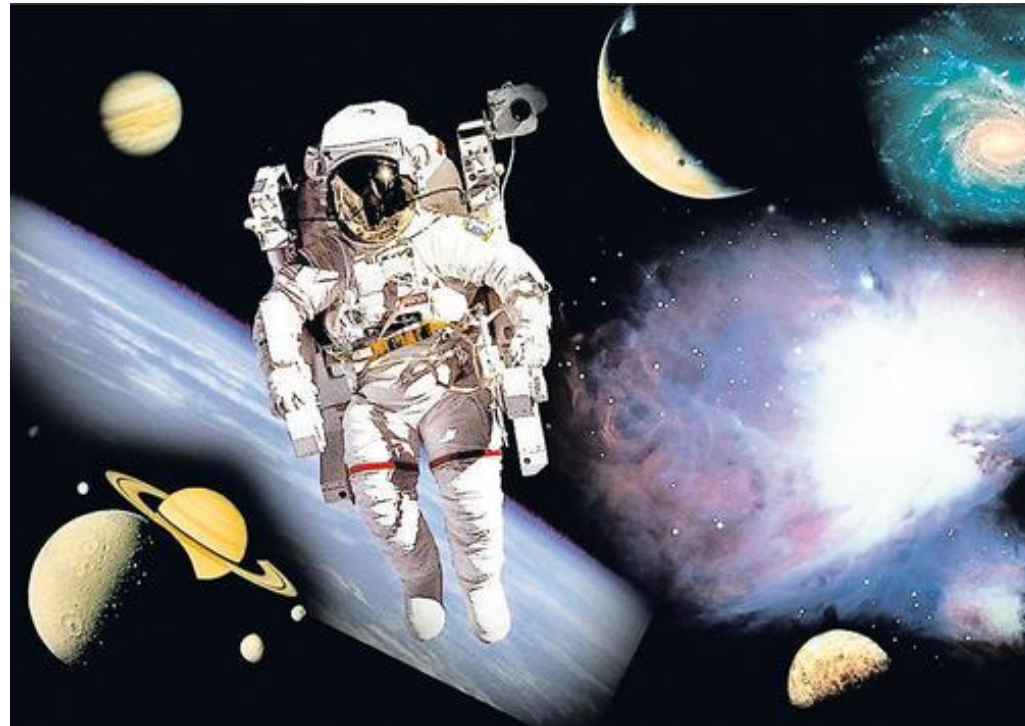


Weltraumreise



Von: Christine Schmitz, Anna Vacca und Christina Frowein

Lehrprobe zur C- Lizenz Kinderturnen – Lehrgang 2016

Thema: Bewegungslandschaft Weltraumreise

Verfügbare Zeit: 60 Minuten

Anforderungen der Kinder:

- Alter der Kinder: 3- 6 Jahren
- Teilnahme an der Stunde ohne Eltern

Anzahl der Übungsleiter: Es sind 3 Übungsleiter während der gesamten Turnstunde in der Halle.

Inhaltsverzeichnis

1. Materialliste.....	S.4
2. Stundenverlauf.....	S.5
3. Einleitung	S.6
4. Bewegungsgeschichte.....	S.7
5. Stationen.....	S.8-12
5.1 Die Milchstraße.....	S.8
5.2 Der Mars.....	S.9
5.3 Der Mond.....	S.10
5.4 Die Sterne.....	S.11
5.5 Die Asteroiden.....	S.12
6. Rückkehr zu Erde.....	S.13
7. Lied- Die Maus auf Weltraumreise.....	S.14-15
8. Abschlusslied/ Abschiedslied.....	S. 16
9. Hallenplan.....	S.17
10. Anhang.....	S. 18-23

