

KINDERTURNEN INKLUSIV

Eine Spielesammlung für
inklusive Kinderturnstunden



Impressum

Herausgeber

Schwäbischer Turnerbund e.V.
Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart
info@stb.de

1. Auflage, Erscheinungsjahr 2021

Inhalt und Konzeption

Deutsche Turnerjugend
Eileen Jakobi, Regionalliga Inklusion, DTJ
Stefanie Kneisle, Regionalliga Inklusion, DTJ
Dennis Walther, Regionalliga Inklusion, DTJ
Anna-Lena Würbach, Regionalliga Inklusion, DTJ

Layout und Design

Dennis Walther, Regionalliga Inklusion, DTJ
Andreas Müller, Add_MeDia Werbung

Grafiken und Bilder

Dennis Walther, Regionalliga Inklusion, DTJ
Stefanie Kneisle, Regionalliga Inklusion, DTJ
Elina Rieg, Schwäbischer Turnerbund e.V.
Qingwei Chen - Titelbild

Druck

Bechtel Druck GmbH & Co KG
Hans-Zinser-Str.6
73061 Ebersbach/Fils

Gefördert durch



Vorwort Schwäbischer Turnerbund e.V.



Was für eine seltsame Zeit doch hinter uns allen liegt und uns noch immer begleitet. Corona hat sich auf jeden erdenklichen Lebensbereich ausgewirkt, ganz besonders auch auf den Vereinssport. Das Erlernen von wichtigen motorischen Grundfähigkeiten und die soziale Interaktion mit anderen Kindern musste pausieren. Doch nun gilt es den Blick wieder nach vorne zu richten. Denn dort gibt es allerhand zu entdecken: neben dem Bewegungs-ABC nun auch eine inklusive Spielesammlung, die im Rahmen des Projektes „Regionalliga Inklusion der Deutschen Turnerjugend“ ausgearbeitet wurde. Sie stellt verschiedene Ideen für Spiele und Bewegungsstunden für Kinder mit den unterschiedlichsten Fähigkeiten bereit. Ziel ist es, die Vereine dabei zu unterstützen, ein inklusives Angebot an Kinder und Jugendliche anbieten zu können, damit auch Kinder mit Einschränkungen oder Schwierigkeiten am Vereinsleben teilnehmen können und die Freude an Bewegung auch bei ihnen gefördert wird.

Beim Ausprobieren der inklusiven Spielesammlung wünsche ich euch viel Freude!

Viele Grüße,

P. Städele

Pia Städele
Vorsitzende der STB-Jugend



STB 
JUGEND


Kinderturnen
Das Bewegungs-ABC

Vorwort Regionalliga Inklusion

Diese Spielesammlung wurde im Rahmen des Projektes ‚Regionalliga Inklusion‘ der Deutschen Turnerjugend entwickelt. Sie beinhaltet bekannte und vielleicht noch unbekanntere Spiele mit verschiedenen Variationen für inklusive Kinderturngruppen. Dabei werden je nach Spiel die unterschiedlichen motorischen Fähigkeiten Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination geschult. Durch die vorgeschlagenen Anpassungen der Spiele werden die individuellen Fähigkeiten der Kinder berücksichtigt und angemessen gefördert. Ideen und Anregungen zum Anpassen der Spiele sind unter ‚Variationen‘ beschrieben. Mithilfe der Piktogramme könnt Ihr schneller erkennen, für welche Zielgruppe die Spiele anpassbar sind.

Die Spielesammlung verstehen wir als Ideensammlung und soll euch auch motivieren, selbst kreativ an die Spiele heranzugehen.



„leicht verständlich“
Die Spiele sind für Kinder mit einer geistigen Behinderung veränderbar bzw. verständlich.



„motorisch eingeschränkt“
Die Spiele sind für Kinder mit einer körperlichen/motorischen Behinderung und Rollstuhlfahrende veränderbar.



„Sehbehinderung“
Die Spiele sind für Kinder mit einer Sehbehinderung veränderbar.



„Hörbehinderung“
Die Spiele sind für Kinder mit einer Hörbehinderung veränderbar.

Wir wünschen Euch viel Spaß beim Turnen und Spielen!

Eileen, Stefanie, Dennis und Anna-Lena



Spielesammlung für inklusive Kinderturnstunden

Inhalt

1. „Alle die...“	6
2. „Äpfel pflücken“	7
3. „Bingo-Staffel“	8
4. „Blinde Fahrt“	9
5. „Chaos-Name“	10
6. „Eier legen“	11
7. „Eieruhrbombe“	12
8. „Eisschollenlauf“	13
9. „Farbenspiel“	14
10. „Flug durchs All“	15
11. „Gondelfahrt“	16
12. „Kampf der Superschurken“	17
13. „Kling Glöckchen... psssst“	18
14. „Luftballons tauschen“	19
15. „Obstsalat“	20
16. „Reifen nach Jerusalem“	21
17. „Rein damit“	22
18. „Rings herum“	23
19. „Tütenimpuls“	24
20. „Wand-Boccia“	25
21. Stundenbeispiel - „Fit für Ballspiele inklusiv“	27
22. Stundenbeispiel - „Affen im Dschungel“	30
23. Stundenbeispiel - „Schlangen-Parcours“	36
24. Stundenbeispiel - „Feuer, Wasser, Land“	40



Mitspieler

Mindestens 6 Kinder

Material

Schwungtuch

Durchführung

Alle Kinder halten ein Schwungtuch ringsherum mit beiden Händen fest. Wenn das Schwungtuch nach oben gehoben wird, sucht sich ein vorher benanntes Kind ein Merkmal heraus, wie zum Beispiel „Alle die, die blaue Shirts tragen“ (oder „grüne Augen haben“ oder „ein Haustier besitzen“ etc.). Dann müssen alle, die blaue Shirts tragen, unter dem Tuch durchlaufen und den Platz mit einem anderen Kind tauschen.

Varianten

- Nach Ansage werden erst beim zweiten oder dritten Schwung nach oben die Plätze getauscht.
- Tandems bilden.
- Platztausch nach Kontaktaufnahme von zwei Kindern nonverbal.
- Die Übungsleitung sagt eine Farbe, die auf dem Schwungtuch vorhanden ist. Die Kinder, die das Tuch an der entsprechenden Farbe festhalten, tauschen die Plätze.
- Gangart verändern.



Mitspieler

Mindestens 6 Kinder

Material

Große und kleine Hütchen

Durchführung

Es werden große Hütchen ("Bäume"), auf denen kleine Markierungshütchen ("Äpfel") stecken, im Raum verteilt. Diese müssen so schnell wie möglich eingesammelt werden.

Varianten

- Alle Kinder sammeln die Äpfel gleichzeitig ein (Wer schafft mehr?).
- Verschiedene Teams sammeln gleichzeitig.
- Ein großes Team gegen die Zeit.
- Spielen mit Partner.
- Bewegungsarten vorgeben.



“Bingo Staffel”

Spielvariation möglich für Kinder mit



Mitspieler

Mindestens 6 Kinder

Material

Papier mit Bingofeldern, Würfel, Hütchen

Durchführung

Die Bingofelder werden mit Zahlen zwischen 1 und 6 versehen. Die Kinder bilden zwei Teams. Start und Ziel werden markiert. Auf ein Kommando fängt das erste Kind an zu würfeln. Läuft bis zum Bingo-Zettel, streicht die gewürfelte Zahl weg und rennt zurück. Das nächste Kind ist an der Reihe. Ist eine Zahl im Bingo-Feld nicht mehr vorhanden, läuft das Kind ohne durchstreichen zurück und das nächste Kind ist an der Reihe. Gewinner ist, wer als erstes alle Zahlen in einer Reihe/Diagonale gestrichen hat.

Varianten

- Die Kinder laufen im Tandem.
- Ein Kind pro Team übernimmt die besondere Rolle des Würfels.
- Rechenaufgaben auf Zettel schreiben. Die Ergebnisse müssen Zahlen sein, die sich in den Bingo-Feldern befinden. Bevor ein Kind zum Bingo-Feld läuft, löst das Team gemeinsam eine Rechenaufgabe. Das Ergebnis wird dann im Bingo-Feld gestrichen.
- Bingoblatt fühlbar, z.B. mit gestanzten Zahlen (Löcher).



