

Turnplatz Jubiläum

In dieser Übungsstunde dreht sich alles um den ersten eröffneten Turnplatz in Deutschland. Am 18. Juni 1811 ist in Berlin der erste öffentliche Turnplatz errichtet worden, der nun auch bei euch in der Sporthalle aufgebaut werden kann. Viel Spaß mit Turnvater Jahn!

Turnvater Jahn, wie weit ist der Turnplatz?

Material

keins

Vorbereitung

keine

Ablauf

Ein Kind oder der/die Übungsleiter*in steht an einer Turnhallenwand. Die anderen Kinder stehen an der gegenüberliegenden Seite.

Das einzelne Kind (oder der/die Übungsleiter*in) steht mit dem Blick zur Hallenwand. Die anderen Kinder rufen: „Turnvater Jahn, Turnvater Jahn, wie weit ist es zum Turnplatz?“. Das einzelne Kind (oder der/die Übungsleiter*in) sagt darauf eine beliebige Zahl. Darauf antworten die anderen Kinder: „und was machen wir, wenn wir da sind?“. Darauf ruft das einzelne Kind (oder der/die Übungsleiter*in): „Dann Turnen wir!!“. Danach dreht sich das Kind (oder der/die Übungsleiter*in) um und rennt auf die andere Hallenwand. Dabei versucht das Kind (oder der/die Übungsleiter*in) Kinder zu fangen. Alle die gefangen wurden, sind nun auf der anderen Seite und müssen bei der nächsten Runde mitfangen.

Variante 1

Wenn man das Spiel ohne Fangen spielen möchte, ist hier eine Variation dazu:

Alle stehen in einem Kreis. Die Kinder fragen in die Gruppe: „Turnvater Jahn, Turnvater Jahn, wie weit ist es zum Turnplatz?“. Darauf antwortet der/die Übungsleiter*in mit einer beliebigen Zahl. Danach fragen die Kinder: „und was machen wir, wenn wir da sind?“. Darauf antwortet der/die Übungsleiter*in mit einer beliebigen Bewegungsaufgabe. Beispiel: Hampelmänner oder Hüpfen auf einem Bein. Daraufhin machen alle gemeinsam die Bewegung.

Variante 2

Eine weitere Variation dazu ist, dass man die Bewegungsaufgabe so oft wiederholt, wie der/die Übungsleiter*in auf die Frage: „Turnvater Jahn, Turnvater Jahn, wie weit ist es zum Turnplatz?“ antwortet. Beispiel: Kinder: „Turnvater Jahn, Turnvater Jahn, wie weit ist es zum Turnplatz?“. Der/Die Übungsleiter*in: „5 Meter“. Kinder: „Und was machen wir, wenn wir da sind?“. Übungsleiter*in: „Klatschen in die Hand.“ Daraufhin klatschen alle gemeinsam 5 Mal.

Der Parallelbarren

Material

Parallelbarren und Matten zum Absichern

Vorbereitung

Der Parallelbarren wird aufgebaut. Die Holme sind auf gleicher Höhe. Mit den Matten wird abgesichert.

Spielablauf

Die Kinder erhalten verschiedene Aufgaben, die diese am Parallelbarren versuchen können: Hochstemmen, hin und her schwenken, in der Grätsche auf den Holmen sitzen, von der einen zur anderen Seite hangeln.

Variante

Es können auch Gymnastikreifen unter den Parallelbarren mithilfe kleiner Kästen fixiert werden, sodass die Kinder dort drüber können. Oder die Kinder halten sich an den Holmen fest und springen auf den Gymnastikbällen wie auf einem Trampolin hoch und runter.

Das Reck

Material

Reck und Matten zum Absichern

Vorbereitung

Das Reck wird aufgebaut. Dabei ist eine Reckstange weit oben befestigt, jedoch noch so, dass die Kinder drankommen.

Spielablauf

Nun können die Kinder sich an die Reckstange hängen und sich hin und her schwenken. Auf das Kommando des Übungsleiter bzw. der Übungsleiterin müssen die Kinder nach vorne schwenken und loslassen.

Variante 1

Es können weitere Bewegungen an der Reckstange versucht werden: Sich an den Beinen herunterhängen lassen, eine Rolle machen, sich hängenlassen und dabei sich um die eigene Achse drehen etc.

Variante 2

Die Reckstange kann auch weiter unten befestigt werden, sodass die Kinder versuchen können, sich nach oben zu drücken.

Das Klettergerüst

Material

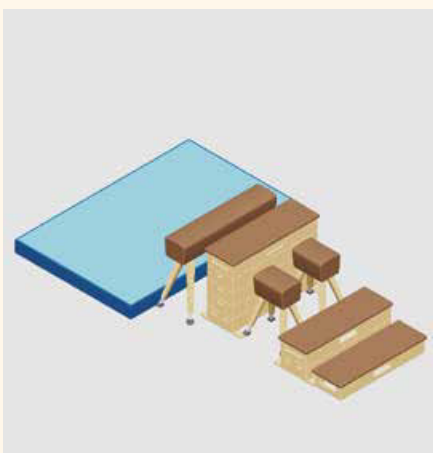
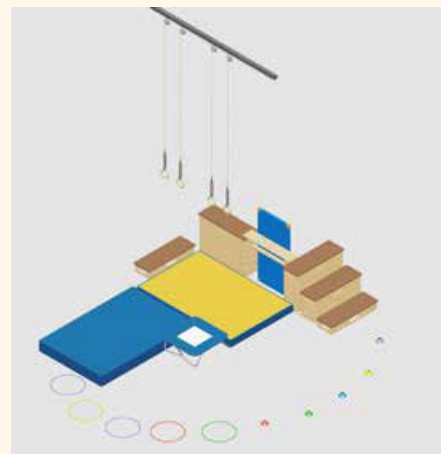
Mehrere Oberteile von großen Kästen, ein Mini-Trampolin, drei Große Kästen, zwei Weichboden, kleine Turmmatten, Ringe, Reifen, Pylonen und Matten zum Absichern.

Vorbereitung

Ihr könnt die Station wie auf der Zeichnung nachbauen. Denkt an die Matten zum Absichern.

Spielablauf

Die Kinder können bei dieser Station verschiedene Bewegungsarten ausprobieren: Springen, Klettern und Balancieren. Die Kinder dürfen selbst entscheiden, wie sie das Klettergerüst benutzen. Achtet darauf, dass nicht zu viele Kinder bei der Station sind und das ein*e Übungsleiter*in am Mini-Trampolin steht.



Der Bock und das Turnpferd

Material

Bock, Turnpferd, großer Kasten, Weichbodenmatte und Matten zum Absichern

Vorbereitung

Der Bock wird vor einen großen Kasten gestellt. Das Turnpferd wird parallel zum großen Kasten aufgebaut und der Weichboden wird dahinter hingelegt.

Spielablauf

Die Kinder können nun über den Bock, über den großen Kasten, über das Turnpferd hinüberklettern und auf den Weichboden springen. Zusätzlich könnten die Kinder versuchen, mit Ihrer Stützkraft auf dem Turnpferd sich mit den Armen hochzudrücken.