1. Materialliste

3 Reifen

Musikanlage mit CD- Spieler

2 Bänke

Musik CD

7 Balancepads

1 Springseil

5 Pylone (Hütchen)

2 mittlere Kastenteile

5 kleine Kästen

Sprossenwand

17 kleine Matten

2. Stundenverlaufsplan

Zeit	Inhalt der Stunde	Organisation	Absichten/Ziele/Gedanken	Material / Medien	Nähere Erläuterung auf Seite
2 Min.	Begrüßung	Sitzkreis	Haargummi-, Kleider- und Schmuck-Kontrolle Stärkung des Gemeinschaftsgefühls		
3 Min.	Einleitung "Weltraumreise"	Sitzkreis	ÜL bereitet die Kinder auf das Thema "Weltraumreise" und den Stundenverlauf vor		siehe Seite 6
10 Min.	Aufbau der einzelnen Stationen	ÜL bauen gemeinsam mit den Kindern die einzelnen Stationen auf	Die Kinder erlernen selbständig mit anderen Kinder zusammen zu arbeiten und übernehmen Verantwortung, Beachtung der Regeln für sicheres Aufbauen	siehe Materialliste, Stationskarten	siehe Seite 8-12
5 Min.	Bewegungsgeschichte	Sitzkreis, Bewegung durch die Halle, neben den Geräten	Erwärmung, Die Fantasie der Kinder anregen und sie in die Geschichte einführen.		
5 Min.	Erklärung der einzelnen Stationen	Kinder machen vor, was man an den Stationen machen kann, ÜL erläutern knapp	Beachten der Regeln an den einzelnen Stationen		
17 Min.	Durchlauf der Stationen	Buturnen der folgenden 5 Stationen: - Milchstraße - Mond - Asteroiden - Mars - Sterne	Erlernen und festigen von verschiedenen Gang-/Bewegungsarten	Musik im Hintergrund	siehe Seite 8-12
2 Min.	Vorbereitung auf das Abbauen	Sitzkreis	Die Kinder aus der Geschichte abholen		siehe Seite 13
10 Min.	Abbau der einzelnen Stationen	ÜL bauen mit den Kindern die einzelnen Stationen ab	siehe Aufbau	siehe Aufbau	siehe Aufbau
6 Min.	Abschluss	Stehkreis, ÜL machen verschiedene Bewegungsformen zum Lied "Die Maus auf Weltraumreise" vor, Abschlusslied "Alle Leut" im Sitzkreis	Abschluss der Stunde	Musik, CD von Volker Rosin	siehe Seite 14-16

3. Einleitungsgeschichte

Wir haben heute etwas ganz Besonderes mit euch vor. Wir würden gerne mit euch eine Reise in den „Weltraum“ unternehmen. Wer von euch kann mir denn sagen, wo der Weltraum überhaupt ist? (Antworten abwarten und darauf entsprechend reagieren). Genau, der Weltraum ist dort ganz oben im Himmel, genau da wo auch die Sonne, der Mond und die Sterne sind. Also ganz weit weg. Und damit wir alle da hinkommen, brauchen wir ein ganz besonderes Flugzeug, wer von euch weiß denn wie man das nennt ...? (Antworten abwarten). Richtig, wir fliegen alle gemeinsam in einer Rakete zu unseren Planeten. Bevor wir das machen, müssen wir unseren Weltraum aber natürlich erstmal aufbauen und dafür brauchen wir wie immer eure Hilfe. Wir verteilen dazu gleich 5 Karten, für jede Station eine. Auf der Karte werdet ihr den jeweiligen Planeten, oder was auch sonst noch zum Weltraum dazu gehört, abgebildet sehen. Die Karte hilft euch dabei, die Positionierung der Stationen zu finden. Wir haben uns folgende Station überlegt (Karten werden dabei in der Hand vom ÜL gehalten und an die Gruppen verteilt): eine Milchstraße, einen Mond, der Mars, die Sterne und die Asteroiden. Hat jetzt jede Gruppe ein Bild? (Antworten abwarten)

Wenn wir aufgebaut haben, werden wir noch ein Aufwärmspiel machen und euch die Stationen dann im Anschluss erklären.

Dann können wir ja jetzt mit dem Aufbau loslegen!

4. Bewegungsgeschichte Rakete ins Weltall

Die Kinder sitzen zunächst im Innenstirnkreis auf dem Boden.