“Blinde Fahrt”

Spielvariation möglich für Kinder mit



Mitspieler

Mindestens 2 Kinder

Material

Rollbretter, Augenbinden, Hütchen, Großgeräte (Bänke, Matten, Kästen, ...)

Durchführung

Zwei Kinder bilden zusammen ein Tandem. Das Kind, das auf dem Rollbrett sitzt, ist “blind”. Das sehende Kind schiebt an und steuert das Rollbrett. Zusammen sollen sie einen Parcours meistern.

Varianten

- Anweisungen des Sehenden taktil oder akustisch.
- Kombination mit Bewegungslandschaften.
- Rollstuhl zieht Rollbrett mit einem Seil, anstatt zu schieben.
- Einfache und schwerere Aufgaben im Parcours einbauen.
- Rollentausch: Das steuernde Kind ist “blind”, das Kind auf dem Rollbrett gibt die Richtungsanweisungen.



Mitspieler

Mindestens 5 Kinder

Material

2-3 unterschiedliche Bälle

Durchführung

Dieses Spiel eignet sich besonders gut, wenn sich die Kinder noch nicht so gut kennen. Der erste Ball wird zu einem Kind geworfen und dazu der eigene Name gesagt. Irgendwann wird ein zweiter Ball genommen und. Bei dem Wurf sagt das Kind den Namen des Kindes zu welchem es wirft. Klappt das gut, wird da Spiel mit den beiden Bällen parallel gespielt. Funktioniert auch das gut, wird ein weiterer Ball mit ins Spiel genommen. Diesen Ball wirft man zu einer Person und sagt den Namen, zu den die Person, die den Ball fängt, den Ball werfen soll. Dann kommen drei Bälle ins Spiel.

Varianten

- Anstelle des Werfens werden Bälle oder Gegenstände übergeben.
- Es werden nicht die eigenen Namen genannt, sondern jedes Kind erhält z.B. einen Tiernamen.



Mitspieler

Mindestens ein Kind

Material

Ballons, Bälle, Körnerkissen, kleine Kästen, Ringe usw.

Durchführung

Die Materialien sollen mit verschiedenen Aufgaben in ein Nest (umgedrehter Kasten, Ring) gelegt werden, z.B.

- auf dem Unterarm, Kopf, Knie usw. balancieren,
- in der Luft halten.

Varianten

- Auf dem Weg zum Nest einen Parcours überwinden.
- Parcours mit Augenbinde laufen (z.B. einer Schnur entlang).
- Spielen mit Partner.



Mitspieler

Mindestens 2 Kinder

Material

Eieruhr, Säckchen

Durchführung

Die Kinder sitzen im Kreis. Die Übungsleitung stellt die Eieruhr auf ein bis zwei Minuten und steckt sie in das Säckchen. Nun wird das Säckchen schnell von einem zum anderen weitergereicht, bis die Eieruhr abgelaufen ist und bei einem Kind beginnt zu läuten. Was dann passiert, wird vorher abgesprochen, z.B. überlegt sich das Kind eine Übung.

Varianten

- Ist ein taubes Kind in der Gruppe dabei, kann eine Eieruhr rundgeben werden, die vibriert.
- Ist ein blindes Kind dabei, kann das Säckchen ggf. immer auf die Beine des Nachbarn gelegt werden.



Mitspieler

Mindestens 2 Kinder

Material

Malerkrepp-Band

Durchführung

Auf einer freien Fläche wird ein Quadrat von 3x3 Meter abgeklebt. Innerhalb des Quadrats werden kleinere Felder im Maße von 50x50 cm abgeklebt. Nun werden an dem Spielfeld die Start- und Zielseite gekennzeichnet. Auf einem separaten Plan zeichnet sich die Übungsleitung einen Weg in das Spielfeld hinein. Dieser Weg soll nun durch Ausprobieren herausgefunden werden. Dabei betritt zunächst das erste Kind ein beliebiges Feld. Ist dieses Feld ein Teil des festgelegten Weges, darf das Kind ein weiteres Feld aussuchen. Ist das Feld jedoch kein Teil des Weges, so ist das nächste Kind an der Reihe. Es sind nur waagerechte und senkrechte Wegstrecken erlaubt. Ist der Weg vollständig durchlaufen, sind nun noch alle anderen Kinder dran, genau den gleichen Weg zu absolvieren.

Varianten

- Augen verbinden und den Weg auf Zuruf der anderen Kinder durchlaufen.
- Reifen, bzw. Koordinationsleitern auslegen.
- Extra große Felder kleben.



Mitspieler

Mindestens 2 Kinder

Material

Markierungshütchen und kleine Bälle in verschiedenen Farben

Durchführung

Es werden Markierungshütchen und Bälle im Raum verteilt. Die Bälle sollen auf die gleichfarbigen Hütchen gesetzt werden.

Varianten

- Hütchen und Bälle auf Erhöhungen legen, so dass Rollstuhlfahrende auch an die Gegenstände kommen.
- Auf allen Hütchen liegen schon andersfarbige Bälle. Die Bälle sollen wieder auf die gleichfarbigen Hütchen gebracht werden.
- Zwei Teams bekommen verschiedene Vorgaben, welche Bälle auf welche Hütchen gelegt werden sollen.



Mitspieler

Mindestens 2 Kinder

Material

Zeitungspapier, Augenbinde

Durchführung

Die Kinder bilden Paare. Eines der beiden Kinder bekommt die Augen verbunden und ist Astronaut im Weltraum (Startlinie). Das sehende Kind ist das Bodenpersonal und stellt sich auf die Bodenstation (Ziellinie). Überall auf dem Weg zwischen Startpunkt und Ziel liegt auf dem Boden verteilt zerknülltes Papier. Das sind Meteoriten. Nun hat das sehende Kind (Bodenpersonal) die Aufgabe, den Astronauten durch Zurufe sicher durch den Weltraum zur Bodenstation zu holen. Die Meteoriten sollten dabei nach Möglichkeit nicht berührt werden.

Varianten

- Statt durch Zurufen kann das sehende Kind den Astronauten auch an die Hand nehmen und durch das Weltall führen, ohne die Meteoriten zu berühren.
- Statt durch Zurufen kann das sehende Kind den Astronauten auch mit Tippen auf die Schultern durch das Weltall führen.
- Die Kinder sollen die Meteoriten aus dem Weltall einfangen.



Mitspieler

Mindestens ein Kind

Material

PET-Flaschen, kleine Bälle (Tennisball, Tischtennisball,...)

Durchführung

Jedes Kind bekommt eine eigene Flasche und einen Ball. Der Ball (unser Passagier) soll auf der Flasche (der Gondel) transportiert werden, ohne dass er herunterfällt.

Varianten

- Art der Bälle ändern. Je schwerer, desto leichter zu transportieren
- Größe der Auflagefläche ändern: Zum Beispiel Hütchen anstelle einer Flasche.
- Geschwindigkeiten ansagen.
- Fortbewegungsart ändern.
- Parcours überwinden.
- Flasche an Rollstuhl befestigen.
- Spielen mit Partner (blinder Gondelfahrer und sehender Navigator).
- Kombination mit Stopp-Tanz.



Mitspieler

Mindestens 8 Kinder

Material

Bettlaken oder Decke

Durchführung

Die Gruppe in zwei gleich große Gruppen aufteilen. Zwischen die Gruppen wird eine Decke, oder ein Bettlaken gespannt, so dass sich die Gruppen gegenseitig nicht sehen können. Ein Kind pro Gruppe wird ausgewählt und setzt/stellt sich direkt an die Decke. Auf Kommando „Kampf dem Superschurken!“ wird die Decke fallen gelassen, und die beiden ausgewählten Kinder müssen so schnell wie möglich den Namen des gegenüberstehenden Kindes nennen. Das Kind, dessen Namen zuerst genannt wird, wechselt zur anderen Gruppe. Ziel des Spiels ist es, alle Kinder in eine Gruppe zu holen und das Team wieder zu vereinen. Dadurch wird dem Spiel der Wettkampcharakter genommen.

