten:** Die Kinder werden spielerisch zum Denken angeregt, z. B. durch Vergleichen und Suchen von Formen, Farben oder Mustern. Förderung von Konzentration und Merkfähigkeit sowie Sprachverständnis und Wortschatzerweiterung.
- **Fantasie und Kreativität:** Die Kinder entwickeln eigenständige Ideen. Jeder bringt sich mit seinen Fähigkeiten ein und alle Fähigkeiten werden genutzt.

Je vielfältiger die Bewegungsanreize sind, desto besser werden die Kinder in ihren koordinativen Fähigkeiten und ihrer Geschicklichkeit geschult. Wenn Kinder sich mit Begeisterung bewegen, spiegelt sich dies auch in einer positiven Lebenseinstellung wider.

Einsatzmöglichkeiten und Ablauf

Dieser Ordner enthält insgesamt 40 ausgearbeitete Stundenbilder mit Alltagsmaterialien, die an die Erlebniswelt der Kinder anknüpfen. Schwerpunkte sind Bewegungsgeschichten mit Themen rund um den Körper, zur Ausdauerschulung oder als Koordinationstraining. Die Dauer eines Stundenbildes beträgt 60 Minuten. Je nach Größe des Bewegungsraumes oder der Turnhalle nehmen acht bis zwölf Kinder an den Turnstunden teil. Zu Beginn jeder Stunde sollte ein Begrüßungslied gesungen werden, um die Kinder auf das gemeinsame Turnen einzustimmen. Danach erklärt die Übungsleitung kurz den Stundeninhalt. In der Erwärmungsphase können die Kinder ihren Bewegungsdrang ausleben und schon erste Erfahrungen mit dem Spielgerät machen. Danach folgt der vielseitige und umfassende Teil mit dem jeweiligen Alltagsmaterial. Die Spiele bieten den Kindern immer einen angemessenen Wechsel zwischen An- und Entspannung. Zum Abschluss lässt die Übungsleitung mit themenbezogenen Liedern, Fingerspielen oder Entspannungseinheiten die Turnstunde ausklingen. Durch den Einsatz entsprechender Musik werden die Turnstunden noch abwechslungsreicher gestaltet und die Bewegungsfreude unterstützt. So wird beispielsweise bei Entspannungsübungen mit ruhiger Musik schneller die gewünschte Wirkung erzielt.



Der Sternstundenordner enthält

- Thematisch ausgearbeitete Turnstunden, die Sie als Leitfaden mit in den Bewegungsraum oder in die Turnhalle nehmen können.
- Kopiervorlagen (Ausmalbilder, Puzzlebilder, Regenschirmmemory, Krone, Fledermaus-Fensterbild, Handwerker-Medaillen, Freundschaftsurkunde, Schultüte).
- Vorlage für Taxi-Fahrtenbuch und Taxi-Puzzle.
- Kopiervorlage Spielwürfel und Laufkarte „Gefühle“.
- Fingerspiele, Mitmachgeschichte und Entspannungsrätsel.
- Vielseitig einsetzbare Parcourskarten (Anhang), die Sie auch individuell für selbst entwickelte Stundenbilder nutzen können. Auf der Rückseite jeder Parcourskarte finden Sie Anregungen und Tipps für zusätzliche Bewegungsangebote.

Bei Ausübung der zahlreichen Spielideen werden Sie erleben, wie sich Kinder die Faszination des Spielens erschließen. Lassen Sie sich von der Kreativität der Kinder anstecken! Ich wünsche Ihnen besonders viel Spaß beim gemeinsamen Entdecken und Spielen.

Spinne

Geschicklichkeitstraining im Spinnennetz

ZIELSETZUNG

Ein eigenständig kreiertes Spinnennetz übt auf die Kinder eine große Faszination aus, sich darin in unterschiedlichen Arten zu bewegen. Sie machen vielfältige Bewegungs- und Materialerfahrungen, nehmen Hindernisse wahr und lernen, sie einzuschätzen und zu bewältigen. Dabei geben sie sich gegenseitig Bewegungsimpulse und Hilfestellung. Erweiterung der sozialen Kompetenz mit anderen Kindern.

