



DIE KINDERTURN-KARTEI


5 ABENTEUERLICHE BEWEGUNGS- LANDSCHAFTEN

 DIE AUTORIN



Vanessa Samrei ist Übungsleiterin im Eltern-Kind-Turnen und Kinderturnen mit der B-Lizenz „Gesundheitsförderung im Kinderturnen“. Einblicke in ihren Kinderturn-Alltag zeigt sie auf Instagram unter [@kinderturnen_ideen](#).

INHALT



| | |
|---------------------------------------|----|
| Die Kinderturn-Kartei | 1 |
| Einleitung | 2 |
| Was sind Bewegungslandschaften? | 4 |
| Übersicht über die Themenlandschaften | 5 |
| Einsatz der Karten | 6 |
| Knoten | 7 |
| Aufwärmspiele | 8 |
| Musik | 9 |
| Über Wimasu | 10 |
| Anhang | |
| Unterrichtsmaterial | 11 |

IMPRESSUM

© WIMASU GmbH 2019

Alle Rechte vorbehalten.
Alle Nachdrucke und digitale Weitergabe nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung.

<https://wimasu.de/shop/kinderturnen>
1. Version

Autoren: V. Samrei
Illustrationen: J. Schäfer
Satz und Layout: N. Matsuyama
Lektorat: L. Boe
Herausgeber: Ch. Walt, J. Veit

DIESES DOKUMENT ZITIEREN

Dieses Dokument zitieren:
Samrei, V. (2019). Die Kinderturn-Kartei
Eingeschränkter Zugriff am DATUM unter
<https://www.wimasu.de/shop/kinderturnen>

EINLEITUNG

Die Kinderturn-Kartei umfasst je eine Bewegungslandschaft zu den Themen „Im Dschungel“, „Im Märchenwald“, „Auf der Baustelle“, „Bei den Indianern“ und „Im Zoo“. Zu jeder dieser Themen wurden 5-6 phantasievolle Stationen ausgearbeitet und erprobt. Die Themen sind so gewählt, dass sie keinen jahreszeitlichen Bezug haben und so das ganze Jahr lang aufgebaut werden können. Um die Bewegungslandschaften aufbauen zu können, braucht man eine Turnhalle mit einer Gerätegrundausrüstung. Die Stationen sind für Kinder im Alter von 6-10 Jahren abenteuerlich und ansprechend gestaltet. Da nicht alle Kinder gleich weit entwickelt sind, haben die Stationen verschiedene Schwierigkeitsgrade, sodass alle Kinder gleichermaßen integriert werden. Dadurch können einige Stationen auch für jüngere Kinder übernommen werden, andere müssen et was abgewandelt werden.

Warum themenorientiertes Turnen? Ein Erfahrungsbericht

Kinder turnen gerne mit Fantasie. Sie lieben es, in verschiedene Rollen zu schlüpfen. Das sehe ich immer wieder in meinen Kinderturnstunden. Jedes Mal, wenn ich in die Turnhalle komme, werde ich gefragt, zu welchem Thema wir heute turnen. Ob wir in den Dschungel reisen, zu den Jahreszeiten turnen, uns an einem Ninja Warrior Parcours testen etc. – die Kinder haben jede Menge Spaß dabei. Wer schwingt auch nicht lieber mit einer Liane über einen gefährlichen Krokodilgraben im Dschungel als einfach nur mit einem Seil hin und her zu schwingen? So wird die Turnstunde zu einem echten Erlebnis. Die Kinder tauchen in eine komplett andere Welt ein und haben dadurch eine viel höhere Leistungsbereitschaft bzw. Motivation. Das Thementurnen bietet den perfekten Rahmen, um den Kindern ihrem Bedürfnis nach Bewegung und Spiel auf kreativer und vielfältiger Art und Weise gerecht zu werden und deren fantasievolle Spielumwelt in die Turnhalle zu holen (vgl. auch Bäcker, 2012, 8).