Varianten

- Das Bettlaken bleibt oben und die beiden Kinder hinter dem Bettlaken sagen einmal den Satz „Ich bin der Superschurke!“. Danach muss geraten werden, wer hinter dem Bettlaken sitzt.
- Zu dem Superschurken gesellt sich ein Spion (Tandem bilden), der den anderen Superschurken erraten soll.



Mitspieler

Mindestens 5 Kinder

Material

Tischglöckchen

Durchführung

Die Kinder stellen sich in einen Kreis. Ein Kind bildet den Anfang und bekommt die Tischglocke. Die Glocke muss so am Griff gehalten werden, dass die offene Seite nach unten zeigt. Die Aufgabe besteht nun darin, die Tischglocke von Kind zu Kind weiterzugeben, bis sie wieder bei dem Start-Kind angekommen ist, ohne dass diese läutet. Ertönt doch ein Ton, wird die Runde abgebrochen und die Aufgabe startet von vorn.

Varianten

- Während die Glocke ruhig gehalten wird, soll das Kind mit der Glocke um den Kreis herumgehen. Danach wird sie an das nächste Kind weitergegeben.
- Es werden gleichzeitig zwei Glocken in entgegengesetzte Richtungen des Kreises gegeben.
- Das Kind mit der Glocke muss einen Parcours überwinden und übergibt danach die Glocke an das nächste Kind. (Mehrere Glocken möglich)



Mitspieler

Mindestens 4 Kinder

Material

Luftballons, Edding (Vorbereitung)

Durchführung

Jedes Kind besitzt einen Luftballon mit dem eigenen Namen darauf. Nun werden die Luftballons als Team in der Luft gehalten. Auf „Stopp“ halten alle einen Ballon fest, ordnen ihn der zugehörigen Person zu und übergeben ihn an den Besitzer.

Varianten

- Die Luftballons werden gezielt mit einem anderen Kind in der Luft getauscht. Die Kontaktaufnahme der beiden Kinder erfolgt über Blickkontakt.
- Raum vergrößern oder verkleinern.
- Verschiedenfarbige Luftballons, auf Signal kommen Farben zusammen.
- Fortbewegungsart ändern.
- Stopp-Zeichen visuell oder akustisch.
- Auf Musik, bei Stoppen der Musik kommt es zu einem Tausch.
- Kombination mit Bewegungslandschaften.
- 2-3 Kinder tauschen ihre Luftballons in der jeweiligen Kleingruppe. Es wird versucht die Ballons nicht auf den Boden fallen zu lassen.



Mitspieler

Mindestens 10 Kinder

Material

Kartenspiel oder selbst bemalte Karten

Durchführung

Jedes Kind sitzt im und Kreis und bekommt eine Karte. Nutzt man das Kartenspiel, dann sind zum Beispiel, alle Herz Äpfel und so weiter. Je nach Anzahl der Kinder sollte es nur 3-4 verschiedene Obstarten geben. Nun wird eine Obstart gerufen und alle Kinder dieser Sorte tauschen den Platz. Wird Obstsalat gesagt, dann tauschen alle Kinder die Plätze.

Varianten

- Ein Kind oder der Übungsleiter stehen in der Mitte. Nun muss bei einem Obsttausch ein freier Platz gefunden werden. Wird kein Platz gefunden, wird noch eine Runde in der Mitte geblieben. Findet ihr einen Platz, darf das Kind in die Mitte, das keinen Platz gefunden hat.
- Die Kinder bilden Tandems, indem sie sich an die Hand nehmen.
- Jedes Kind hat ein Glöckchen an sich und die Augen verbunden.
- Es werden verschieden-farbige Reifen im Kreis ausgelegt. Diese symbolisieren ein Obst oder die Farbe der Reifen wird gerufen.
- Bewegungsart vorgeben, z.B. "auf allen Vieren", auf Rollbrett.



Mitspieler

Mindestens 10 Kinder

Material

Reifen, Seile oder ähnliches, Musikbox

Durchführung

Zwei Kinder sind ein Team. Vor dem Spiel werden überall Reifen oder Seile in Kreisform ausgelegt. Es ist genau ein Reifen weniger als es Teams gibt. Es wird Musik angemacht. Die Kinder tanzen und hüpfen zur Musik. Stoppt die Musik, muss das Team in einen freien Reifen rennen. Wer keinen Reifen findet, darf als nächstes die Musik bedienen.

Varianten

- Ein Kind hat die besondere Aufgabe die Musik zu stoppen.
- Die Kinder machen das Spiel für sich selbst.
- An jedem Reifen steht noch zusätzlich eine Warmmach-Übung.
- Visuelle Signale statt Musik-Stopp.
- Es werden genauso viele Reifen wie Teams im Raum verteilt. Jedes Team sucht sich einen Reifen und merkt sich dazu "Nr.1", „Nr.2“,... (Die Reifen können auch mit Tiernamen o.Ä. verknüpft werden) Bei Musikstopp ruft der Übungsleiter "Nr. 2" und jedes Kind muss in seine Nr.2 laufen. (Diese Variante funktioniert auch einzeln)



Mitspieler

Mindestens 6 Kinder

Material

Ballwagen, Bälle, Sandsäckchen, Tücher, etc.

Durchführung

Vor dem Spiel werden die Materialien in der Halle verteilt. Der Ballwagen wird durch die Halle gefahren. Die Kinder versuchen das Material so schnell wie möglich in den Ballwagen zu werfen.

Varianten

- Änderung der Geschwindigkeit des Ballwagens.
- Die Kinder bleiben an festen Materialstationen, an denen der Ballwagen vorbeifährt.
- Akustische Signale (z.B. Glöckchen) an den Ballwagen hängen, Blindentennisbälle nutzen.
- Spielen als Tandem (Ein Kind des Tandems hat eine Augenbinde auf).
- Gangart oder „Wurfart“ verändern, z.B. mit schwacher Hand werfen.



Mitspieler

Mindestens 5 Kinder

Material

Zauberschnur / langes Seil, Fingerring

Durchführung

Eine Zauberschnur wird durch einen Ring gefädelt. Alle Kinder sitzen in einem Kreis und halten die Zauberschnur in den Händen. Ein Kind ist Detektiv und geht aus der Halle, während die anderen Kinder den Ring in den Händen eines Kindes verstecken. Der Detektiv kommt zurück in die Halle und hat nun die Aufgabe, den Ring zu finden. Das Team versucht nun, während der Detektiv im Raum ist, den Ring eine ganze Runde wandern zu lassen, ohne, dass der Detektiv sagen kann, wo sich der Ring befindet. Der Detektiv kann sich frei im Raum bewegen. Hat er einen Verdacht, wird das Spiel gestoppt. Liegt der Detektiv falsch, so wird weitergespielt. Liegt er richtig, wird ein neues Kind zum Detektiven. Der Detektiv hat 3 Versuche.

Varianten

- Spiel funktioniert im Stehen oder Sitzen.
- Anzahl der Rateversuche wird erhöht / verringert.
- Der Detektiv hat die Augen verbunden und einen Partner. Es wird ein Klingelball oder ein Schlüsselbund reihum gegeben.



Mitspieler

Mindestens 2 Kinder

Material

Mülltüten / Handtücher, Schwämme, ggf. leichte Bälle

Durchführung

Die Kinder stehen oder sitzen im Kreis und haben einen Meter Abstand zueinander. Es werden Impulse mittels einer Mülltüte weitergegeben. Es können Kommandos für den Richtungswechsel eingebracht werden.