MATERIAL

10–15 Wollknäuel, 1 Plastikbecher (0,5 l), 1 mittelgroßer Ball, 1 runde schwarze Pappscheibe (Ø 40 cm), viele Wäscheklammern, Kleinmaterialien wie Pappdeckel, Säckchen, Chiffontücher, Tennisringe, Tennisbälle oder Bälle aus dem Ballbecken, 1 Pikler-Dreieck, 1 große Spielleiter von Hengstenberg (alternativ Bänke und Kästen)

VORBEREITUNG

Eine Pappscheibe mit einem Durchmesser von 40 cm rund ausschneiden und schwarz bemalen.

DURCHFÜHRUNG

Die Kinder sitzen im Kreis. Die Übungsleitung hält den Anfang eines Wollknäuels fest, wirft einem Kind das Knäuel zu und nennt seinen Namen. Das Kind hält ein Stück der Wolle fest und wirft das Knäuel zu einem anderen Kind. Das Spiel wird so lange gespielt, bis alle miteinander verbunden sind. *Wie sieht das aus, was wir jetzt alle in unseren Händen halten? Was wisst ihr über Spinnen?* (Sie ziehen Fäden und bauen daraus ein Spinnennetz; sie fressen Insekten und haben acht Beine, mit denen sie sich schnell fortbewegen können etc.) *Wie bewegen sich Spinnen?* Vorschläge der Kinder aufgreifen und umsetzen. Die Kinder bewegen sich im Vierfüßlerstand oder im Spinnengang (Rücken zeigt zum Boden) durch die Halle.



Spinne mit Wäscheklammern bauen: Auf den Plastikbecher den mittelgroßen Ball und darauf die runde schwarze Pappscheibe legen. Um den Aufbau viele Wäscheklammern legen. *Ich möchte mit euch eine Spinne bauen. Klemmt an den schwarzen Spinnenkörper eine Wäscheklammer nach der anderen, so dass die Spinne Beine bekommt.* Die Kinder stimmen sich untereinander ab und helfen sich gegenseitig, die Beine der Spinne anzuklemmen, sodass der eigentliche Spinnenkörper nicht herunterfällt.



TIPP: Ein tolles Kooperationspiel, bei dem selbst lebhaftere Kinder zur Ruhe kommen.

Das große Spinnennetz: *Jetzt bauen wir uns ein großes Spinnennetz!* Verschiedene Bänke, Kästen oder Hengstenberg-Spielleitern kreisförmig um die Sprossenwand stellen. Jedes Kind erhält ein Wollknäuel. Am Anfang hilft die Übungsleitung den Kindern, ihr Wollknäuel an einem Turngerät zu befestigen, so dass sie anschließend selbstständig die Wolle zwischen den Geräten spannen können.



Nachdem das riesige Netz gespannt ist, wird es durch vorsichtiges Ziehen an den Bänken und Spielleitern straffgezogen.



1

2

Auf zur Flugzeugshow!

Viele Spiele mit Papierfliegern

ZIELSETZUNG

Förderung von Interessen der Kinder, die mit reizvollen Aufgaben verbunden sind. Die Kinder werden aktiv mit in das Spielgeschehen eingebunden und entwickeln vielfältige, motivierende Ideen. Förderung der gesamten Körperkoordination, insbesondere der Auge-Hand-Koordination und der Feinmotorik. Die Bewegungsaufgaben sind den Anforderungen der Kinder so angepasst, dass sie Erfolgserlebnisse haben werden. Förderung des Selbstwertgefühls: eigene Stärken und Handlungsmöglichkeiten entdecken und umsetzen, Vertrauen in eigene Fähigkeiten entwickeln. Spaß und Freude an der Bewegung.

MATERIAL

Buntes Papier, Malstifte, 1–2 (Hüpf-) Hängematten, 1 Reifen, 1 Seilchen, Bastelanleitung eines Papierfliegers (aus dem Internet ausdrucken), Pylone, 1 Eieruhr, bewegungsfreudige Musik

VORBEREITUNG

Mehrere kleine und große Papierflieger falten.

TIPP: Vorher die Stunde ankündigen, damit die Kinder mit ihren Eltern eigene Papierflieger basteln können. Erfahrungsgemäß zeigen besonders Väter ein hohes Interesse.

