



Kinderturnstunde

Herbstliches Durcheinander
 Euch erwartet
 eine wunderbare bunte Kinderturnstunde

November
 2021

Feuer, Wasser, Sturm

- E** Die Kinder laufen kreuz und quer durch die Halle. Der ÜL wählt eines von drei möglichen Kommandos, die zuvor durchgesprochen worden sind, aus. Es gibt klassische Kommandos wie „Wasser“ oder „Sturm“, sowie weitere ergänzende Kommandos, die zur Jahreszeit Herbst passen:

Wasser: Alle Kinder springen auf eine Weichbodenmatte oder auf ein anderes aufgebautes Gerät.

Sturm: Alle Kinder legen sich flach auf den Bauch.

Beispiele für weitere Kommandos zum Thema Herbst:

Matsch: Die Kinder gehen auf der Stelle und heben ihre Beine abwechselnd an, so als würden sie in Matsch treten.

Regen: Die Kinder bleiben auf der Stelle stehen und bilden mit den Armen ein Dach über dem Kopf.

Blatt: Die Kinder bewegen sich wie Blätter im Wind.

Variante:

Anstelle des Ansagens der Kommandos können diesen auch unterschiedlich farbige Reifen zugeordnet werden.

Beispiel: roter Reifen = Sturm, blauer Reifen = Wasser, etc.

Um das Ganze noch zu steigern können die Farben und Kommandos auch vertauscht werden (z.B. rot = Wasser, etc.)

M Weichbodenmatte, evtl. noch andere Geräte (z.B. Barren, Kasten...)

T Während die Kinder laufen kann der ÜL ein Tamburin oder Musik verwenden



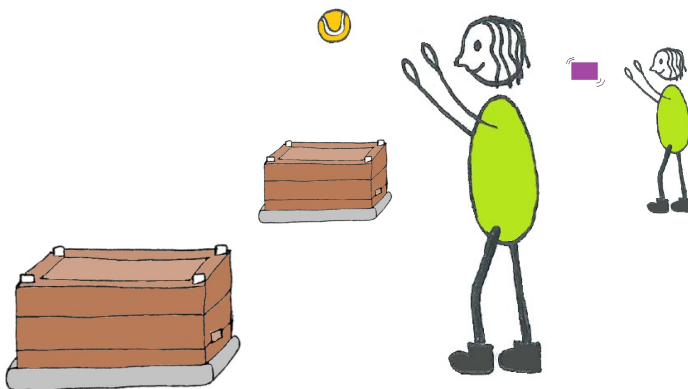
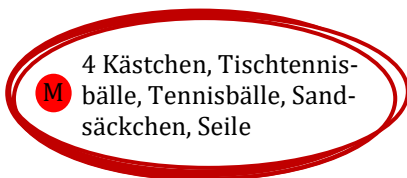
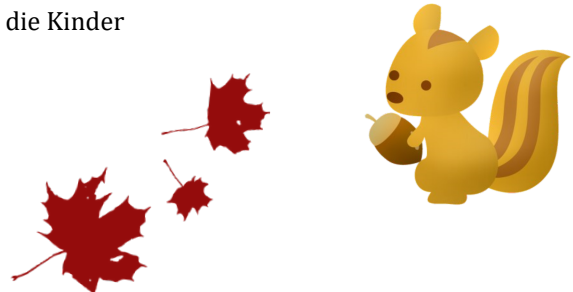
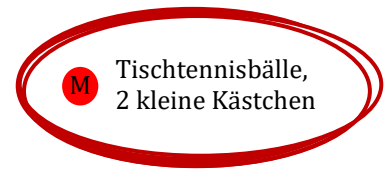
Das Eichhörnchen

- E** Überall in der Halle werden Tischtennisbälle verteilt. Die Kinder werden in zwei Mannschaften eingeteilt und jedes Team bekommt ein umgedrehtes Kästchen zugeteilt. In dieses werden die eingesammelten Tischtennisbälle hineingelegt. Die Kinder sind die Eichhörnchen und die Tischtennisbälle stellen die Nüsse dar. Nun versuchen die Kinder so schnell, wie möglich alle Bälle einzusammeln, damit sie genügend Essen für den Winter haben. Die Mannschaft mit den meisten Bällen gewinnt das Spiel. Dabei darf jedes Kind nur einen Tischtennisball auf einmal transportieren.