Varianten

- Für eine ruhigere Geräuschkulisse können Handtücher verwendet werden
- Die Kinder gehen ca. 2 Meter auseinander, sie halten die Mülltüte an beiden Enden fest. Es liegt ein Luftballon / Schwamm in der Mülltüte, der im Kreis weitergegeben wird. Es können mehrere Materialien weitergegeben werden.
- Die Gegenstände im Tuch werden partnerweise hoch "geschleudert" und wieder aufgefangen. Der Gegenstand wird zum Nachbarn weitergegeben.
- Die Kinder absolvieren einen Parcours mit dem Schwamm auf der Tüte, der Schwamm liegt dort oder die Paare werfen sich den Schwamm zu.
- Die Kinder stehen in einem engen Kreis und übergeben die Gegenstände von Mülltüte zu Mülltüte



Mitspieler

Mindestens 2 Kinder

Material

Verschiedene Wurfgegenstände

Durchführung

Die Gegenstände werden von einer Markierung in Richtung der Wand geworfen. Die Gegenstände sollen nach dem Wurf so dicht wie möglich an der Wand liegen bleiben.

Varianten

- Spielen mit Partner / Ansage der Entfernung des letzten Wurfs zur Wand.
- Gegenstände Richtung Wand rutschen / rollen lassen.
- Gegenstände nutzen, die Geräusche machen.



Stundenbeispiel:

„Fit für Ballspiele inklusiv“

Diese inklusive Turnstunde ist eine Heranführung an das Rückschlagspiel Faustball. Zu Beginn werden verschiedene Übungen zur Orientierungsfähigkeit und dem Ballgefühl angeleitet, die sich je nach Fähigkeiten der Kinder individuell anpassen lassen. Am Ende der Turnstunde wird eine Variante im Sitzen des Turnspiels Faustball eingeführt.

Thema: „Fit für Ballspiele inklusiv“

Zeit	Inhalt	Lernziel	Methode/Organisationsform	Materialien	Variation für Kinder mit Behinderung/Unterstützung von Bewegung und Sprache (Beispiele)
2 Min / Intro					
10 Min / Erwärmung	<p>„5er Ball“ Zwei Mannschaften spielen gegeneinander. Um einen Punkt zu erzielen, muss der Ball ohne Ballverlust innerhalb der Mannschaft fünfmal gepasst werden. Sobald der Ball den Boden berührt oder durch jemanden aus der gegnerischen Mannschaft abgefangen wird, gibt es keinen Punkt, und die andere Mannschaft ist an der Reihe.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Orientierungsfähigkeit - Reaktionsfähigkeit - Kooperation 	2 Mannschaften	Ball, Leibchen	<ul style="list-style-type: none"> - Fortbewegungsart variieren - Paarweise spielen - Unterschiedliche Wurfmaterialien, Klingenbälle
25 Min / Hauptteil 1	<p>„Eier legen“ Jedes Kind soll seine Eier (Materialien) mit verschiedenen Aufgaben in das Nest (Kasten, Ring) bringen. Aufgaben: <ul style="list-style-type: none"> - Auf dem Unterarm, Kopf, Knie usw. balancieren - In der Luft halten - Schläger, Kochlöffel usw. nutzen - Einen Parcours überwinden </p>	<ul style="list-style-type: none"> - Koordination - Ballgefühl 	Einzelarbeit	Verschiedene Bälle, Sandsäckchen, Ballons usw., Schläger, Kochlöffel usw., Kästen, Ringe	<ul style="list-style-type: none"> - Spielen mit Partner

	<p>„Blickball“ Die Kinder stehen / sitzen im Kreis und haben einen Ball. Er wird immer zu dem Kind geworfen / gerollt, das auch angeschaut wird.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Werfen - Fangen 	Gruppe	Ball	<ul style="list-style-type: none"> - Akustische Signale nutzen - Klingelball
20 Min / Hauptteil 2	<p>„Sitzball über die Schnur“ Die Kinder werden in zwei Mannschaften eingeteilt, die sich gegenüber sitzen. In der Mitte des Feldes wird eine Schnur gespannt. Jede Mannschaft versucht nun, den Ball so über die Schnur zu werfen, dass er vom Gegenspieler nicht gefangen werden kann. Berührt der Ball den Boden im gegnerischen Feld, ist es ein Punkt. Landet der Ball im Aus, ist es ein Punkt für die gegnerische Mannschaft. Bevor der Ball über die Schnur gespielt wird, muss der Ball mindestens einmal abgegeben werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Werfen - Reaktionsfähigkeit - Orientierungsfähigkeit 	Spielform (Rückschlagspiel)	Ball, Schnur, Feldmarkierungen	<ul style="list-style-type: none"> - Feld vergrößern / verkleinern - Schnur höher / niedriger - Luftballon, Zeitlupenball, Klingenbälle - Bodenkontakt des Balls vorm Fangen erlaubt - Spiel auf Rollbrettern
3 Min / Abschlussritual					

Stundenbeispiel:

„Affen im Dschungel“

Diese inklusive Turnstunde dreht sich um eine junge Affenbande, die gemeinsam verschiedene Stationen und Hindernisse bewältigt. Je nach Größe und Diversität der Gruppe, könnt ihr mithilfe der Variationen alle Stationen auf eure Kinderturn-Gruppe anpassen. Für die einzelnen Stationen findet ihr unter dem Stundenverlaufsplan Bilder, die euch beim Aufbau der Stationen helfen.

Thema: „Affen im Dschungel“

Zeit	Inhalt	Lernziel(e)	Methode/Organisationsform	Materialien	Variation für Kinder mit Behinderung/Unterstützung von Bewegung und Sprache (Beispiele)
5 Min / Einführung	<p>Anfangsritual</p> <p>„Affen-Zauber“</p> <p>„Heute findet ein ganz besonderes Abenteuer statt. Wir werden heute alle einen Tag als Affen im Dschungel erleben. Dafür legt ihr euch gleich ganz ruhig auf den Rücken und schließt die Augen. Wenn ihr schlaft, werdet ihr irgendwo am Körper ein Kribbeln/Kitzeln fühlen, denn ein Zauberer verwandelt euch für die Kinderturnstunde mit seinem Zauberstaub in Affen. Am Ende der Stunde werden alle wieder zurück zu Kindern verzaubert.“</p> <p>ÜL berührt Kinder mit Feder.</p>	<p>Struktur und Sicherheit</p> <p>Vorstellungsvermögen</p> <p>Entspannung</p> <p>Körperwahrnehmung</p>	Sitzkreis mit kleinen Matten, jedes Kind befindet sich auf einer Matte	Kleine Matten, Federn	<p>Kinder mit Hörbeeinträchtigung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mit Bilderkarten arbeiten
10 Min / Station 1	<p>„Fang die Kokosnuss“ (Illustration s.u.)</p> <p>„Die Affenkinder sind aus ihrem Schlaf erwacht und fühlen sich munter und fröhlich. Es ist ein schöner Sommertag, perfekt für das Kokosnuss-Spiel.“</p> <p>„Oh ja, das Kokosnuss-Spiel! Das haben wir lange nicht mehr gespielt!“, ruft die kleine Tilda. Dabei ist ein Affenkind in der Mitte des Kreises. Die Affenkinder außen werfen sich die Kokosnuss zu. Das Kind in der Mitte versucht die</p>	<p>Reaktionsfähigkeit</p> <p>Schnelligkeit</p> <p>Beweglichkeit</p>	Kreis, ein Kind in der Mitte	Softball	<p>Kinder mit Sehbeeinträchtigung</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kringelball rollen - verbal unterstützen - Partner: Zwei Kinder halten sich an der Hand - Ein Kind wirft den Ball <p>Variation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alle Kinder sitzen - 2 Kinder als Team in die Mitte