Wir erleben nun gemeinsam eine spannende Reise in den Weltraum. Macht einfach mit.

Wir sitzen hier in der großen Rakete, die uns gleich in den Weltraum bringt. Langsam macht sie sich zum Start bereit (mit den Füßen auf den Boden stampfen), der Antrieb wird eingeschaltet und die Rakete hebt langsam ab (aufstehen, wenn alle Kinder stehen langsam loslaufen). Wir werden immer schneller und sehen wie wir uns vom Boden entfernen. (Etwas schneller laufen) Damit unsere Rakete ihr Ziel erreicht und wir nicht vom Weg abkommen, müssen wir alle kräftig mithelfen um die Rakete zu steuern (Auf einem Bein hüpfen). Super, wir sind genau auf dem richtigen Weg. Leider wird unser Treibstoff knapp wir müssen unsere Rakete etwas antreiben (Hopserlauf). Oh das reicht nicht so ganz, schnell (langsam weiterlaufen) sonst fliegen wir zu weit. Seht ihr dort vorne ist schon der Mond und daneben die vielen Sterne. Wir sollten etwas bremsen (Auf allen Vieren laufen). Bald sind wir angekommen ganz weit weg von der Erde mit ihren vielen Menschen und Tieren (Froschhüpfen). Langsam landen wir auf dem Mars. (Spinnengang). Achtung, gleich sind wir da (Plötzlich hinsetzen). Juhu, (jubeln) wir sind angekommen!

Danach Beginn an dieser Station mit dem Vorstellen der Stationen.

5.

Stationen

5.1

Die Milchstraße



Geräte: 3 kleine Kästen, 6 kleine Matten, 3 Reifen

Geräteaufbau: Die 6 kleine Matten werden längs nebeneinander wie eine Straße gebaut. Danach stellt man einen kleinen Kasten Quer vor der ersten Matte. Danach werden die anderen beiden Kästen auch quer, nach jeder zweiten Matte dazwischen gestellt. Daraufhin wird ein Reifen zwischen die ersten beiden Matten geklemmt, so dass der Reifen aufrecht stehenbleibt. Ebenfalls kommen dann die anderen Reifen ebenfalls, nach je zwei Matten dazwischen geklemmt.

Benutzung: Die Kinder können über die Kästen hüpfen oder laufen und dann die Matten, auf verschiedene Art und Weise z.B. wie eine Spinne laufen oder krabbeln ect. überwinden. Dann können die Kinder versuchen vorwärts oder rückwärts durch die Reifen zu kriechen, ohne sie zu berühren.

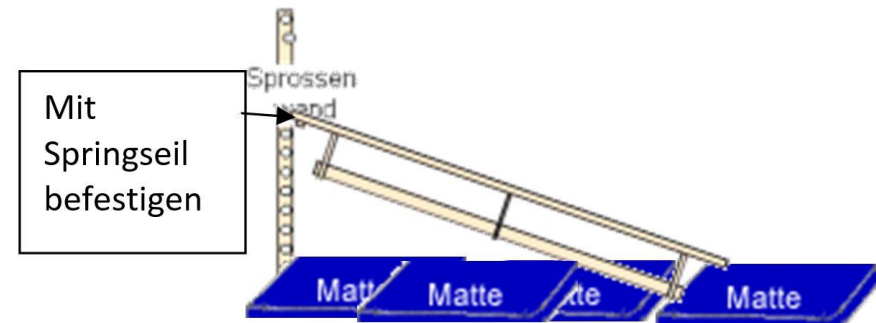
Stationen

5.2

Der Mars

Ein Berg auf dem Mars

Geräte: Sprossenwand, 1 Bank, 5 kleine Matten



Geräteaufbau: Die Bank wird mit der einen Seite wo der Keil ist, in die Sprossenwand eingehängt. Dann werden drei Matten unter die Bank gelegt. Die vierte Matte kommt dann längs vor die Bank, damit die Kinder sich dann nicht verletzen, wenn sie runterrutschen. Die Bank wird mit einem Springseil an der Sprossenwand gesichert. Neben der Bank, kommt eine Matte quer vor die Sprossenwand.

