

Praxistipp



Wenn Turnzwerge auf Reisen geh'n

Ein bewegungsreicher Titel aus der neuen CD „Turnzwerge unterwegs!“ von Reinhard Horn zum einfachen und schnellen Umsetzen in Ihren Turnstunden. Der Titel kann zu interessanten Bewegungseinheiten zum Thema Verkehr ausgebaut werden. Geschrieben wurde der Praxistipp von Karin Wönckhaus.

Grundsätzliche Tipps:

- Bitte die Spielregeln noch einmal genau erklären. Manche Kinder kennen Abwandlungen der Spiele oder unterschiedliche Regeln, so dass sich vor dem Spiel auf einheitliche Regeln verständigt werden sollte.
- Sofern Mannschaften gebildet werden: Es sollte immer abwechselnd ein Junge und ein Mädchen gewählt werden.
- Ausreichende Sicherung durch Turnmatten und Übungsleiter/innen.

Viel Spaß wünscht das Kinderturn-Club Team!



Erwärmung

Es bietet sich an, diese gemeinsame Erwärmung zu machen. Die Fortbewegungsformen werden von den Kindern erdacht, die sie dann auch zeigen und alle gemeinsam ausprobieren. Am Ende kann sich jedes Kind ja noch seine „Lieblingsfortbewegung“ aussuchen und alle bewegen sich dann so durch die Halle. Je mehr Kinder in der Gruppe sind, umso schöner und interessanter wird das Durcheinander! Wichtigstes Gebot sollte aber sein, dass alle Verkehrsteilnehmer gegenseitig Rücksicht üben und kein anderes Kind gefährden!

Bevor die „Turnzwerge“ auf Reisen gehen, wird in die Runde gefragt, welche Fortbewegungsarten die Kinder kennen:

- zu Fuß, laufend, rennend, hüpfend, im Wechselschritt
- mit dem Fahrrad – auf den Rücken legen und die Beine fahren Fahrrad
- mit dem Roller – auf einem Rollbrett mit einem Bein knien, das andere stößt ab
- mit dem Auto - eine Frisbeescheibe wird zum Lenkrad und alle laufen mal schneller, mal langsamer, mal rückwärts
- mit der Eisenbahn – drei oder mehrere Kinder fassen sich hintereinander an den Schultern und laufen gemeinsam so durch die Halle.

Hauptteil

Dann geht es los, mit dem Lied „Wenn Turnzwerge auf Reisen gehen“ werden gemeinsam ein paar von den anfangs genannten Fortbewegungsmitteln noch einmal besungen und die entsprechenden Bewegungen ausgeführt:

1. Strophe

Wenn Turnzwerge auf Reisen geh'n, → paarweise anfassen und laufen
ja, ja, ja
da gibt's bestimmt ganz viel zu seh'n → eine Hand an die Augen und umher schauen
ja, ja, ja
mit dem Auto, hub, hub → jeder nimmt beide Arme vor, als wenn das Lenk-
rad festgehalten wird, zum Autofahren und dabei
weiter laufen (die größeren Kinder im Wechsel-
schritt)
mit dem Auto, hub, hub
mit dem Auto fahren wir hinaus aufs Land.

2. Strophe:

Wenn Turnzwerge auf Reisen geh'n, → paarweise anfassen und laufen
ja, ja, ja
da gibt's bestimmt ganz viel zu seh'n → eine Hand an die Augen und umher schauen
ja, ja, ja
mit dem Flieger, brumm, brumm → jeder macht beide Arme weit auseinander und
fliegt
mit dem Flieger, brumm, brumm
mit dem Flieger fliegen wir ganz hoch → weiter mit ausgebreiteten Armen laufen und hoch
auf die Zehenspitzen strecken
hinaus

3. Strophe:

Wenn Turnzwerge auf Reisen geh'n, → paarweise anfassen und laufen
ja, ja, ja
da gibt's bestimmt ganz viel zu seh'n, → eine Hand an die Augen und umher schauen
ja, ja, ja
mit dem Schiff, ahoi → beide Arme leicht zur Seite und seitlich von einem
Bein auf das andere wippen
mit dem Schiff, ahoi → weiter mit den Beinen wippen und mit den Armen
Brustschwimmbewegungen machen
mit dem Schiff schaukeln wir über's weiter Meer

4. Strophe:

Wenn Turnzwerge auf Reisen geh'n, → paarweise anfassen und laufen
ja, ja, ja
da gibt's bestimmt ganz viel zu seh'n, → eine Hand an die Augen und umher schauen
ja, ja, ja
mit dem U-Boot, gluck, gluck → eine Hand nach oben, die andere Hand hält die
Nase zu und bücken
mit dem U-Boot, gluck, gluck
mit dem U-Boot tauchen wir ganz tief → in leicht gebückter Stellung laufen und mit den Ar-
men Brustschwimmbewegungen machen

hinab

5. Strophe:

Wenn Turnzwerge auf Reisen geh'n, → paarweise anfassen und laufen

ja, ja, ja

da gibt's bestimmt ganz viel zu seh'n, → eine Hand an die Augen und umher schauen

ja, ja, ja

mit dem Fahrrad, klingeling → auf den Boden legen und mit den Beinen strampeln

mit dem Fahrrad, klingeling

mit dem Fahrrad radeln wir ganz schnell nach Haus.

→ aufstehen, auf der Stelle laufen ggf. dabei mit den Händen ein Dach über dem Kopf bauen

Schluss:

Wenn Turnzwerge auf Reisen geh'n, → paarweise anfassen und laufen

ja, ja, ja

da gibt's bestimmt ganz viel zu seh'n, → paarweise laufen und mit der freien Hand zum Abschied winken

ja, ja, ja

Weiterführend kann das Thema noch zu einer kleinen Verkehrsschule ausgebaut werden. Die Turnhalle wird dabei in eine Stadt „verwandelt“. Verschiedene Matten können Häuserblocks darstellen; Kästen sind die Hochhäuser der City, Gymnastikreifen dienen als Kreisverkehr, kleine Hütchen als Baustellenkegel, mit Seilen und Teppichfliesen werden Grünflächen angelegt. Nun werden die Fortbewegungsformen genannt, die die Gruppe dann durch die Stadt führen. Hier können auch Rollbretter als Autos zum Einsatz kommen (Wichtig ist hierbei, den Kindern den Umgang mit Rollbrettern vorher zu erklären!). Je älter die Kinder sind, desto mehr bzw. intensiver kann mit Verkehrszeichen, Zebrastreifen und Ampeln gearbeitet werden.

Das Ende der Stunde kann mit einer gemeinsamen Busfahrt abgerundet werden. Eine Langbank wird auf zwei bis drei Rollbretter gestellt, die Kinder setzen sich darauf und werden nun von dem/der Übungsleiter/in durch die Halle geschoben.