

Sport-Schlange



Steckbrief Stundenbild

Thema der Stunde: Sport-Schlange

Alter Zielgruppe: Kindergartenkinder im Vorschulalter

Dauer der Übungsstunde: 60 Minuten

Benötigtes Material aus der Turnhalle: Musik, Teppichfliesen, Hütchen,

Benötigtes Alltagsmaterial: Zeitungspapier, Greifzange

Anzahl benötigte Personen/HelferInnen: 1 bzw. je nach Gruppenkonstellation eventuell noch eine weitere

Stunde von: Bärbel Müller

Begrüßung

Schlangenlied

Eine lange Schlange wird früh am Morgen wach.

Sie räkelt sich und streckt sich, sagt freundlich „Guten Tag“.

O-la-la-la, o-la-la-la – ksss, ksss, ksss.

O-la-la-la, o-la-la-la – ksss, ksss, ksss.

Eine andre Schlange kommt zufällig vorbei.

Sie sieht die erste Schlange und sagt ganz einfach „Hei!“.

O-la-la-la...

Zwei lange Schlangen, die schau'n sich richtig an

und jede zeigt, wie schön sie ihren Kopf bewegen kann.

O-la-la-la...

Zwei lange Schlangen, die schleichen querfeldein

und beide beschließen, komm, lass uns Freunde sein.

O-la-la-la...

Zwei lange Schlangen, die schwimmen durch den Fluss, und geben sich am andern Ufer einen dicken Kuss.

O-la-la-la...

Zwei lange Schlangen, die schmusen auch ganz gern

und wenn sie so verschlungen sind, dann darf man sie nicht stö'n.

O-la-la-la...

Zwei lange Schlangen, die haben auch mal Streit.

Sie beißen sich und kratzen sich, solange bis eine schreit.

O-la-la-la...

Zwei lange Schlangen, die schlängeln viel herum

und wenn sie müde sind, dann dreh'n sie sich zum Schlafen um.

O-la-la-la...

Material

Musik, Schlange

Variation

Schlangenbild zeigen und gebastelte Schlange mit einsetzen



Aufwärmen

Schlangenflucht

Ablauf

Im Raum werden Rutschfeste Teppichfliesen (Bäume) verteilt. Mit 4 Hütchen wird ein „Außen-Bewegungsraum“ markiert. Alle Kinder (Schlangen) kreisen um den Außenraum. Naht eine Bedrohung ertönt ein Signal, dann finden sie auf den Bäumen Zuflucht. Die Anzahl der Teppichfliesen reduziert sich in jeder Runde weiter, sodass die Schlangen bei Gefahr eng zusammenstehen müssen (z.B. indem sie einbeinig auf der Fliese stehen). Die Schlangen dürfen nicht von den Bäumen fallen

Material

- Teppichfliesen
- Hütchen

Variation

In jeder Runde wird die Bewegungsform geändert: Vorwärtslauf, Rückwärtslauf, Hopser-Lauf, Seitgalopp, beidbeiniges Springen, einbeiniges Springen.

Hauptteil

Slalomlauf

Die Kinder laufen nacheinander durch die Hütchen im Slalomlauf (ohne die Hütchen zu berühren oder über die Hütchen zu steigen). Applaus-Lauf:
Laufen + in die Hände klatschen
Schattenboxen:
Laufen + Boxschläge imitieren (auf Abstand)
Schulter-Zucker:
Laufen + mit den Schultern zucken
Schulter-Rudern:
Laufen + mit den Schultern kreisen

Material

Hütchen (ca. 60 cm Abstand)

Variation

Hindernisse einbauen
Rückweg variieren

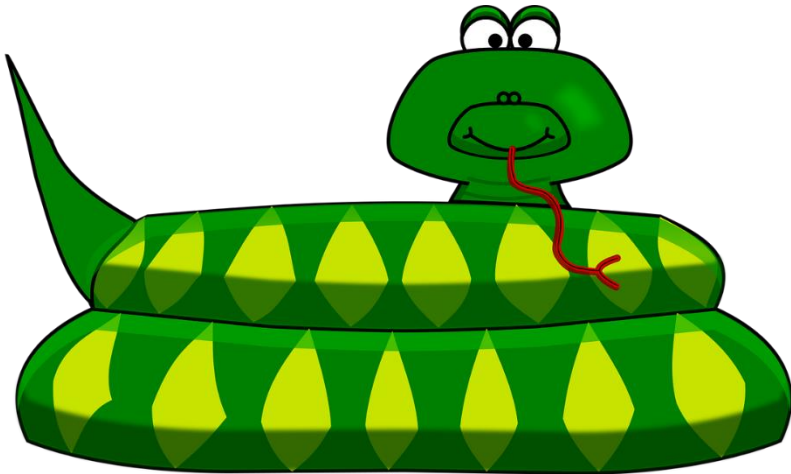
Abschluss

Zeitungslauf – und Wurf

Ein vor die Brust gelegtes Zeitungspapier wird durch schnelles Laufen am Körper gehalten. Am Ziel angekommen werden sie zusammengeknüllt und von der Ziellinie (Wand, Linie) so weit wie möglich geworfen – erst bei Ruf „Holen“ werden die Zeitungsbälle wieder eingesammelt.

Material

Zeitungspapier



Abschlusslied

(nach der Melodie: „auf d’ schwäbsch’e Eisenbahne...“)

Ist das Schlangenturnen aus
Gehen wir wohlgenut nach Haus
Tschüß, machts gut auf Wiedersehn,
Schlangenturnen, das ist schön
Trula, Tula, trula-la, Trula, Trula, trula-la
Tschüß, machts gut auf Wiedersehn,
Schlangenturnen, das ist schön