Benutzung: Die Kinder können an der Sprossenwand hochklettern, sind sie oben angekommen setzt sich das Kind hin und rutscht die Bank wieder hinab. Die Kinder sollen einzeln die Sprossenwand hochklettern und auf der Bank runterrutschen. Ein Übungsleiter steht hier, sichert die Kinder ab und passt auf, dass ihnen nichts passiert.

Stationen

5.3

Der Mond *Kraterrand auf dem Mond*



Geräte: 2 kleine Kästen, 1 Bank, 4 kleine Matten.

Geräteaufbau: Die beiden kleinen Kästen werden quer gegenübergestellt. Sie werden so weit auseinander gestellt, so dass die beiden Enden von der Bank auf die Kästen liegen. Daraufhin wird die Bank umgedreht, so dass die breite Seite nach unten liegt und die dünnere Seite nach oben zeigt. Unter der Bank werden dann drei Matten quer gelegt. Zum Schluss wird hinten eine Matte quer gelegt.

Benutzung: Die Kinder können auf verschiedene Weise z.B. vorwärts oder Seitwärts auf der Bank balancieren und versuchen nicht runterzufallen.
Die Kinder turnen immer nur einzeln auf der Bank.
Ein Übungsleiter passt hier auf, dass kein Kind sich verletzt.

Stationen

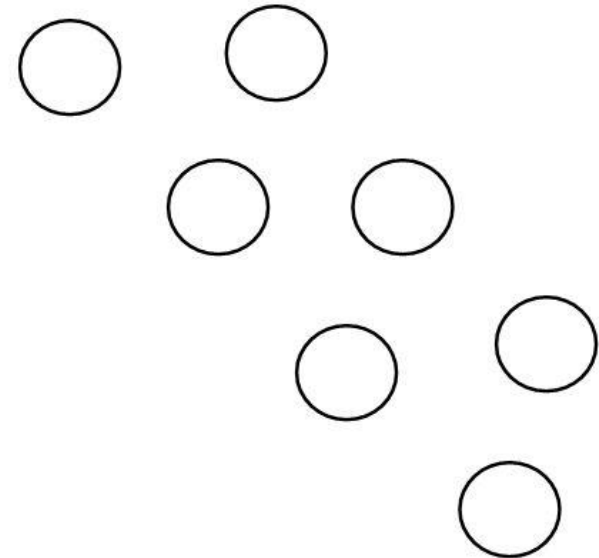
5.4

Die Sterne

Geräte: 7 Balancepads

Geräteaufbau: Die 7 Balancepads werden, mit ca. einen halben Meter Abstand, in Zick Zack Form aufgestellt.

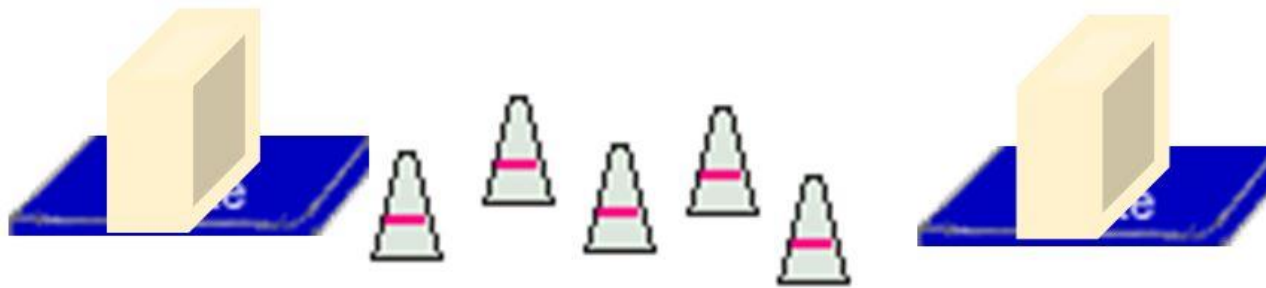
Benutzung: Die Kinder können auf verschiedene Weise über die Balancepads balancieren. Sie können darüber laufen, hüpfen und springen, was ihnen gefällt.