ÜBERSICHT ÜBER DIE THEMENLANDSCHAFTEN

Die liebevoll gezeichneten Cover der Bewegungslandschaften könnten zur Begrüßung im Sitzkreis gezeigt werden, sodass sich die Kinder noch besser auf das Thema einlassen können. Die Karten haben themenbezogene Elemente, diese können frei bewegt werden. Der Farbbrand der Karten dient zur Sortierung und ist ebenfalls themenbezogen.



KNOTEN

Wir haben für dich die wichtigsten Knoten für eine sichere Bewegungslandschaft zusammengefasst:

RUNDTÖRN MIT ZWEI HALBEN SCHLÄGEN

Mit diesem Knoten können Kastenteile, Bänke usw. im Barren festgeknotet werden.



KREUZKNOTEN

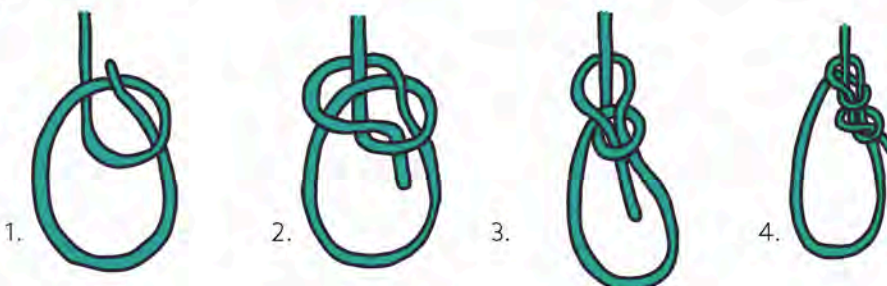
Mit diesem Knoten lassen sich zwei etwa gleich dicke Seile miteinander verbinden.

Achtung: Knoten zieht sich unter Beanspruchung bei dünnen Seilen sehr fest!



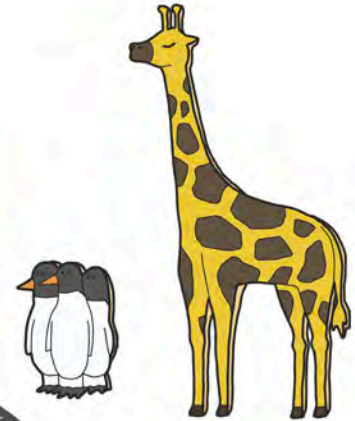
PALSTEK bzw. BOULIN

Dieser Knoten wird dazu verwendet, ein Seil an einem Gegenstand zu befestigen oder eine Schlaufe in das Ende eines Seils zu machen. Der Vorteil an diesem Knoten ist, dass er sich auch bei starker Belastung nicht zu fest zieht und man ihn so immer schnell und leicht wieder öffnen kann. Aus Sicherheitsgründen sollte der Knoten immer mit einem Stopperknoten abgeschlossen werden. Dieser verhindert ein Rutschen des Palstek.



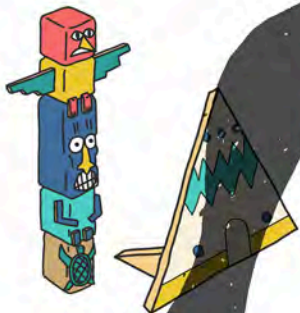
IM ZOO - AFFE, LÖWE, BÄR

Solange die Musik läuft, bewegen sich alle Kinder frei in der Sporthalle. Stoppt die Musik, nennt die Übungsleitung ein Zootier, welches die Kinder nachmachen sollen. Mögliche Tiere sind z. B.: Affe, Löwe, Bär, Schlange, Giraffe, Flamingo, Krokodil, Pinguin und Elefant.