DURCHFÜHRUNG

Heute besuchen wir eine große Flugzeugshow und werden selber einige Flugzeuge testen. Wer von euch ist schon mal mit einem Flugzeug geflogen? Die Kinder berichten kurz von ihren Flugerfahrungen.

Wir machen einen ersten Testflug. Zwei bis drei Matten als Start- und Landebahn hintereinander legen. Alle Kinder gehen zur Landebahn in die Startposition (Hockstellung und Arme spreizen). Ein Tankwart (Übungsleitung) tankt die Flugzeuge auf, indem er die Kinder am Rücken oder Nacken kitzelt. Danach zählen alle gemeinsam laut von Zehn auf Null herunter. Nach dem gemeinsamen Start „fliegen“ (laufen) alle erst langsam, dann in mehreren Kurven immer schneller durch die Halle. Im Hintergrund spielt bewegungsfreudige Musik. Mithilfe einer Ansage der Übungsleitung landen alle nacheinander auf der Landebahn.

In der Wartehalle: Die Kinder basteln frei oder zusammen mit der Übungsleitung einen Papierflieger und schreiben ihren Namen oder malen ein Zeichen darauf.

Erster Testflug: Wir testen die Flugeigenschaften unserer Papierflieger! Die Kinder lassen ihre Papierflieger mit Schwung fliegen, beobachten den Flugweg und starten erneut. Danach gibt die Übungsleitung ihnen folgende Bewegungsanweisungen:

- Stellt euch an einer Hallenseite auf und lasst euren Papierflieger so weit wie möglich in die Halle fliegen. Wiederholung. Die Übungsleitung markiert den weitesten Flieger mit einer Pylone. Kann ein anderes Kind den Flug toppen?
- Lasst euren Papierflieger fliegen und fangt ihn beidhändig auf.
- Könnt ihr ihn auch mit einer Hand auffangen?
- Welcher Flieger kann am längsten in der Luft gleiten?





Aufgaben zu zweit:

- *Lass deinen Papierflieger fliegen und dein Partner fängt ihn vorsichtig auf.*
- *Stellt euch auf ein Bein und werft euch eure Flugobjekte zu.*



Am Flughafen: Mehrere Matten, zwei kleine Kästen und einen Weichboden als unterschiedliche Landebahnen in der Halle verteilen.

- *Lasst euren Papierflieger auf einem Weichboden landen.*
- *Kann euer Flieger auf einer kleineren Matte landen?*
- *Welcher Flieger kann auf einem kleinen Kasten landen?*

Zur Flugshow: An alle Stationen mehrere kleine und große Papierflieger legen.



Im Gleitflug: Die Sprossenwand mit Matten sichern. Im Abstand von drei Metern einen Weichboden hinlegen. Die Kinder klettern mit einem Papierflieger bis zu einer selbst gewählten Höhe die Sprossen hoch und lassen ihn von oben auf den Weichboden fliegen.



Durch einen Reifen: Einen Reifen an einen Basketballkorb oder an einer Deckenhalterung mit einem Seil befestigen. Die Kinder stellen sich mit ihren Papierfliegern auf der einen Seite auf und lassen sie durch den Reifen segeln.

Perfekte Landung: Drei Matten versetzt nebeneinander legen. Die Kinder lassen ihre Flieger auf den Landebahnen (Matten) fliegen.



Simulationstraining: Hüpfhängematte oder eine Hängematte als Flugschaukel einsetzen und mit Matten sichern. Die Kinder legen sich in die Hängematte und genießen die schaukelnden Bewegungen.

TIPP: Da diese Station sehr beliebt ist, eine Eieruhr auf zwei Minuten einstellen, so dass jedes Kind die Möglichkeit hat, ausgiebig zu schaukeln.

ABSCHLUSS



Flugzeugstaffel: Alle Stationen bis auf die Start- und Landebahn abbauen. Alle Kinder fliegen nacheinander von der Landebahn los. Die Übungsleitung ruft laut den Namen eines Kindes und die anderen Kinder folgen ihm. Danach ruft sie einen anderen Namen auf, so dass jedes Kind einmal die Flugzeugstaffel anführen darf.

Im Jumbo-Jet: Alle Kinder sitzen auf der Bank und spreizen ihre Arme. Die Übungsleitung erzählt frei von einem turbulenten Flug in der Luft und gibt Bewegungen vor, die die Kinder nachahmen.

