

THEMA Alltagsmaterialien

ZEIT: 60 Min.

ZIELGRUPPE: 3-5 Jahre

MATERIALIEN: 7x Bank, 1x Weichbodenmatte, 8x kleiner Kasten, 1x Steppbrett, 3x Seil, 7x Turnmatten, Schwungtuch, Musikanlage, diverse Alltagsmaterialien (s. Anhang)

STUNDENZIELE: Wir-Gefühl fördern, Alltagsgegenstände „neu“ entdecken

ZEIT	PHASE	INHALT WAS?	ZIEL WARUM?	METHODIK WIE?	ORGANISATION/ MATERIAL
1 Min.	Einleitung	Begrüßungslied (z.B. <i>Hallo, her hören</i>)	Abholen der Kinder (zu Beginn jeder Stunde (Std.) das selbe Lied, damit die Kinder wissen, dass die Std. anfängt)	Stirninnenkreis Singen und bewegen	Liedtext, Musikanlage
1 Min.	Einleitung	Einleitung Schmuck-, Schuh-/ Sockenkontrolle	Kinder motivieren/ Spannung aufbauen Schmuckkontrolle um Verletzungen zu vermeiden	Kurze Erläuterung, was in der Std. gemacht wird	Übungsleitung (ÜL) überprüft, ob die Kinder noch Schmuck tragen → abnehmen/ Abkleben, Schuhe richtig zugebunden/ Socken rutschfest? Gegenseitige Kontrolle unter den Kindern
10 Min.	Aufwärmen	Bewegungsgeschichte mit integriertem Aufwärmspiel und Hinführung zum Thema	Kinder tauchen in die Geschichte ein und wärmen sich dabei auf	ÜL erzählt Bewegungsgeschichte/ Vormachen der Bewegungen	Hindernisse werden vor Beginn der Std. von ÜL und ggf. Eltern aufgebaut
10 Min.	Aufbau	5 Stationen, z.B.: 1. Schwämme über Bank balancieren und Turm bauen	Alle Kinder helfen mit → Verantwortung übernehmen, Wir-Gefühl fördern	Stirninnenkreis → ÜL teilt Gruppe in Teams, jedes Team bekommt eine Stationskarte	Hallenplan, Materialliste, Stationskarten (s. Anhang) Anweisung ÜL