Variante: Der ÜL kann auch verschiedene Bewegungsarten, wie die Kinder die Tischtennisbälle einsammeln sollen vorgeben.

Beispiele:

- krabbeln/ auf allen Vieren
- rückwärts laufen
- hüpfen



Wurfstationen

- E** Zu den bereits aufgestellten Kästchen, werden zwei weitere hinzugefügt. Dann verteilen sich die Kinder auf die vier Kästchen, sodass 2-4 Kinder an einem Kästchen stehen. An jedem der umgedrehten Kästchen liegt ein anderes Wurfmaterial. Die Kinder versuchen als Gruppe möglichst viele Treffer zu erzielen.

Station 1: Die Kinder versuchen mit Tischtennisbällen (Nüsse) in das Kästchen zu werfen.

Station 2: Die Kinder versuchen mit Tennisbällen (Kastanien) in das Kästchen zu werfen.

Station 3: Die Kinder versuchen mit Sandsäckchen (Blätter) in das Kästchen zu werfen.

Station 4: Die Kinder versuchen mit zusammengeknüpften Seilen (heruntergefallene Äste) in das umgedrehtes Kästchen zu werfen.

Die Stationen werden nach einiger Zeit gewechselt, sodass jedes Kind an jeder Station war. Ziel dieser einzelnen Stationen ist, dass die Kinder ein Gefühl für die verschiedenen Materialien bekommen.

Variante: Die Kinder können nachdem sie ein Gefühl für die verschiedenen Materialien entwickelt haben, auch verschiedene Wurftechniken ausprobieren.

Beispiele:

- mit einer Hand
- von unten werfen
- durch die Beine von hinten werfen

Gerätelandschaft-Herbst

M 2 Bänke, kleine blaue Matten, beliebig viele Reifen, 1 Kasten, 1 Weichbodenmatte

T Die Gerätelandschaft kann noch durch weitere Stationen erweitert werden.



E Es werden zwischen zwei Bänken kleine blaue Matten geklemmt, sodass ein Tunnel entsteht. Dahinter befinden sich Reifen, durch die die Kinder auf unterschiedliche Weise hindurch springen können.

Beispiele:

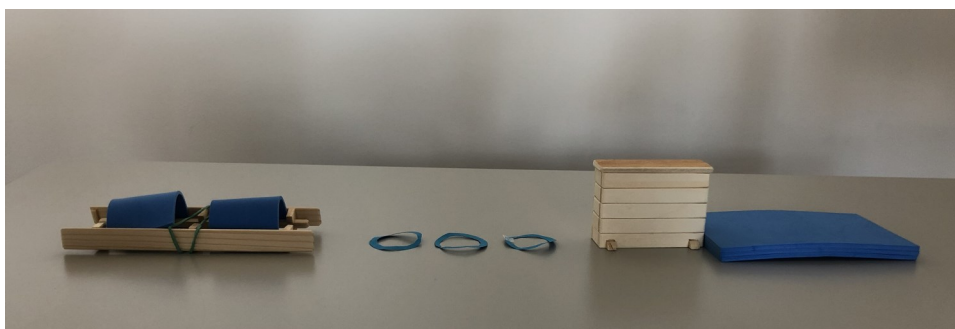
- mit beiden Beinen springen
- auf einem Bein springen
- seitlich durchspringen

Dann klettern die Kinder einen längsgestellten Kasten hinauf, laufen bis ans Ende des Kastens, um schließlich auf die dahinterliegende Weichbodenmatte zu springen, als ob sie in einen Blätterhaufen springen würden. Es können Tücher symbolisch als Blätter auf die Weichbodenmatte gelegt werden. Der Aufbau wird mit lauen Matten abgesichert. Die Kinder laufen nacheinander durch die aufgebaute Herbstlandschaft.

Variante:

Die Kinder transportieren vom Start bis ans Ende Tücher bzw. Blätter.