Stationen

5.5

Die Asteroiden *Den Asteroiden Ausweichen*



Geräte: 2 kleine Matten, 2 mittlere Kastenteile zum durchkrabbeln, 5 Pylone (Hütchen)

Geräteaufbau: Das erste mittlere Kastenteil wird auf einer langen Seite aufrecht aufgestellt. In das Kastenteil wird eine Matte gerade reingelegt. Danach werden die fünf Pylone hintereinander mit ca. 30 cm Abstand aufgestellt. Dann wird das andere Kastenteil genauso aufgestellt wie das erste Kastenteil und dann kommt dadurch auch wieder eine Matte. Beim Aufbau ist darauf zu achten, dass die Verbindungsecken der beiden Kastenteile in eine Richtung zeigen.

Benutzung: Die Kinder können unter den Kastenteilen vorwärts oder rückwärts krabbeln und kriechen. Dann können sie sich im Slalom um die Pylonen bewegen, z.B. laufen, hüpfen oder seitwärts gehen, was den Kindern gefällt und Spaß macht. Die Kinder sollen den Aufbau von der Seite ohne vorstehende Ecken durchqueren.

6. Rückkehr zur Erde:

(Sitzkreis)

Nun sitzen wir alle wieder in der Rakete und reisen zurück zur Erde. Schaut mal dort unten, da kommen wir bald wieder an. Unsere Rakete wird langsamer und gleich sind wir da. Welch ein Glück, wir sind sicher gelandet. Doch was ist das? Hier ist alles total unordentlich. Ich glaube wir müssen hier erstmal aufräumen.

Einteilung der Kinder zum Abbauen.

7. Lied „Die Maus auf Weltraumreise“

(Stehkreis, nach dem Abbau)

(Abschlusslied von Volker Rosin, Text: www.rosin.de/die-maus-auf-weltraumreise-236.html, Musik: CD Volker Rosin, Komm, lass uns Tanzen, Hörprobe bei www.rosin.de)

Wir treffen uns alle nochmal im Kreis. Nun möchten wir mit euch noch zum Abschluss zu einem ganz bekannten Lied singen und tanzen. Kommt, macht alle mit! (Musik startet)

Refrain: (vor jeder Strophe wiederholen und dann alle Gegenstände nennen, die bereits im Koffer der Weltraummaus sind)

Pantomimisch:

Ich habe eine Maus gesehen, *(Maus Ohrchen zeigen)*

die wollt' auf Weltraumreise gehen *(mit Händen in die Luft fliegen)*

Sie packt in ihren Koffer rein *(Koffer: eine Hand hält den Koffer auf)*

Was man so braucht als Mäuselein *(die andere steckt Sachen hinein)*

1. Den Raumanzug- zug – zug für ihren Flug – Flug – Flug. *(Pantomimisch: Raumanzug anziehen)*
Den Raumanzug – zug – zug für ihren Flug – Flug – Flug.

Ich habe eine.....

2. Die Batterie-rie – rie als Energie – gie – gie *(Pantomimisch: Arme wie ein Quadrat formen)*
Die Batterie-rie – rie als Energie – gie – gie
Den Raumanzug- zug – zug für ihren Flug – Flug – Flug. *(Pantomimisch: Raumanzug anziehen)*
Den Raumanzug – zug – zug für ihren Flug – Flug – Flug.

Ich habe eine....

3. Das Mikrophon-fon-fon ist für den Ton-ton-ton (Pantomimisch: Mikrophon vor den Mund halten)
Das Mikrophon-fon-fon ist für den Ton-ton-ton
Die Batterie-rie - rie als Energie - gie - gie (Pantomimisch: Arme wie ein Quadrat formen)
Die Batterie-rie - rie als Energie - gie - gie
Den Raumanzug- zug - zug für ihren Flug - Flug - Flug. (Pantomimisch: Raumanzug anziehen)
Den Raumanzug - zug - zug für ihren Flug - Flug - Flug.

Ich habe eine....

