

## Durch das Jahr!



### Steckbrief Stundenbild

Thema der Stunde: Durch das Jahr

Alter Zielgruppe: 1-3 Jahre mit 1 Elternteil Eltern-Kind-Turnen; mit Anpassung auch Kleinkinderturnen

Dauer der Übungsstunde: 60 Minuten

Benötigtes Material aus der Turnhalle: 3 Bänke, 2 große Kästen, 2 kleine Kästen, Sprossenwand, Sprungtisch, 2 Weichböden, 6 Gymnastikbälle, Minitrampolin, 5 Gymnastikreifen, Jongliertücher, Koordinationsleiter/Reifen

Benötigtes Alltagsmaterial: bunte Schwämme, Teppichfliese, Bananenkiste, Stoppuhr

Anzahl benötigte Personen/HelferInnen: 1 ÜL

---

## Begrüßung

---

### Hallo, hallo, schön, dass du da bist

Zunächst das individuelle Begrüßungsritual. Anschließend wird als Einstimmung „Die Jahresuhr“ von Rolf Zuckowski gesungen.



### Jahresuhr – Rolf Zuckowski

Januar, Februar, März, April  
Die Jahresuhr steht niemals still  
Januar, Februar, März, April  
Die Jahresuhr steht niemals still  
Mai, Juni, Juli, August  
Weckt in uns allen die Lebenslust  
Mai, Juni, Juli, August  
Weckt in uns allen die Lebenslust  
September, Oktober, November,  
Dezember  
Und dann, und dann  
Fängt das Ganze schon wieder von  
vorne an

Januar, Februar, März, April,  
[...]  
Und dann, und dann  
Fängt das Ganze schon wieder von  
vorne an  
Also gut

Januar, Februar, März, April,  
[...] November, Dezember  
Und dann, und dann  
Fängt das Ganze schon wieder von  
vorne an

Januar, Februar, März April,  
[...], November, Dezember  
Und dann, und dann  
Tja, irgendwann geht doch auch  
dieses Lied zu Ende, oder



## Aufwärmen

### Frühling, Sommer, Herbst, Winter (Feuer, Wasser, Sturm)

Die Kinder laufen (zu Musik) durch die Halle. Auf ein Kommando der Übungsleitung machen sie bestimmte Bewegungen.

- Frühling - Osterhase kommt Hasensprünge
- Sommer: schwimmen auf Boden legen und Schwimmbewegungen machen
- Herbst: Kastanien aufsammeln rumgehen und immer wieder mit beiden Händen zum Boden greifen
- Winter: Schlittschuhlaufen Über den Boden gleiten, ohne die Füße anzuheben

### Variation

Die Kinder überlegen sich gemeinsam, was man in den verschiedenen Jahreszeiten macht.

- Besondere Bewegungsformen:
  - nur auf den Linien laufen
  - Keine Linie berühren
  - Rückwärts
  - Seitwärts
  - "Hopserlauf"
  - Krabbeln
  - Krebsgang
  - Bei Schwimmen: mal Brustschwimmen, mal Kraul
  - Bei Winter: können die Eisläufer sich auch auf der Stelle drehen?

### Dehnen

- Wie Pflanze nach der Sonne strecken ganz groß und lang machen
- Schildkröte kommt aus dem Winterschlaf Kopf nach vorne, Schultern nach hinten
- Testen, ob Wasser im See schon warm genug ist Vorbeuge
- Sturm zieht auf einen Arm im Rechtenwinkel anwinkeln, mit anderem Arm "Fenster" greifen und schließen
- Auf Eis ausrutschen Ausfallschritt

---

## Hauptteil

### Bewegungslandschaft

---

#### **Frühling**

Insekten/Frösche hüpfen von Blatt/Seerose zu Blatt/Seerose. Dargestellt durch Reifen oder Koordinationsleiter

#### **Sommer – Sprung ins Meer**

Sprung ins Meer – ein Sprungtisch wird als „Sprungbrett“ vor einen dicken Weichboden (Meer) gestellt. Zum Aufstieg dienen ein großer und ein kleiner Kasten.

#### **Herbst – von Regenwolke zu Regenwolke**

Je ein Kastenteil wird mit den Verbindungsstücken nach unten auf den Boden gestellt. Pro Kastenteil werden innen drei Gymnastikbälle (eventuell muss etwas Luft abgelassen werden) eingeklemmt. Die Kastenteile werden hintereinandergestellt, davor kommt als Aufstiegs-hilfe ein kleiner Kasten. Nach überqueren der Regenwolken folgt das Minitrampolin.

#### **Winter – Rodeln**

Zwei Bänke werden als Rutsche in die Sprossenwand eingehängt. Die Kinder rutschen in einer Bananenkiste, die auf einer Teppichfliese steht, die Bänke herunter. Matten zum Sichern.

#### **Regenbogen**

Zunächst wird eine Mattenschaukel mit Jongliertüchern an den 5 Reifen gebaut (bunte Tücher in Regenbogenreihenfolge). Die Schaukel wird auf dreiteiligen Kästen ohne Deckel gelegt, an einem Ende des Kastens wird eine Bank eingehängt, am anderen Ende stehen ein Kastendeckel plus kleiner Kasten auf diesem als Aufstieg. Wichtig ist, dass der kleine Kasten direkt unter der Mattenschaukel steht.



Regenbogen (kleiner Kasten auf Kastendeckel fehlt)

Regenwolke



Regenwolken



Meer

---

## Abschluss

---

### Regenbogenschlacht

Auf jede Seite der Bank die gleiche Anzahl an Schwämmen legen und die Kinder in zwei Mannschaften teilen. Nach dem Startsignal versuchen die Kinder ihr jeweiliges Feld von den Schwämmen zu befreien, indem sie die Schwämme über die Bank werfen. Das Spiel endet nach zwei Minuten.

### Material

- viele bunte Schwämme
- Stoppuhr
- Bank

### Variation

- Zeitungspapier statt Schwämme
- Bunte Jongliertücher statt Schwämme
- Kinder gegen Übungsleitung und Helfer