A



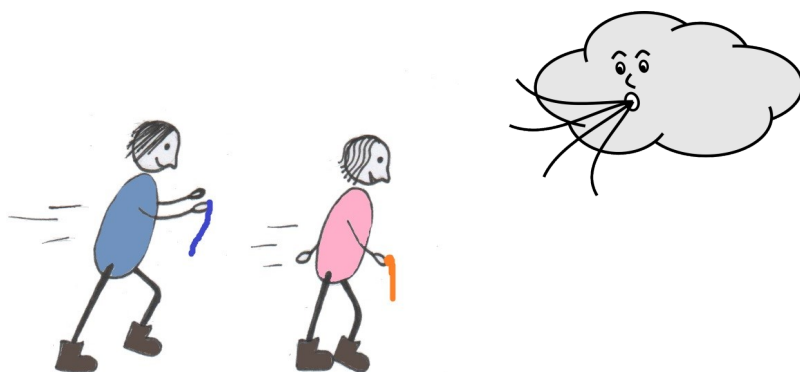
Der Herbstwind kommt

E Die Kinder bekommen Tücher in unterschiedlichen Farben (alle außer blau). Diese Kinder sind die Blätter. Die Tücher können sie in der Hand halten oder sich um das Handgelenk binden. Lediglich ein Kind bekommt ein blaues Tuch, es stellt den Herbstwind dar.

Nun versucht das Kind mit dem blauen Tuch die Kinder mit den bunten Tüchern zu fangen. Berührt das Fänger-Kind ein anderes Kind mit seinem blauen Tuch, lässt dieses sich langsam und sacht mit samt seinem Tuch zu Boden gleiten – wie ein Blatt im Herbstwind. Das Spiel ist zu Ende, wenn alle Blätter auf dem Boden liegen.

M bunte Tücher, 1 blaues Tuch

T Je nach Größe der Gruppe, können auch mehrere Fänger ausgewählt werden.



M =Material **E** =Erklärung **A** =Aufbau **T** =Tipp



M Schwungtuch, evtl.
Tischtennisbälle

T Um das Miteinander zu
stärken, kann der ÜL auch
mitspielen und von einem
Kind aufgerufen werden.

Schwungtuch

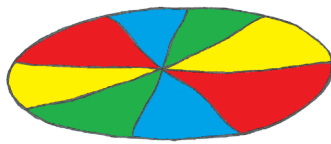
E Jedes Kind stellt sich um das Schwungtuch und nimmt es in beide Hände. Nun können verschiedene Spiele gespielt werden.

Beispiele:

- Alle zählen zusammen auf 10 und dann ruft ein ausgewähltes Kind den Namen eines anderen Kindes. Die beiden Kinder tauschen dann den Platz. Das genannte Kind ist nun an der Reihe den Namen des nächsten Kindes zu nennen, usw.

- Die Tischtennisbälle befinden sich alle auf dem Tuch, welches geschüttelt wird. Dabei darf kein Tischtennisball auf den Boden fallen.

Am Ende des jeweiligen Spiels kann noch einmal auf 10 gezählt werden. Doch diesmal tauschen nicht nur zwei Kinder den Platz, sondern alle Kinder gehen unter das Tuch, so als würden sie nach Hause gehen.



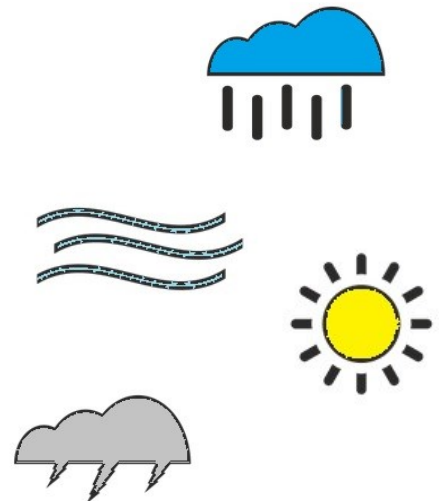
Wettermassage

E Nach den vielen aktiven Spielen zum Thema Herbst massieren sich die Kinder nun gegenseitig. Dafür setzen sich alle Kinder in einen Kreis, sodass jedes Kind einen Rücken vor sich hat. Alternativ können sich die Kinder auch in Zweier-Teams aufteilen.

Beispiele:

- Regen: Die Kinder trommeln leicht mit den Fingerspitzen auf den Rücken
- Donner: Die Kinder trommeln sanft mit der Faust auf den Rücken
- Wind: Der Rücken des Vordermanns wird durchgeknetet
- Sonne: Den Rücken mit der flachen Hand glatt streichen

M Evtl. Turnmatten



Viel Spaß !!!