4. Auch etwas Speck-Speck-Speck kommt ins Gepäck-päck-päck (Pantomimisch: Hände waagrecht klatschen, dabei hin und her drehen)
Auch etwas Speck-Speck-Speck kommt ins Gepäck-päck-päck
Das Mikrophon-fon-fon ist für den Ton-ton-ton (Pantomimisch: Mikrophon vor den Mund halten)
Das Mikrophon-fon-fon ist für den Ton-ton-ton
Die Batterie-rie-rie als Energie-gie-gie (Pantomimisch: Arme wie ein Quadrat formen)
Die Batterie-rie-rie als Energie-gie-gie
Den Raumanzug - zug - zug für ihren Flug - Flug - Flug. (Pantomimisch: Raumanzug anziehen)
Den Raumanzug - zug - zug für ihren Flug - Flug - Flug.

(Jetzt fangen wir einmal ganz langsam an und werden immer schneller) Ich habe eine Maus....(Seht mal da, da hebt sie ab!)

8. Abschlussritual Lied „Alle Leut“

(Text und Melodie überliefert)

(Sitzkreis, singend)

Alle Leut, alle Leut (in die Hände klatschen)

Gehn jetzt nach Haus, (in die Hände klatschen)

Große Leut, kleine Leut (Arme nach oben ausstrecken, Arme nach unten ausstrecken)

Dicke Leut, dünne Leut, (Arme nach vorne ausstrecken, Arme wieder ranziehen)

Alle Leut, alle Leut (in die Hände klatschen)

Gehn jetzt nach Haus (in die Hände klatschen)

Gehn in ihr Kämmerlein (mit den Händen ein Dach über den Kopf formen)

Lassen das Turnen sein (mit den Händen abwinken)

Alle Leut, alle Leut (in die Hände klatschen)

Gehn jetzt nach Haus, (in die Hände klatschen)

Sagen auf Wiedersehen (mit beiden Händen winken)

Es war so wunderschön

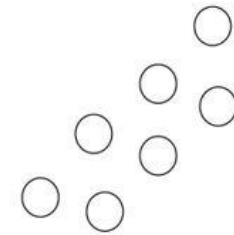
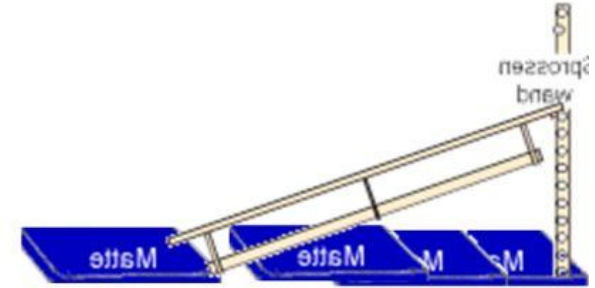
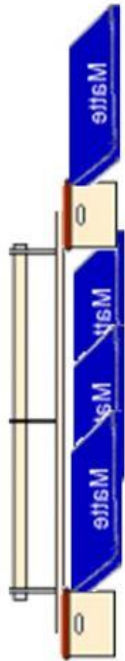
Alle Leut, alle Leut (in die Hände klatschen)

Gehn jetzt nach Haus. (in die Hände klatschen)

Erst die Rechte, dann die Linke (erst mit der rechten und dann mit der linken Hand winken)

Sagen beide Winke, Winke! (mit beiden Händen gleichzeitig winken) **Auf Wiedersehen!!!!**

9. Hallenplan:



10.Anhang

9.1 Quellenangaben

Bilder:

Mond: issgesund.at

Stern: sternregister.de

Milchstraße: geo.de

Mars: wired.de

Asteroid: rigi1998.net

Liedtext:

(Abschlusslied von Volker Rosin, Text: www.rosin.de/die-maus-auf-weltraumreise-236.html, Musik: CD Volker Rosin, Komm, lass uns Tanzen, Hörprobe bei www.rosin.de)

Geräteskizzen wurden größtenteils mit dem Geräteaufbauplaner <http://www.dober.de/aufbauplaner/> erstellt.

9.2 Stationskarten

