

THEMA Rollbrett

ZEIT: 60 Min.

ZIELGRUPPE: ab 6 Jahre

MATERIALIEN: Urkunden, Musikanlage, 7x Rollbretter, 8x Matten, 4x Bänke, 15x kleine Säckchen, 8x Kegel, 16x Seile, 2x Bälle

STUNDENZIELE: Vertrauensbasis bei Kindern erweitern, Motorik/ Koordination fördern

ZEIT	PHASE	INHALT WAS?	ZIEL WARUM?	METHODIK WIE?	ORGANISATION/ MATERIAL
5 Min.	Einleitung	Begrüßung Sicherheitsmaßnahmen (Schmuck, Socken, etc.) Regeln ausführlich erklären Trainingsablauf erklären	Kinder „abholen“ Für Sicherheit sorgen	Ansage durch Übungsleitung (ÜL)	
5 Min.	Erwärmung	Laufspiel (z.B.: Im Zoo → Im Laufen Tiere nachmachen)	Bewegungskoordina- tion, Reaktionsfähig- keit & Geschicklich- keit fördern Herz-Kreislauf-Sys- tem & Muskeln akti- vieren	Deduktive Ansage durch ÜL	Musik & ggf. Plakate (Tiere)
5 Min.	Spiel	Laufspiel (z.B.: „Lockführer“ (ÜL) sammelt Kinder nacheinander ein und macht im Laufen Bewegungen vor, die die Kinder hinter dem ÜL nachmachen)	Koordination und motorische Fähigkei- ten fördern	Ansage durch ÜL	
5 Min.	Aufbau Parkour	Parkour gemeinsam mit den Kindern aufbauen	Teamfähigkeit stär- ken, sicherer Um- gang mit Geräten fördern	Anleitung und Hilfe durch ÜL	z.B.: 7 Rollbretter 8 Kegel 4 Bänke 4 Matten 10 Pylonen 6 Ringe 2 Bälle

Stundenverlaufsplan - Kinderturnen

ZEIT	PHASE	INHALT WAS?	ZIEL WARUM?	METHODIK WIE?	ORGANISATION/ MATERIAL
5 Min.	Vorbereitung	Kinder „lernen“ das Rollbrett kennen: Keine Aufgabe/ Anweisung	Gewöhnung/ Gefahren früher erkennen	Beobachtung durch ÜL/ Sicherheit gewährleisten	Rollbretter
20 Min.	Durchführung	Parkour gemeinsam mit Kindern durchgehen „Wettbewerb“, wer am schnellsten durch den Parkour kommt	Schnelligkeit, Wettbewerbsfähigkeit, Ehrgeiz fördern	ÜL macht ggf. Parkour vor, ÜL stoppt Zeit bei Kindern und wertet Ergebnis aus	
5 Min	Abbau	Parkour gemeinsam mit den Kindern abbauen	Teamfähigkeit stärken, sicherer Umgang mit Geräten fördern	Anleitung und Hilfe durch ÜL	
10 Min.	Schluss	„Siegerehrung“ Feedbackrunde Abschiedslied (z.B.: Alle Leut)	Ehrgeiz wecken Reflexion der Std. Verabschiedung	Sitzkreis Durchführung durch ÜL	