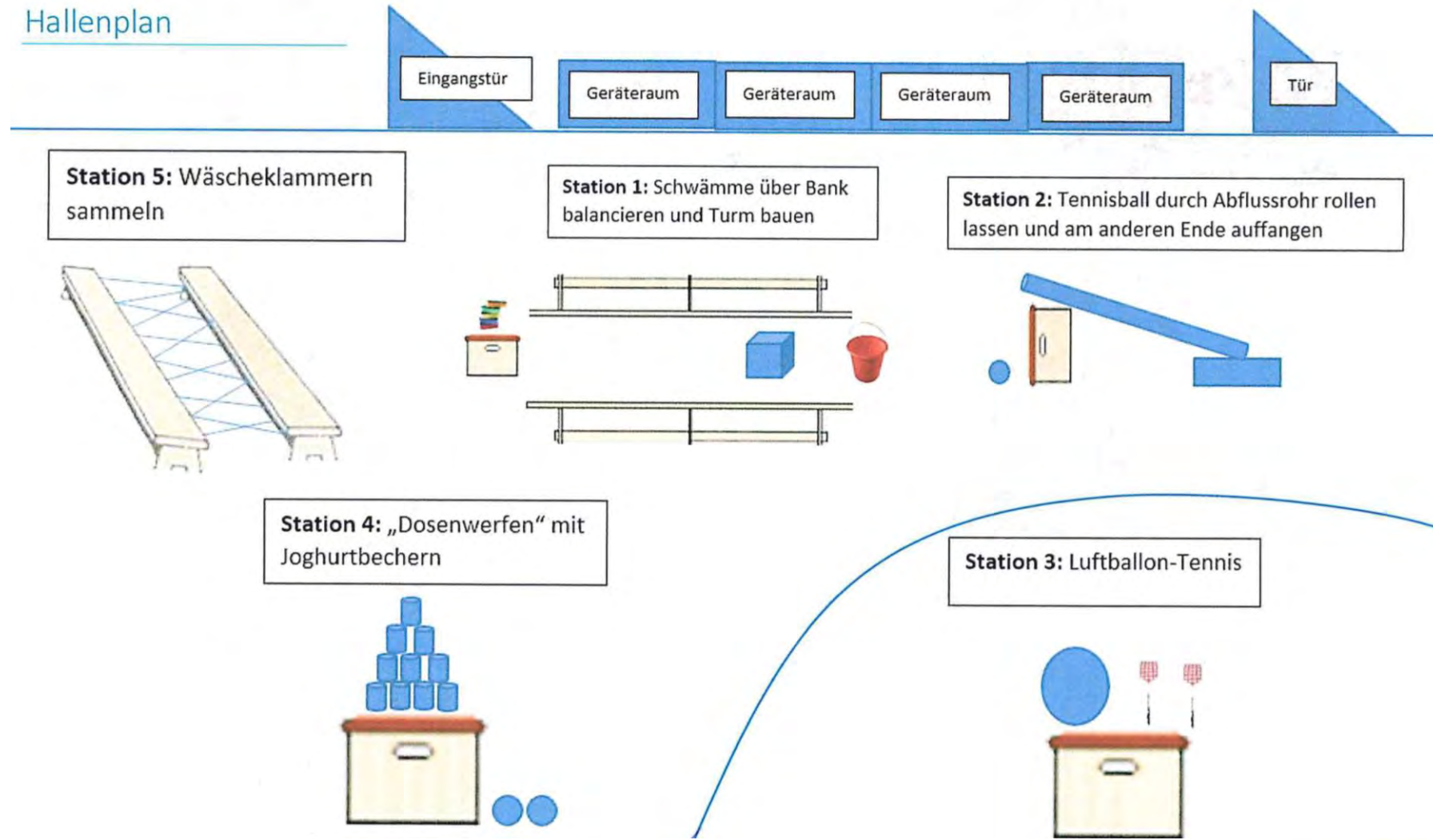
Stundenverlaufsplan - Kinderturnen

ZEIT	PHASE	INHALT WAS?	ZIEL WARUM?	METHODIK WIE?	ORGANISATION/ MATERIAL
		2. Tennisball durch Abflussrohr rollen lassen und am Ende auffangen 3. Luftballon-Tennis 4. „Dosenwerfen“ mit Joghurtbechern 5. Wäscheklammern sammeln		(s. Anhang), auf der der Ablaufplan für den Aufbau ihrer Station aufgeführt ist	
2 Min.	Erläuterung	Erläuterung der Stationen	Auf mögliche Gefahren hinweisen	ÜL erklärt, gibt Anweisungen und macht ggf. Übungen vor	Rundgang zu einzelnen Stationen
20 Min.	Durchführung	Kinder dürfen auf die Stationen	Erwerb und Ausbau der motorischen Fähigkeiten, sowie das Balancieren, Hand-Augen-Koordination, Reaktionsfähigkeit	Kinder turnen frei auf Geräten	Nach jeweils 5 Min. wird die Station gewechselt ÜL gibt Signal
5 Min.	Abbau	Gemeinsamer Abbau der Stationen	Alle Kinder helfen mit → Verantwortung übernehmen, Wir-Gefühl fördern	Einleitung zum Abbau in Anlehnung an eine Geschichte („ <i>Oh nein, es fängt an zu regnen, lasst uns die Sachen schnell reintragen</i> “)	Gleiche Gruppen wie beim Aufbau Materialien ordnungsgemäß wegräumen
10 Min.	Abschluss	Bewegungsgeschichte zur „Heimkehr“ und Traumreise zur Entspannung	Kinder werden in die „Realität“ zurückgeholt	Stirninnenkreis, liegend → ÜL liest Geschichte vor, leise Hintergrundmusik	7x Turnmatten, Musikanlage
1 Min.	Abschluss	Abschlusslied (z.B.: <i>Alle Leut</i>)	„Rahmen“ der Std.	Stirninnenkreis, sitzend → singen und kleine Bewegungen	Musikanlage