	<p>Kokosnuss zu fangen. Gelingt ihr/ihm dies, darf es nach außen in den Kreis. Die Affenkinder haben eine Menge Spaß.“</p> <p>Alle Kinder befinden sich in einem Kreis mit ca. 1-2 Metern Abstand voneinander. Ein Kind befindet sich in der Mitte des Kreises. Nun wird ein Softball außen im Kreis geworfen. Man darf nicht zu dem Kind werfen, das direkt neben einem steht. Wenn das Kind in der Mitte den Ball fängt, so darf es nach außen und das Kind, dass den Ball geworfen hat, ist in der Mitte.</p>				<ul style="list-style-type: none"> - Nach "X" Wiederholungen wechseln Einfacher für das Kind in der Mitte: <ul style="list-style-type: none"> - Alle Kinder rollen den Ball - Kind in der Mitte muss den Ball nur berühren und nicht fangen - Kinder mit Hörbeeinträchtigung: <ul style="list-style-type: none"> - Mit Bilderkarten arbeiten - Spiel demonstrieren (Proberunde) - Distanz zur Bank vergrößern/verkleinern - Im Sitzen nur mit einer Bank Sandsäckchen zum Werfen verwenden - Tandems bilden, die Kinder halten sich an der Hand, ein Kind trägt eine Augenbinde und das andere Kind versucht zu erklären, in welche Richtung geworfen werden soll <p>Sehbeeinträchtigung</p> <ul style="list-style-type: none"> - verbal unterstützen - Tandems s.o. <p>Hörbeeinträchtigung:</p>
10 Min / Station 2	<p>„Futtersuche“ (Illustration s.u.)</p> <p>„Die junge Affenbande hat es geschafft - die Kokosnuss ist gefangen! Und da grummelt auch schon der Magen. Die eine Kokosnuss reicht allerdings nicht für die ganze Affenbande. Deshalb muss Futter her – am liebsten essen Affen Früchte. Dafür wirft ein Affenkind seine Kokosnuss auf die Bananenstauden. Wenn sie herunterfallen, kann er sie für sich und seine Familie aufsammeln. Der Affe sammelt auch andere Früchte, von Apfel-, Birnen- und Pflaumenbäumen.“</p> <p>Auf zwei aufeinander stehenden Turmbänken befinden sich Pylonen, kleine und große Bälle. Ab einer Markierung, ca. 2,5 – 3 Meter entfernt, werfen die Kinder mit Soft- oder</p>	Kraft Orientierungsfähigkeit Optische Wahrnehmung Werfen/Ballgefühl Selbstwirksamkeit/ Ich-Kompetenz	Auf zwei aufeinander stehenden Turmbänke mit Pylonen. Kleine und große Bälle darauf. Kinder stehen an einer Markierung, ca. 2,5 – 3 Meter entfernt. Bei großen Gruppen ggf. 2 - 3x aufbauen	Bänke Pylonen Verschiedene Bälle, Sandsäckchen	

	<p>Gummibällen auf die Pylonen und Bälle bis alle heruntergefallen sind. Je nach Gruppengröße können mehrere Stationen aufgebaut werden.</p>				<ul style="list-style-type: none"> - Mit Bilderkarten arbeiten <p>Variation:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die "Brüllaffen" (ein Teil der Gruppe) stellen sich in den Weg und beschützen die Früchte. (Abwehren der Bälle) <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungslandschaft mit passenden Stationen für alle Kinder aufbauen (s.u.)
20 Min / Hauptteil	<p>„Kletteraffe“</p> <p>„Die Affenbande hat ganz viel Futter ergattert und nun ordentlich zu Mittag gegessen. Nach einem langen Mittagsschlaf hat die ganze Affenbande wieder Energie für das, was sie am liebsten tun: Spielen. Die Affenkinder sind ganz aufgeregt, den Dschungel zu entdecken. Es gibt Höhlen, Flüsse, Palmen und Lianen, an denen sie schwingen können. Viel Spaß beim Entdecken des Dschungels! Passt aufeinander auf!“</p> <p>„Alle Affen schlafen“</p> <p>„Alle Affenkinder haben lange gespielt. Sie sind total glücklich und lieben den Dschungel, aber nun ist es schon wieder Schlafenszeit. Alle Affen legen sich bequem hin und schlummern leise ein. Mal sehen, ob sie wieder zu Kindern zurück verwandelt werden“</p> <p>ÜL berührt Kinder mit Feder.</p>	Kraft Orientierung Gehen/Laufen/Balancieren Kriechen Schwingen Hangeln Klettern Kooperation Rücksichtnahme	Bewegungslandschaft s.u.	Matten Barren Kästen Bänke Säckchen mit Dingen zum Erasten	
5 Min / Abschluss		Vorstellungsvermögen Entspannung Körperwahrnehmung	Sitzkreis mit kleinen Matten, jedes Kind befindet sich auf einer Matte	Kleine Matten Feder	<p>Kinder mit Hörbeeinträchtigung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mit Bilderkarten arbeite, siehe:

Illustration Station 1

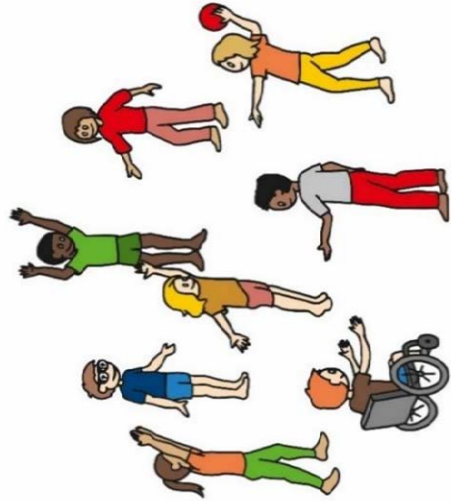
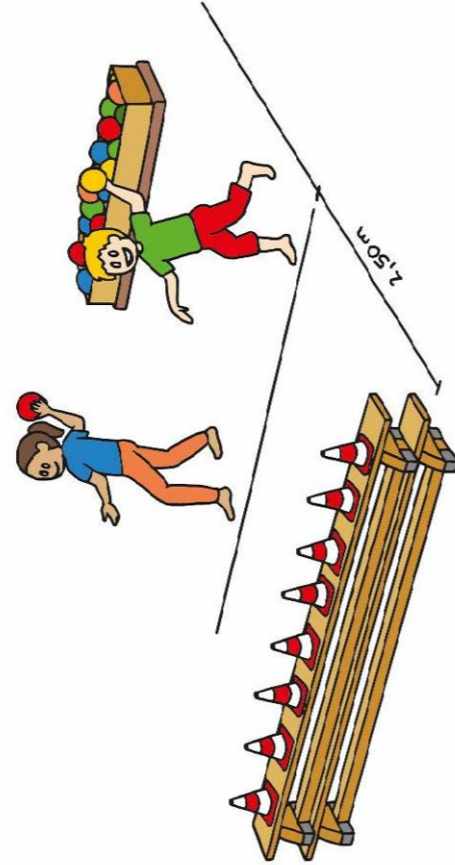
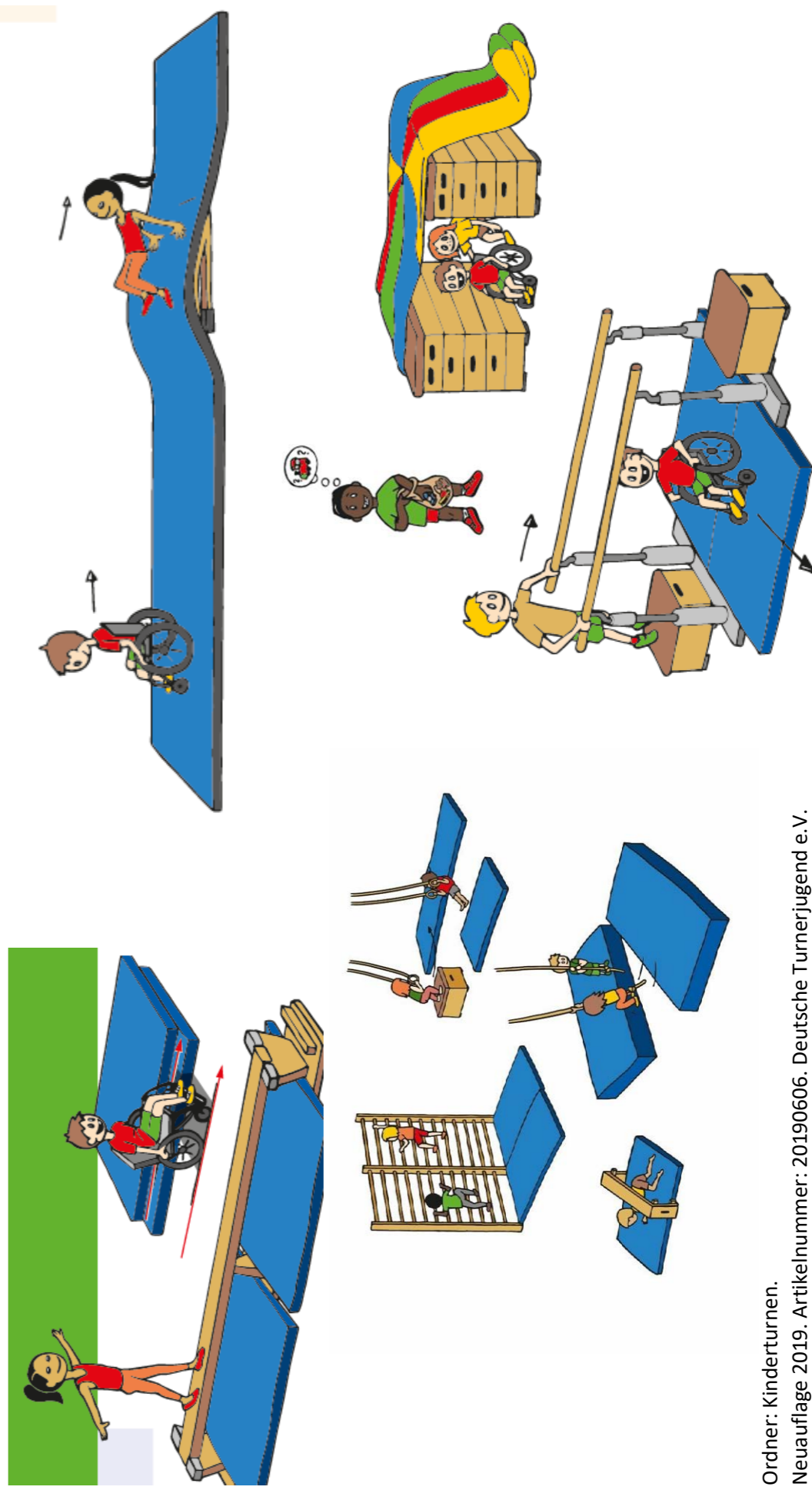


