

Sommergarten

Steckbrief Stundenbild

Thema der Stunde: Sommergarten

Alter Zielgruppe: 5 bis 7 Jahre

Dauer der Übungsstunde: 60 Minuten

Benötigtes Material aus der Turnhalle: Gymnastikreifen, Reckanlage, Barren, Turnmatten, Weichbodenmatte, Turnbänke, kleine und große Kästen, Zauberschnur, Seile, hängende Tauen, Weichboden, halbe Igel

Benötigtes Alltagsmaterial: Luftballons, Pappdeckel oder Fliegenklatschen, Chiffontücher, Schwämme

Anzahl benötigte Personen/HelferInnen: 1 bis 2 Personen

Stunde von: Marlies Marktscheffel



Begrüßung

Die Begrüßung erfolgt nach Belieben.

Aufwärmen

Schmetterlingsgarten

Im Sommer wollen wir uns viel bewegen und wir laufen, hüpfen ... durch die ganze Halle. Es gibt auch viel zu sehen z.B. wunderschöne Schmetterlinge

Ablauf

„Schmetterling flieg“

Die Kinder bewegen sich durch die Halle und lassen den Luftballon fliegen (Hände, Arme, Kopf, Beine Füße).

„Schmetterling bleib in der Luft“

Die Kinder werfen alle Luftballons in die Luft. Die „Schmetterlinge“ dürfen den Boden nicht berühren. Es werden die Bodenkontakte gezählt. Nach kurzer Zeit wird das Spiel unterbrochen. Ab jetzt wird bei einem Bodenkontakte eine Übung (z.B. Hampelmänner, Stecksprünge oder Kniebeugen) gemacht. Danach gehen die „Schmetterlinge“ erneut in die Luft.

Material

- 1 Luftballon pro Kind
- Gymnastikreifen
- Fliegenklatsche

„Lästige Mücken“

Aber leider gibt es auch immer wieder die Mücken, die uns piksen wollen.

Paarweise: Kind A steht im Reifen mit der Fliegenklatsche und darf den Reifen nicht verlassen. Kind B wirft den Luftballon zu Kind A. Kind A versucht den Luftballon mit der Fliegenklatsche zu treffen, braucht den Luftballon aber nicht zu Kind B zu spielen. Kind B versucht den Luftballon sofort wieder zu fangen, um diesen erneut zu Kind A zu werfen (Partnerwechsel)



Hauptteil

„Schwingendes Tor“

Im Sommergarten erwartet die Kinder eine Reihe von verschiedenen Attraktionen, hier kann geklettert, nach Blumen gesucht, oder z. B. auch balanciert werden. Um in den Garten zu gelangen, müssen die Kinder durch das schwingende Tor.

Ablauf

Das Longrope wird von 2 Personen geschwungen. Die Kinder laufen gemeinsam durch das Seil.

Material

Longrope oder 2 Gymnastikseile mit einem Achterknoten verbinden.

Im Garten angekommen, können die Kinder die verschiedenen Attraktionen ausprobieren.

Über den Abhang kommen

- Material 1 Barren
- Übung Auf allen Vieren über den Barren klettern
- Variationen seitwärts, rücklings, balancieren, stützelnd

Blumenzwiebeln sammeln

- Material Turnbank, Schwämme (Blumenzwiebeln)
- Übung In Bauchlage über die Turnbank und die neben der Bank liegenden Schwämme einsammeln und auf dem Rücken transportieren
- Variationen In Rückenlage über die Bank

Brückenpfade

- Material Turnbank schmal/Schwebebalken, 2-4 große Kästen, als Kreuz aufbauen
- Übung Die Kinder können über den Schwebebalken balancieren oder auch auf die Kästen ausweichen
- Variationen Springen, Pferdchensprung, Drehungen

Windmühle

- Material Chiffontücher
- Übung In jeder Hand ein Tuch, die Arme vor und zurückschwingend bis hin zum Armkreisen.
- Variation Jonglage



Kieselsteine

- Material** Halbe Igelbälle (Steine), Reissäckchen („Kieselsteine“), 2 Gymnastikmatten („Fluss“)
- Übung** Über die „Steine“ im „Fluss“ balancieren und „Kieselsteine“ sammeln auf. Auf dem Rückweg werden sie wieder ins „Wasser“ gelegt.

Blumen finden

- Material** verschieden farbige Schwämme und Seile
- Übung** Auf dem Boden wird aus den Schwämmen/Seile ein Blumenbild gelegt.

Floßfahrt

- Material** 2 kleine Kästen, Turnmatte mit mind. 15 Holzturnstäben darunter
- Übung** Das Kind steigt auf den kleinen Kasten. Von dort aus betritt es die Turnmatte und versucht z. B. durch seitliches Bewegen auf der Turnmatte zu dem anderen kleinen Kasten zu rollen. Hier verlässt es die Turnmatte wieder.

Spinnennetz

- Material** Zwischen den Reckpfosten wird mit der Zauberschnur ein Spinnennetz gespannt
- Übung** Das Kind klettert durch das Spinnennetz, ohne die Zauberschnur zu berühren.

Blumenpflücken

- Material** hängende Taue, Weichboden, Schwämme
- Übung** Das Kind schwingt am Tau und versucht mit der Hand oder mit den Füßen einen Schwamm (Blume) aufzunehmen

Abschluss

Ablauf

Zum Abschluss kommen alle Luftballons auf ein Schwungtuch. Mit heben und senken des Tuchs fliegen alle „Schmetterlinge“ davon. Und wer möchte darf einen „Schmetterling“ mit nachhause nehmen.

Material

Luftballons, Schwungtuch