ANHANG

- Beispielhafter Hallenplan
- Materialliste
- Stationskarten

Hallenplan

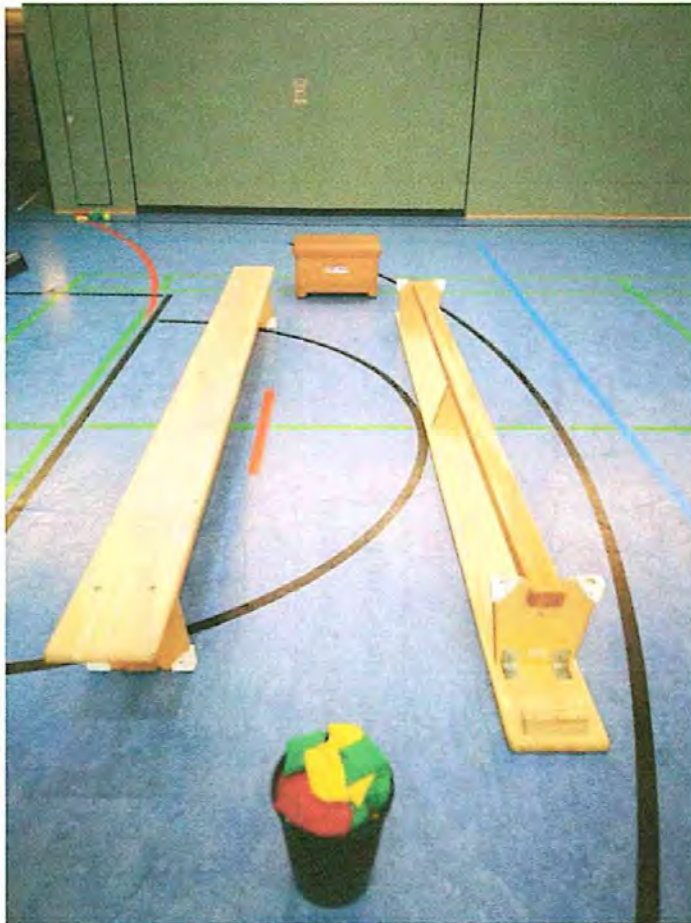


Materialliste

	Wird vom RTB benötigt	Wird von mir selbst mitgebracht
Aufwärmen:	4 Bänke	Musikanlage/Handy
	1 Weichbodenmatte	Schwungtuch
	4 kleine Kästen	Alltagsmaterialien
Station 1:	2 Bänke	1 Eimer
	1 kleiner Kasten	Schwämme
Station 2:	1 kleiner Kasten	Abflussrohre
	1 Steppbrett	Tennisball
	2 Seile	
Station 3:	1 kleiner Kasten	2 Fliegenklatschen
		1 Luftballon
Station 4:	1 kleiner Kasten	Joghurtbecher
	1 Seil	3 Jonglierbälle
Station 5:	2 Bänke	2 Zauberschnüre
		Glöckchen
		Wäscheklammern
Schluss/ Entspannung:	7 Turnmatten	Musikanlage, Handy