Illustration Station 2



Mögliche Stationen für die Bewegungslandschaft



Ordner: Kinderturnen.
Neuaufgabe 2019. Artikelnummer: 20190606. Deutsche Turnerjugend e.V.

Stundenbeispiel:**„Schlangen-Parcours“**

Eine inklusiv gestaltete Kinderturnstunde rund um das Thema Schlange. Die Stunde beginnt mit einem festen Ritual.

Grundsätzlich beruht eine Kinderturnstunde immer auf Freiwilligkeit. Die aufgeführten Inhalte sollen als Ideen dienen. Je nach Alter können die Kinder mit in den Entstehungsprozess des Schlangenparcours eingebunden werden.

Bestimmt kommen von den Kindern auch noch eigene Ideen, die ihr je nach Material, das euch zur Verfügung steht, noch ergänzen oder anpassen könnt.

Grundsätzlich empfehle ich eine „Ruhe-Zone“ in jeder Kinderturnstunde. In diesem Bereich kann sich jeder, jederzeit zurückziehen, wenn er eine kurze Auszeit braucht. Gerne kann das eine kuschelige kleine Höhle, oder Ecke sein.

Thema: „Schlangen-Parcours“

Zeit	Inhalt	Lernziel / Ziel	Methode/Organisationsform	Materialien	Variation für Kinder mit Behinderung/Unterstützung von Bewegung und Sprache (Beispiele)
2 - 5 Min Ankunft / Umziehen	Mit Eltern und Kindern sprechen, nach Befinden und Besonderheiten erkundigen	Vertrauen aufbauen; gesundheitliche Probleme / Defizite / Stärken der Kinder kennen lernen/besprechen			
5 Min. Begrüßung; Begrüßungsritual	Anhören, was die Kinder beschäftigt; Begrüßungsritual	Anstand/Respekt/Steigerung des Zusammengehörigkeit sgefühls/Abbau von Barrieren	Kreisform		
10 Min/Erwärmung bzw. Einstimmung	Bewegungslied: Zwei lange Schlangen Schwungtuch, an dem sich alle Kinder mit einer Hand festhalten und im Kreis gehen (Die Schlange ist eingekringelt). Variationen: - Richtungswechsel - Einzelne Kinder dürfen loslassen und um das Tuch herumflitzen.	Aktivierung des Herz- Kreislauf-Systems; Vorbereitung auf die Stunde (physisch/psychisch/e motional)	Bewegung frei auf die Musik	Musik „Zwei lange Schlangen“ Ggf. Schlangen- handpuppen oder Socken. Schwungtuch	Bei dem Bewegungslied können Kinder, die nicht, bzw. nur wenig hören können, die Bewegungen der anderen Kinder nachmachen.

	<p>- Ein Kind bildet den Schlangenkopf und dirigiert die Gruppe durch die Halle</p> <p>Schlangen-Fangen: Pro Kind ein Seil, dass mit einem Seilende in den Hosensack gesteckt wird, das andere Ende hängt heraus. Fänger auswählen, der versucht, die Schlangen (Seile) zu schnappen. Variation: Wer kein Seil mehr hat fängt sich ein Seil von einem anderen Kind und wird somit wieder zur Schlange. □ Der Schlangenfänger wird dadurch immer wieder neu festgelegt.</p>				Das Seil kann auch an der Rückenlehne eines Rollstuhls befestigt werden. Schlangen-Fangen bei einer starken Sehbeeinträchtigung eines Kindes kann z.B. durch eine Bewegungsvorgabe (Kriechen wie eine Schlange) verändert werden. Ebenso kann an die Seile ein Glöckchen befestigt werden und alle Kinder fangen nach Geräusch (Augen ggf. verbunden).
40 – 60 Min/Hauptteil	<p>Schlangenparcours aufbauen Ideen, die gerne erweitert werden können!</p> <ul style="list-style-type: none"> - auf einem langen Seil, oder Linie (Schlange) entlang balancieren. - Schiefe Ebene (Als Schlange herunterrollen) - Verschiedene Höhlen und Tunnel aufbauen, durch die die Schlangen hindurchkriechen können - auf einer Bank liegend sich entlang ziehen - Ideen der Kinder mit aufnehmen! <p>Spiel: Schlangeneier retten (siehe Gondelfahrt aus der Spielesammlung!)</p>	Förderung der motorischen Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit) und psychosoziale Fähigkeiten und Fertigkeiten, sowie Aufbau von gegenseitigem Respekt und Abbau von Barrieren	Frei im Raum Individualisierungsprinzip (Jedes Kind muss da abgeholt werden, wo es steht.)	Bau-Elemente für den Parcours Schlangeneier (z.B. kleine Bälle) und Flaschen, oder Becher	Die Kinder bestimmen die Schwierigkeit selbst und entscheiden, welchen Aufbau sie nutzen möchten. Durch verschiedene Angebote können alle Kinder teilnehmen.

	<p>Entspannung zwischendurch, oder zum Ende: Schlangen-Mandala (Mit Seilen Muster legen / ggf. nach Vorlage, oder frei)</p>			Seile	
5 Min Schlulssfeil	<p>Schwungtuch mit Seilen darauf, die zum Ende der Stunde durch das Loch in der Mitte rutschen und dann zugedeckt werden. Ggf. letzte Strophe des Liedes „Zwei lange Schlangen“ singen. (Die Schlangen schlafen ein. Tzzz, tzzz, tzzzz)</p>	Cool down Konzentration und Entspannung		Schwungtuch, Seile, Musik (Zwei lange Schlangen)	
3-5 Min/Feedback bzw. Ritual	<p>Austausch im Kreis: Was hat euch gut, weniger gut gefallen?; Abschlussritual</p>	Stunde reflektieren/ Ausblick auf nächste Stunde; Kinder loben, ggf. über aufgetretene Probleme sprechen	Kreis		

Stundenbeispiel:

„Feuer, Wasser, Land“

Diese inklusive Kindertumstunde nimmt alle Kinder mit auf die Reise zu den Elementen Feuer, Wasser und Land. Nach einem Spiel, passend zum Thema, können sich die Kinder an den Stationen ausprobieren. Für alle Stationen haben wir Varianten vorgeschlagen, so dass alle Kinder teilnehmen können. Tandems stellen eine gute Möglichkeit dar, damit sich die Kinder gegenseitig unterstützen können.