Lustig-bunte Regenschirme

Fantasievolle Spieleinheiten

ZIELSETZUNG

Die Kinder machen vielfältige Bewegungserfahrungen mit Regenschirmen und erleben dabei viel Spaß. Die Fantasie wird angeregt und ihre körperliche Ausdrucksfähigkeit gefördert. Die Kinder haben eine hohe Motivation und Spielbereitschaft, sich mit den Regenschirmen zu bewegen. Sie üben sich in Rollen hineinzusetzen und können sich mit ihren eigenen Ideen einbringen. Förderung der Balance- und Koordinationsfähigkeit, insbesondere der Auge-Hand-Koordination.

MATERIAL

Viele kleine und große Regenschirme (jedes Kind bringt 1 Schirm von zu Hause mit), 50 Tennis- oder Plastikbälle, Leiter, Halbleiter, Reifen, 2 Balancierstangen und 2 Spielhocker von Hengstenberg (alternativ 1 umgedrehte Bank), 2 Rollbretter, Regenschirm-memory (→ S. 115), bewegungsfreudige Musik

VORBEREITUNG

Das Memory mit Regenschirmmotiven ausschneiden und evtl. laminieren

DURCHFÜHRUNG

Heute machen wir viele Spiele mit Regenschirmen. Die Kinder zeigen ihre Schirme. Die Übungsleitung macht die Kinder auf den sorgsamsten Umgang mit den Schirmen aufmerksam, besonders bei denen, die vorne eine Spitze haben. Alle Kinder spannen ihren Schirm auf und gehen damit durch die Halle. *Es regnet, aber wir haben ja unsere tollen Schirme dabei und werden nicht nass.* Im Hintergrund spielt bewegungsfreudige Musik. Wenn die Musik stoppt, gibt die Übungsleitung den Kindern folgende Bewegungsanweisungen:

- *Es regnet sehr stark! Baut ein großes Dach aus Regenschirmen.*
Alle Kinder halten ihre Schirme ganz dicht aneinander.
- *Eure Schirme sind so schön! Tauscht euren Regenschirm mit anderen Kindern mindestens zwei Mal und versucht ihn dann wieder zurück zu tauschen.*
- *Der Regen hat aufgehört. Wir benutzen unseren Schirm als Stock und gehen so graziös wie eine Ballerina.*
- *Geht wie ein alter Mensch und benutzt den Schirm als Stütze.*
- *Geht so cool wie ein Fußballspieler.*
- *Nehmt den Schirm als Wanderstock.*
- *Stolziert wie eine feine Dame.*
- *Lauft fröhlich durch den Raum.*

Weitere Vorschläge der Kinder aufgreifen und umsetzen.





Experimente mit dem Schirm: Wir experimentieren mit dem Schirm.

- *Dreht euren geöffneten Schirm wie einen Kreisel auf dem Boden. Welcher Schirm dreht sich am längsten?*
- *Legt eure Schirme der Größe nach nebeneinander. Wer hat den längsten?*



- *Haltet euren Schirm in beiden Händen. Wer schafft es, darüber zu klettern, ohne ihn loszulassen? Schafft ihr es auch wieder zurück?*
- *Die Kinder experimentieren frei und stellen den anderen ihre eigenen Ideen vor.*



In die Schirme hinein: Alle Schirme aufgespannt nebeneinander legen. Im Abstand von einem Meter eine Bank aufstellen und darauf zwei offene Kisten mit Tennisbällen. Die Kinder gehen hinter die Bank und werfen die Bälle in die Schirme. *Wer schafft es, seine Bälle in den Schirm seiner Wahl zu werfen?* Danach alle Bälle einsammeln und das Spiel wiederholen.