Stationskarten

Station 1: Schwämme über Bank balancieren und Turm bauen



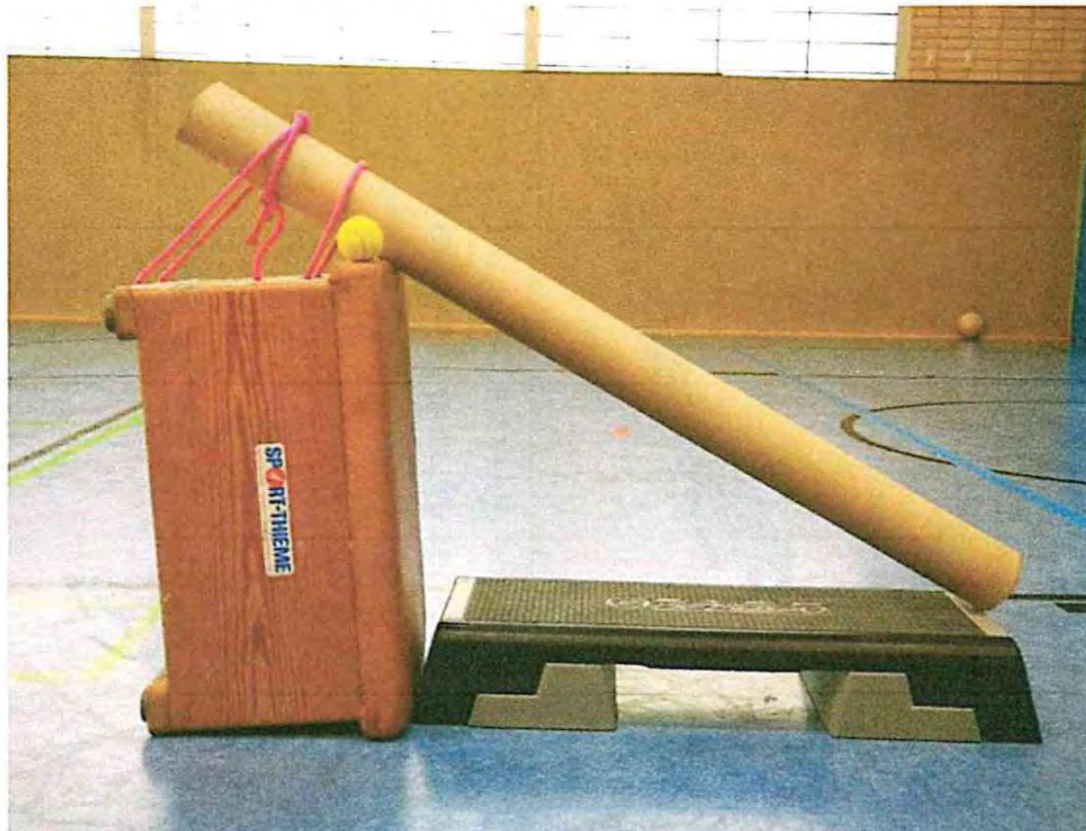
Aufgabe: Es wird gewürfelt. Die Augenzahl des Würfels bestimmt wie viele Schwämme du an deinem Körper unterbringen musst. Mögliche Stellen sind z. B. unter den Achseln, unterm Kinn, auf dem Kopf...

Suche dir eine Bank aus, über die du nun mit deinen Schwämmen drüber balancieren möchtest. Am anderen Ende angekommen, baue einen Turm mit den Schwämmen auf dem kleinen Kasten. Nun ist dein Partner dran, er baut den Turm weiter. Ihr wechselt euch so lange ab, bis die 5 Minuten um sind.

Ziel: Baue den höchsten Turm.

Verlasse die Station so, wie du sie vorgefunden hast.

Station 2: Tennisball durch Abflussrohr rollen lassen und am anderen Ende auffangen



Aufgabe: Stelle dich an das Ende vom Rohr, welches auf dem kleinen Kasten liegt. Nun lass den Tennisball durch das Rohr rollen. Versuche so schnell wie möglich an das untere Ende des Rohrs zu kommen, um den Ball aufzufangen.

Variante: Dein Partner lässt den Ball durch das obere Ende am kleinen Kasten rollen und du positionierst dich am unteren Ende und versuchst den Ball aufzufangen.

Ziel: Fange den Ball, bevor er auf dem Boden aufkommt.

Verlasse die Station so, wie du sie vorgefunden hast.

Station 3: Luftballon-Tennis



Aufgabe: Nimm die Fliegenklatsche und versuche ...

1. den Ball auf der Fliegenklatsche zu balancieren
2. den Ball mit der Fliegenklatsche hochzuschlagen
3. dir den Ball mit deinem Partner gegenseitig zuzuschlagen (wie beim Tennis)

Übe das Ganze bis die 5 Minuten um sind.