Thema: „Feuer, Wasser, Land“

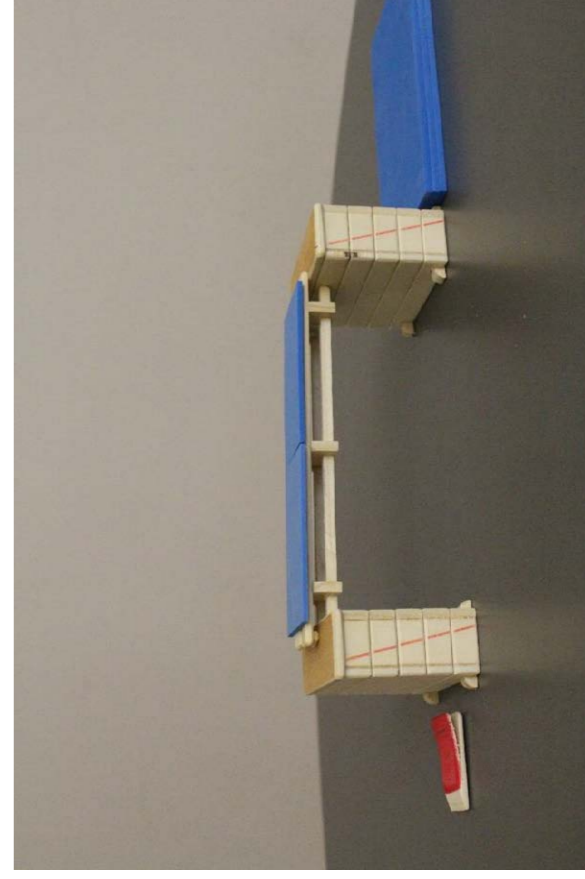
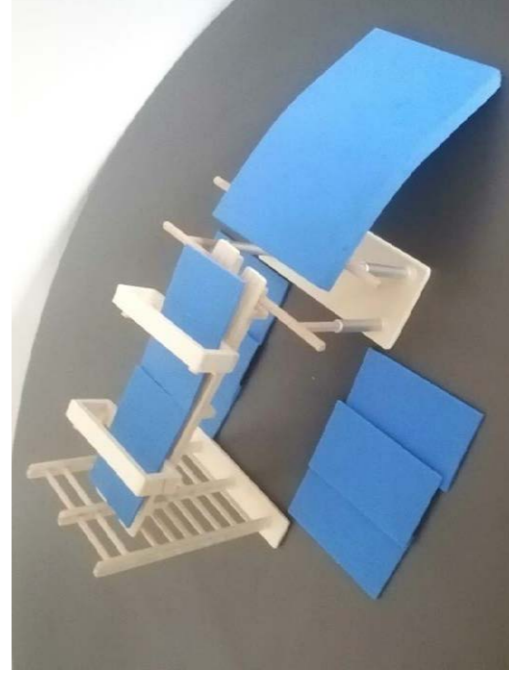
Zeit	Inhalt	Lernziel	Methode/Organisationsform	Materialien	Variation für Kinder mit Behinderung/Unterstützung von Bewegung und Sprache (Beispiele)
2 Min/Intro					
10 Min/Erwärmung bzw. Einstimmung	<p>„Feuer, Wasser, Land“ Vor dem Spiel werden die einzelnen Elemente definiert und das Spiel erklärt.</p> <p>Beispiele: Feuer: alle Kinder klettern auf die Sprossenwand Wasser: alle Kinder hüpfen auf die nächste Bank Land: alle Kinder müssen auf den irgendwo im Raum verteilten Matten Schutz suchen</p> <p>Bei Spielbeginn wird Musik angemacht. Alle Kinder tanzen, toben, rennen. Stoppt die Musik ruft der Übungsleiter ein Element. Alle Kinder sollen das Element erreichen. Und so weiter.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aufwärmen - Reaktionsfähigkeit - Orientierungsfähigkeit 		Ggf. Musikbox	<ul style="list-style-type: none"> - Ein Kind, das nicht so mobil ist, darf die Musikbox bedienen und das Element benennen. - Die Übungsleitung wählt willkürlich das Kind, das neuer DJ sein darf. - Es wird gewürfelt welches Kind neuer DJ ist. - Die Übung wird in Tandems durchgeführt - Alle Kinder haben verbundene Augen - Alle Kinder halten sich an den Händen und bilden eine lange Schlange; gemeinsam muss das Element erreicht werden

40 – 60 Min/Hauptteil	„Drei Elemente“ Zusammen mit den Kindern, alternativ schon vorab, wird die Bewegungslandschaft „drei Elemente“ aufgebaut. Die Kinder dürfen die Bewegungslandschaft nach Lust und Laune durchlaufen und sich ausprobieren. Im Bedarfsfall können Anweisungen gegeben werden oder Kärtchen mit Bewegungsideen ausgelegt werden. (Bewegungslandschaft, siehe Anhang)	Gleichgewicht, Kooperation, Kraft, Koordination	Siehe unten	Siehe unten	- Anstelle der drei Elemente stellt jede Ecke eine Station dar. Siehe unten
8 Min/Feedback bzw. Ritual	Mögliche Feedbackrunde: Alle sitzen im Kreis und jeder beantwortet die Frage: „Was war heute dein Highlight?“	Cool-down		- ohne	- Ein Kind übernimmt die Moderation - Das Kind was gerade dran war, darf das nächste Kind befragen

Die drei Elemente:

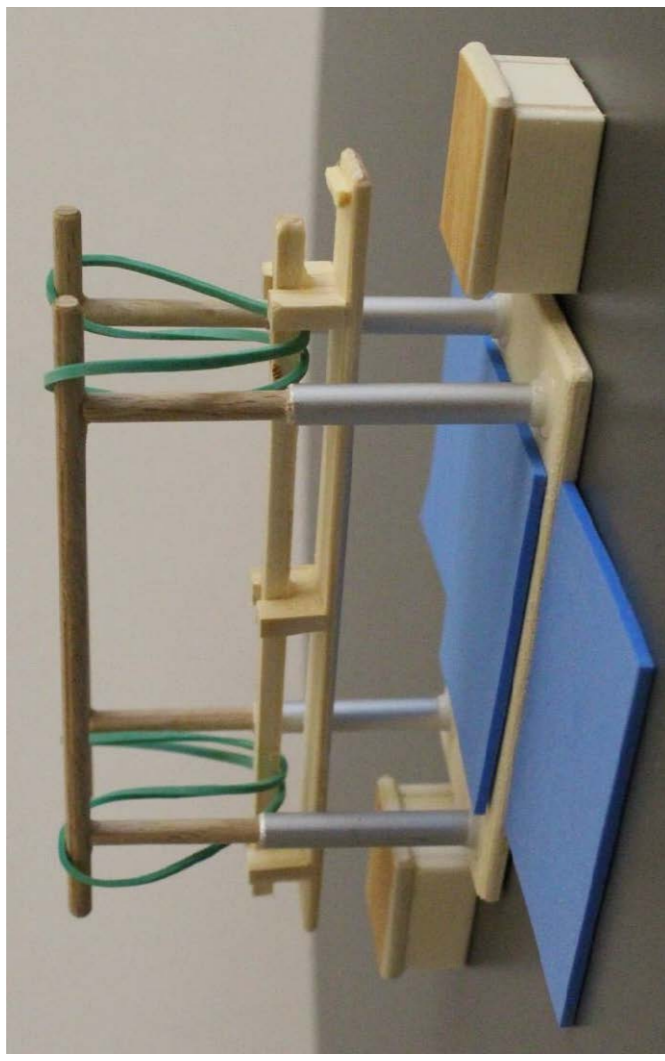
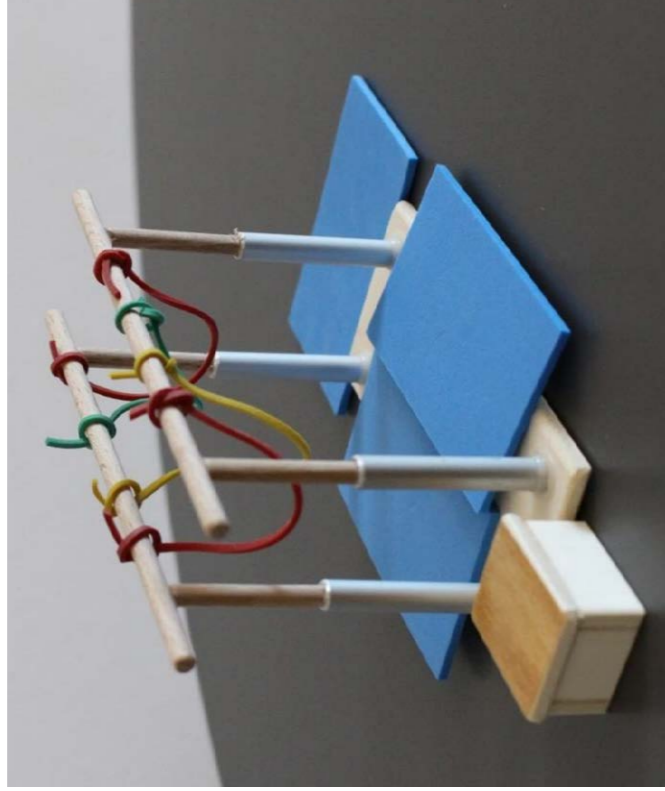
Station „Land“