BEI DEN INDIANERN - DIE PFERDE SIND LOS

Eine Koppel (Quadrat) aus Bänken bauen und die Kinder in zwei gleich große Gruppen einteilen. Die eine Gruppe sind die Pferde und stehen auf der Koppel, die andere Gruppe sind die Indianer und stehen in einer Ecke der Turnhalle. Auf Kommando der Übungsleitung brechen die Pferde von der Koppel aus. Die Indianer versuchen, die Pferde durch Ticken wieder einzufangen. Danach bringen sie das Pferd ohne Gegenwehr zurück auf die Koppel. Sind alle Pferde wieder auf der Koppel, ist das Spiel zu Ende.



Wir haben für euch Playlists mit dem passenden Themen für eure Kinderturn-Kurse zusammengestellt. Die Playlisten dienen zur Ideenfindung für passende Musik und stehen im Streaming-Dienst Spotify zum Abspielen bzw. Einsehen [hier](#) bereit.



<https://open.spotify.com/user/A3rpx7ombih7gjnakiqhxpcd>



ÜBER WIMASU



Wir machen Sportunterricht (kurz: WIMASU) wurde von Sportlehrkräften gegründet. In den Unterrichtsreihen und Materialien steckt viel Erfahrung und Liebe zum Detail. Wir versuchen, neue Impulse für den Sportunterricht und jetzt auch für das Kinderturnen zu geben, aber auch bereits etablierte Sportarten für den Unterricht ansprechend aufzubereiten. Die Materialien werden digital bereitgestellt und können an die jeweilige Lerngruppe angepasst werden. Neben dem inhaltlichen Schwerpunkt versuchen wir, die Materialien so darzustellen, dass die Lehrkraft und die Schülerinnen und Schüler motiviert sind, gemeinsam Sport zu machen.

LITERATURVERZEICHNIS

Bäcker, A. (2012). Eine Reise zum Gruffelo (Sportpädagogik), (3+4), 8-10.
Krick, F. (2012). Bewegen an Geräten - Turnen (Sportpädagogik), (3+4), 2-7.

Haftungsausschluss

Unsere Veröffentlichungen stellen nur generelle Anleitungen für Sportübungen dar. Sportübungen unterliegen sich laufend fortentwickelnden sportwissenschaftlichen Erkenntnissen. Daher garantieren wir nicht, dass die Anleitungen zu jedem Zeitpunkt den aktuellen Erkenntnissen entsprechen. Weiterhin kann auch kein Erfolg der Übungen garantiert werden. Generell gilt: Jeder Nutzer muss bei der konkreten Ausführung der vorgestellten Übungen selbst für eine sichere Übungsumgebung sorgen. Für den Fall, dass dies nicht möglich ist, sollte keine Übung ausgeführt werden.

DOKUMENT ZITIEREN

Dieses Dokument zitieren:
Somrei, V. (2019). Die Kinderturn-Kartei
Eingeschränkter Zugriff am DATUM unter
<https://www.wimasu.de/shop/kinderturnen>

    **KLICK' HIER & FOLGE UNS!**

© WIMASU GmbH 2019

[wimasu.de](https://www.wimasu.de)
Wir machen Sportunterricht.



WIMASU

Stelle deine eigenen Aufbauten mit dem
WIMASU Hallenplaner dar.
 Im Hallenplaner befinden sich alle Geräte aus dieser
 Kartei und noch viele weitere!