Ziel: Versuche den Ball solange wie möglich in der Luft zu halten.

Hinweis: Achte auf deine Umgebung, schlage nicht wild um dich, damit du dich selbst und andere nicht verletzt!

Verlasse die Station so, wie du sie vorgefunden hast.

Station 4: Dosenwerfen mit Joghurtbechern



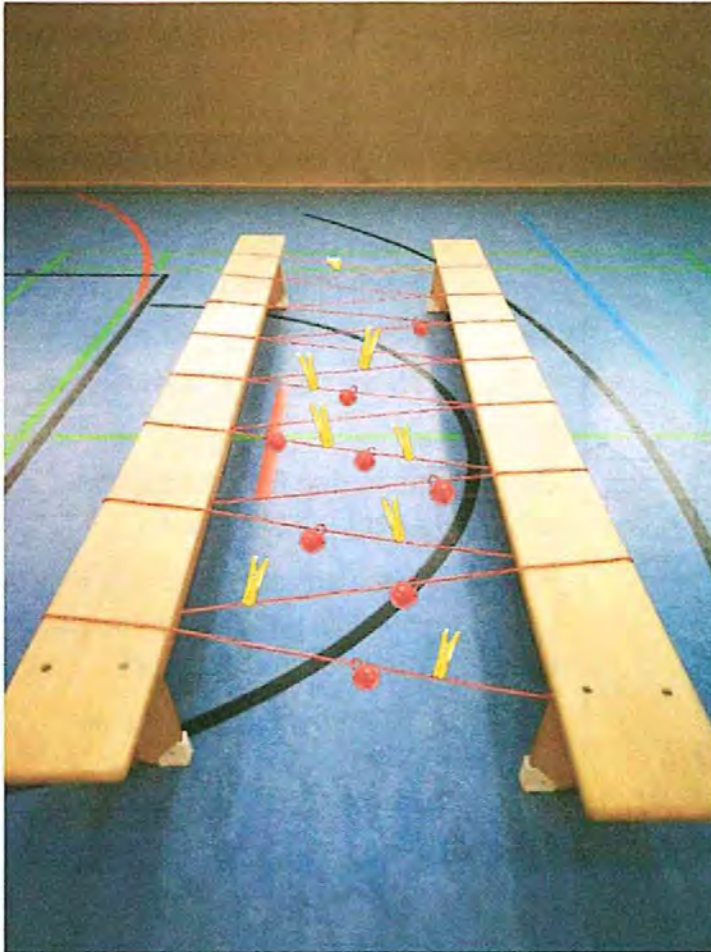
Aufgabe: Stelle dich hinter das Seil. Nimm die 3 Jonglierbälle und versuche die Joghurtbecher mit den Bällen umzuwerfen. Nach 3 Versuchen ist dein Partner an der Reihe. Spiele das Spiel so lange, bis die 5 Minuten um sind. Vielleicht schaffst du es ja auch mit zwei oder einem Wurf.

Variante: Das Seil kann je nachdem näher an den Kasten ran oder weiter weggelegt werden. So verringerst oder erhöhst du die Schwierigkeitsstufe.

Ziel: Alle Joghurtbecher mit max. 3 Würfen vom kleinen Kasten zu werfen.

Verlasse die Station so, wie du sie vorgefunden hast.

Station 5: Wäscheklammern sammeln



Aufgabe: Versuche über die Schnur zu steigen und dabei die Wäscheklammern abzupflücken, ohne dass die Glöckchen an der Schnur läuten. Wechsel dich mit deinem Partner ab und wiederhole die Übung solange bis die 5 Minuten um sind.

Variante 1: Versuche über die Schnur zu steigen, ohne dass die Glöckchen läuten (ohne Wäscheklammern abzupflücken)

Ziel: So viele Wäscheklammern wie möglich zu sammeln oder so oft wie möglich bis ans andere Ende zu gelangen, ohne dass die Glöckchen läuten (Variante).

Verlasse die Station so, wie du sie vorgefunden hast.