Man fährt die Sprossenwand raus stellt einen Barren so weit davon entfernt, dass eine Bank dazwischen passt. Zwei Bänke werden in die Sprossenwand eingehängt und auf dem Barren fixiert. In den Barren wird eine dicke Matte eingehängt die unten drunter kleine Matten zur Absicherung hat. Auch unter den Bänken liegen Matten zur Absicherung. Auf den Bänken liegen ebenfalls Matten. Diese können durch ein Kastenelement zum Durchkriechen geschmückt werden. Alternativ zur Sprossenwand kann ein großer Kasten verwendet werden und alternativ zum Barren auch ein großer Kasten.



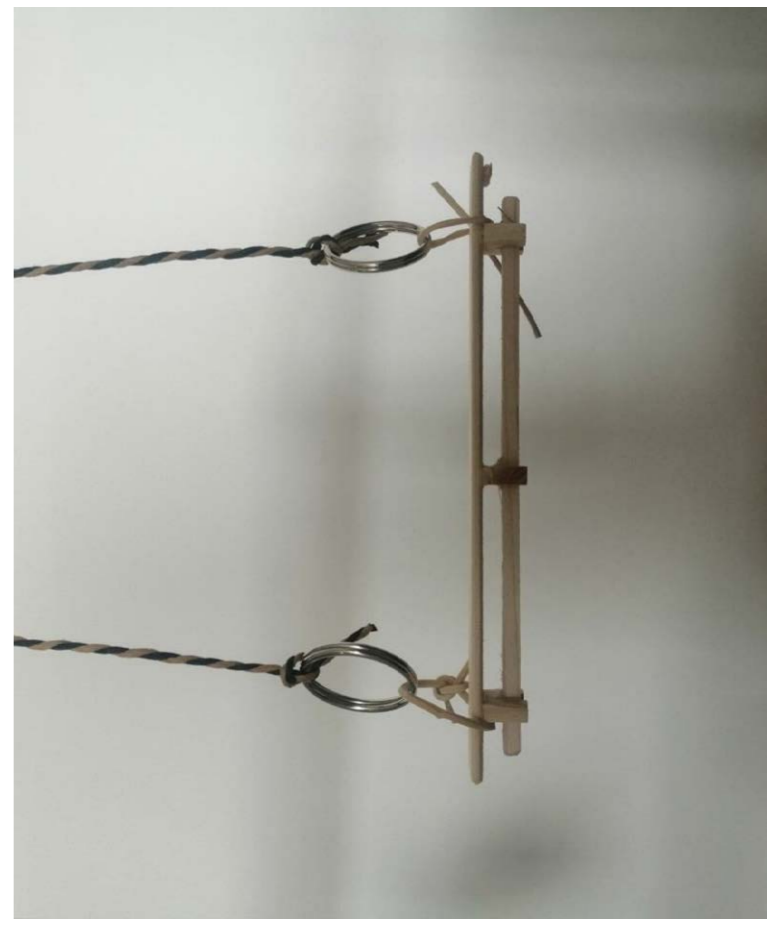
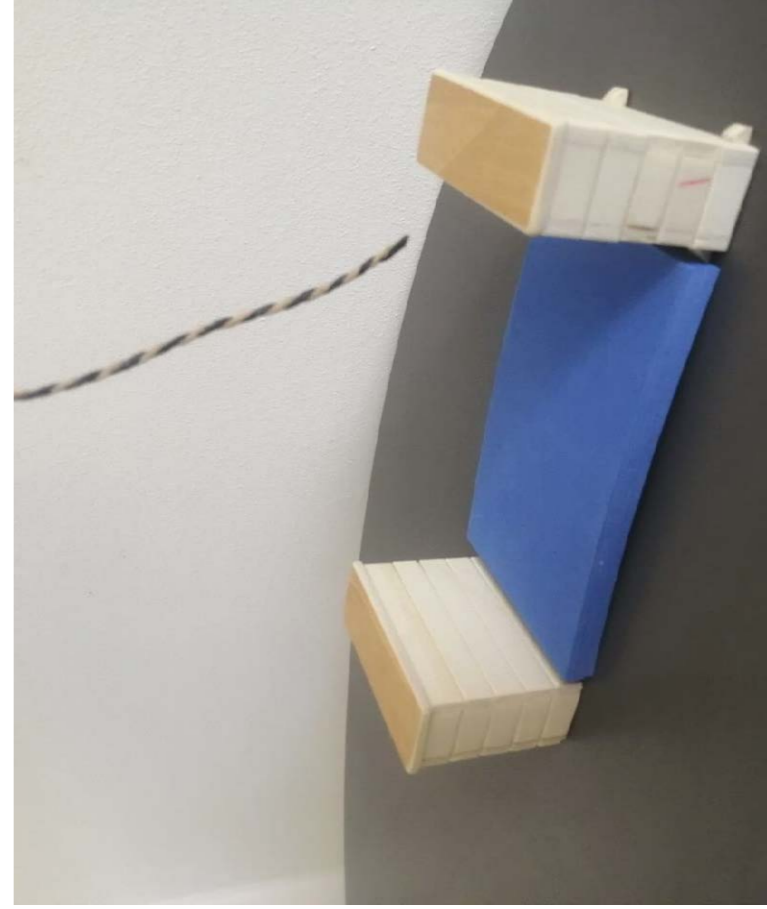
Station „Feuer“

Es wird ein Barren aufgebaut. Zwischen den Holmen werden Springseile gespannt. Die Kinder versuchen über die Seile von der einen zur anderen Seite zu gelangen.



Station „Wasser“

Ihr fahrt die Tauen raus, legt eine dicke Weichbodenmatte aus und stellt große Kästen rechts und links davon auf. Ziel ist es, das Wasser zu überqueren, einfach zu schaukeln oder an den Tauen hoch zu klettern. Um es einigen Kindern zu erleichtern, könnte eine Schaukel an den Ringen befestigt werden. Kinder, die motorisch nicht so fit sind, können die Schaukel nutzen.



KONTAKT

Schwäbischer Turnbund
Regionalliga Inklusion
info@stb.de