34



Balancieren: Bänke, Mini-Trampolin, zwei Leitern an die Sprossenwand, viele Reifen und die Balancierstangen mit den Spielhockern aufstellen. Falls keine Balancierstangen vorhanden sind, eine umgedrehte Bank verwenden. Die Kinder erhalten folgende Bewegungsanweisungen:

- *Balanciert (vorwärts, seitwärts und dann rückwärts) ohne Regenschirme über den Parcours.*
- *Geht mit eurem Regenschirm in der Hand über den Parcours.*
- *Haltet den Schirm in der rechten, bei der zweiten Runde in der linken Hand.*
- *Spannt euren Schirm auf und balanciert über den Parcours.*
- *Lasst den Schirm auf der Hand balancieren.*



ABSCHLUSS



Regenschirmmemory: Die Kinder in zwei Gruppen einteilen. Die Memorykarten an einer Hallenseite verdeckt auf den Boden legen. Ein Kind setzt sich auf der anderen Seite im Kniesitz auf das Rollbrett und lässt sich von einem Gruppenmitglied zur anderen Seite fahren. Sein Partner dreht zwei Karten um. Hat er zwei gleiche Karten gefunden, darf er sie mit zu seiner Gruppe bringen. Dann fährt das nächste Kind los. *Welche Gruppe hat am schnellsten die meisten Regenschirmpaare gesammelt?*

Wir bauen uns eine Stadt

Konstruktionen mit Zollstöcken

ZIELSETZUNG

Sammeln von verschiedenen Bewegungserfahrungen mit einem neuen Spielmaterial. Förderung selbstständigen Lösens von Bewegungsaufgaben durch Ausprobieren und Experimentieren. Durch gemeinsames Handeln machen die Kinder vielfältige Bewegungserfahrungen und haben Erfolgserlebnisse. Förderung der Formwahrnehmung (z. B. von geometrischen Figuren). Die Kinder können sich mit ihren eigenen Ideen einbringen und haben ein schönes Gemeinschaftserlebnis. Spiel und Spaß bei der Umsetzung der Geschichte.

MATERIAL

Viele Zollstöcke in unterschiedlichen Größen, Symbolkarten (→ S. 114), Legosteine, Chiffontücher, Augenbinden, 3 unterschiedliche Bälle, 8–10 Pylonen, 1 Flasche, 1 Stoppuhr, fernlenkbare Autos, bewegungsfreudige Musik

VORBEREITUNG

Die Kinder bitten, eigene Zollstöcke und evtl. fernlenkbare Autos mitzubringen.

DURCHFÜHRUNG

Heute turnen wir mit Zollstöcken. Wofür braucht man einen Zollstock? Warum heißt ein Zollstock so? Die Kinder zeigen ihre mitgebrachten Zollstöcke und erzählen, wofür man sie gebraucht. Lasst uns sehen, wie groß wir sind. Die Kinder messen gegenseitig ihre Körpergröße.



Spiele mit Zollstöcken: Die Kinder klappen alle Zollstöcke aus und legen sie kreuz und quer in die Halle. Im Hintergrund spielt bewegungsfreudige Musik. Die Kinder laufen abwechselnd vorwärts, seitwärts, rückwärts, auf allen vieren oder im Spinnengang. Sobald die Musik stoppt, erhalten sie folgende Anweisungen:

- *Springt mit beiden Beinen über die Zollstöcke und wieder zurück.*
- *Schafft ihr es auch mit einem Bein?*
- *Sucht euch einen kurzen Zollstock und legt ihn euch auf einen Finger.*
- *Geht mit diesem Zollstock vor, zurück, seitlich, in die Hocke etc.*
- *Kleinmaterialien wie Legosteine in der Halle verteilen. Legt kleine Gegenstände, z. B. Legoklötze auf einen Zollstock und transportiert sie durch die Halle.*
- *Leichte Kleinmaterialien (Chiffontücher, Augenbinden etc.) in der Halle verteilen. Klappt den Zollstock zu einer Riesenpinzette zusammen und hebt damit die Materialien auf.*



Variante: Die Kinder reichen sich die Materialien oder Gegenstände mit ihren „Pinzetten“ weiter.





Symbole nachlegen: Die Übungsleitung zeigt den Kindern Symbolkarten, die sie nachbauen. *Legt mit einem Zollstock ein Dreieck, Viereck, einen Stern, eine Krone, einen Tannenbaum etc. nach.* Weitere Ideen der Kinder aufgreifen.

- Zu zweit: Ein Kind schließt die Augen. Sein Partner gestaltet mit dem Zollstock eine einfache Form, z. B.: Viereck, die sein Partner ertasten soll. Wechsel.
- Die Kinder legen mit den Zollstöcken Zahlen oder Buchstaben und bilden gemeinsam einfache Wörter.



Gemälde: Die Kinder legen mit dem Zollstock ein Quadrat und halten es wie einen Rahmen in die Höhe – ein besonders schönes Bild!



Aufbau einer Stadt: Aus Pylonen und Zollstöcken Wege, Brücken und kleine Häuser bauen. Die Pylonen parallel aufstellen und darauf die ausgeklappten Zollstöcke legen. Für die Häuser die Zollstöcke im 90°-Winkel zusammenklappen.

- Die Kinder gehen oder krabbeln durch die Straßen und Tunnel.
- Zu zweit: Ein Kind schließt die Augen oder trägt eine Augenbinde und wird durch die Stadt geführt.
- Die Kinder rollen kleine und große Bälle durch die Straßen.
- Die Kinder fahren mit ihren mitgebrachten Fernlenkautos durch die Straßen. Evtl. die Zeit stoppen. *Wer fährt am schnellsten sein Auto durch die Straßen?*



ABSCHLUSS



Pylonenbalance: Eine Pylone in die Mitte stellen. Jedes Kind erhält einen zusammengeklappten Zollstock. Zuerst legen die Kinder die Zollstöcke nacheinander auf die Pylone. *Schaffen es alle Kinder, ihren Zollstock auf die Pylone zu legen, ohne dass der Turm umfällt?*



Flaschenbalance: Die Übungsleitung stellt eine Flasche in die Kreismitte. Jedes Kind erhält einen Zollstock und klappt ihn auseinander. Nacheinander legen sie ihren auseinandergeklappten Zollstock auf den Flaschenkopf. Hier können die Kinder ihre Geschicklichkeit zeigen!

TIPP: Bei diesem Spiel kommen selbst sehr bewegungsfreudige Kinder zur Ruhe!

1



1

Geräte

- 1 Plastikbecher (0,5 l)
- 1 Ball
- 1 schwarze runde Pappscheibe (Ø 40 cm)
- viele Wäscheklammern

Bewegungsaufgabe

Die Kinder setzen sich um die Pappscheibe (Spinnenkörper) und heften nacheinander Wäscheklammern daran. Durch geschicktes Anbringen mehrerer Wäscheklammern können sie die Beine der Spinne verlängern.



Die Kinder müssen genau aufpassen, dass der Spinnenkörper nicht aus dem Gleichgewicht gerät und herunterfällt.

49



49

Geräte

- 20 Papp- oder Plastikbecher
- 8 Schaumstoffquader
- 2 Pylonen
- 4 Zeitungsrollen
- 1 Papprolle
- 2 (Bananen-)Kartons
- evtl. Steckenpferde, Seilchen, Augenbinden und 1 Stoppuhr

Bewegungsaufgaben

- Im Pferdchengalopp über die Hindernisse laufen.
- Mit Steckenpferdchen über den Parcours hüpfen.
- Zu zweit: Ein Kind läuft vor, sein Partner nach. Wechsel.
 - Gemeinsam mit Handfassung über die Hindernisse springen.
 - Ein Seilchen als Halfter um die Schultern des Partners legen. Zu zweit über den Parcours laufen. Wechsel.
 - Auf Zeit über die Hindernisse springen und laufen.
 - Sich mit verbundenen Augen über die Hindernisse führen. Wechsel.



Absolute Vertrauensübung!

Die Übungsleitung macht die Kinder darauf aufmerksam, dass sie die Verantwortung für ihren Partner haben.

53



53

Geräte

- 1 Bank
- 17 (Bananen-)Kartons; evtl. nur 6
- 17 Luftballons; evtl. nur 6
- 1 Reifen
- viele Tennisbälle
- 2 Matten

Aufbau

Kartons mit Luftballons auf einer Bank versetzt übereinander stellen. Im Abstand von zwei Metern zwei Matten und einen Reifen mit Tennisbällen legen.

Variante: Nur sechs Kartons mit sechs Luftballons aufbauen.

Bewegungsaufgabe

Die Kinder werfen die Tennisbälle auf die Luftballons in den Kartons.



Bälle zurücklegen und die Station für die nachfolgenden Spieler einsatzbereit hinterlassen.