**HALLEN
 PLANER
 BASIS**

155 GERÄTE
 145 FIGUREN
 5 HALLENBÖDEN

€ 16,90

**DER
 WIMASU
 HALLENPLANER**

**SCHWIMMBAD
 PLANER**

30 GERÄTE
 107 FIGUREN
 5 BECKEN

€ 13,90

**LEICHTATHLETIK
 PLANER**

22 GERÄTE
 82 FIGUREN
 8 DISZIPLINEN

PROBLEMATERIAL

GESAMT
 PAKET

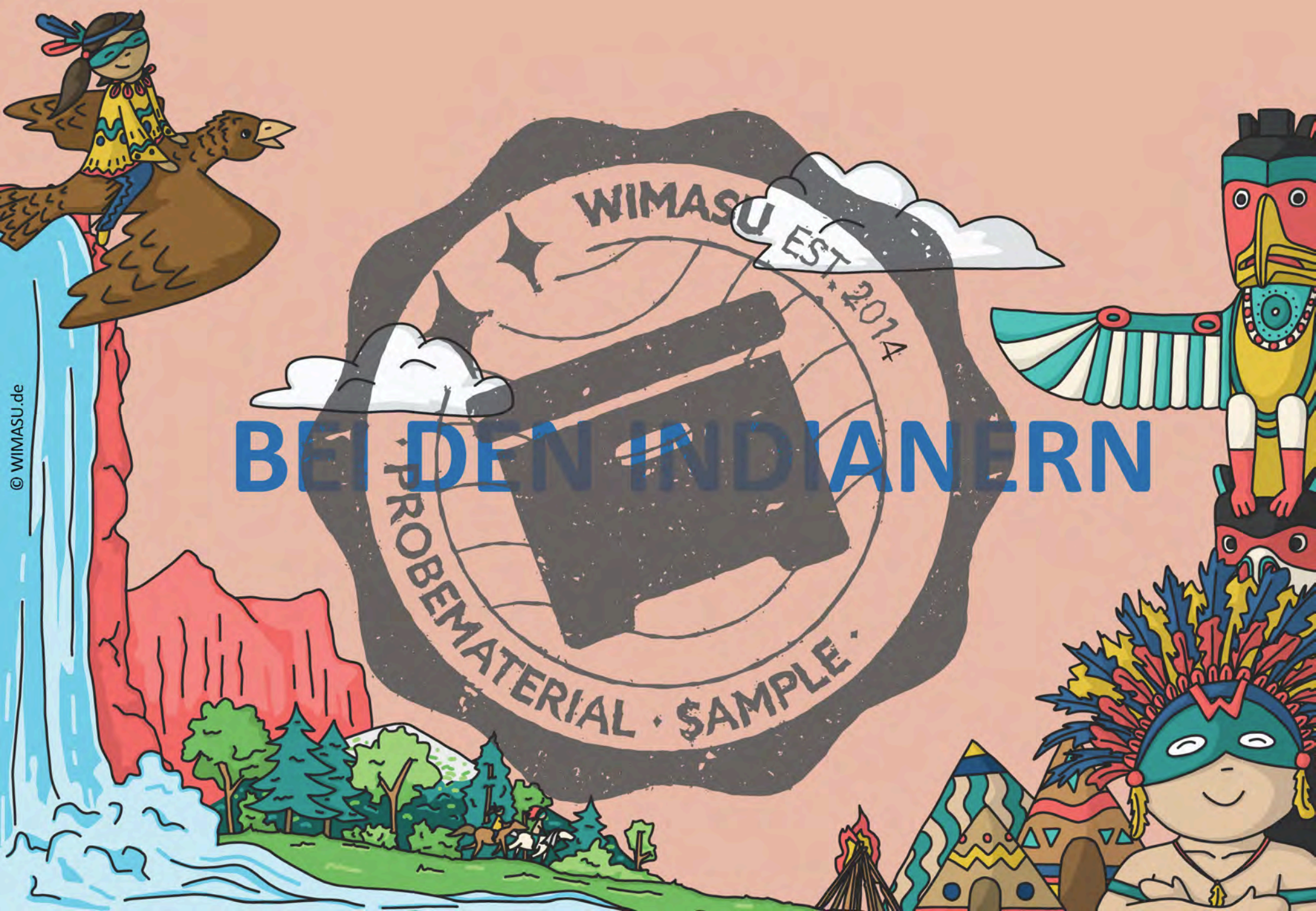
€ 30,80

€ 24,90

MIT ÜBER
 500
 GRAFIKEN!
 JETZT AUCH MIT
 KINDERTURN-
 ELEMENTEN



KLICK' HIER & FOLGE UNS!

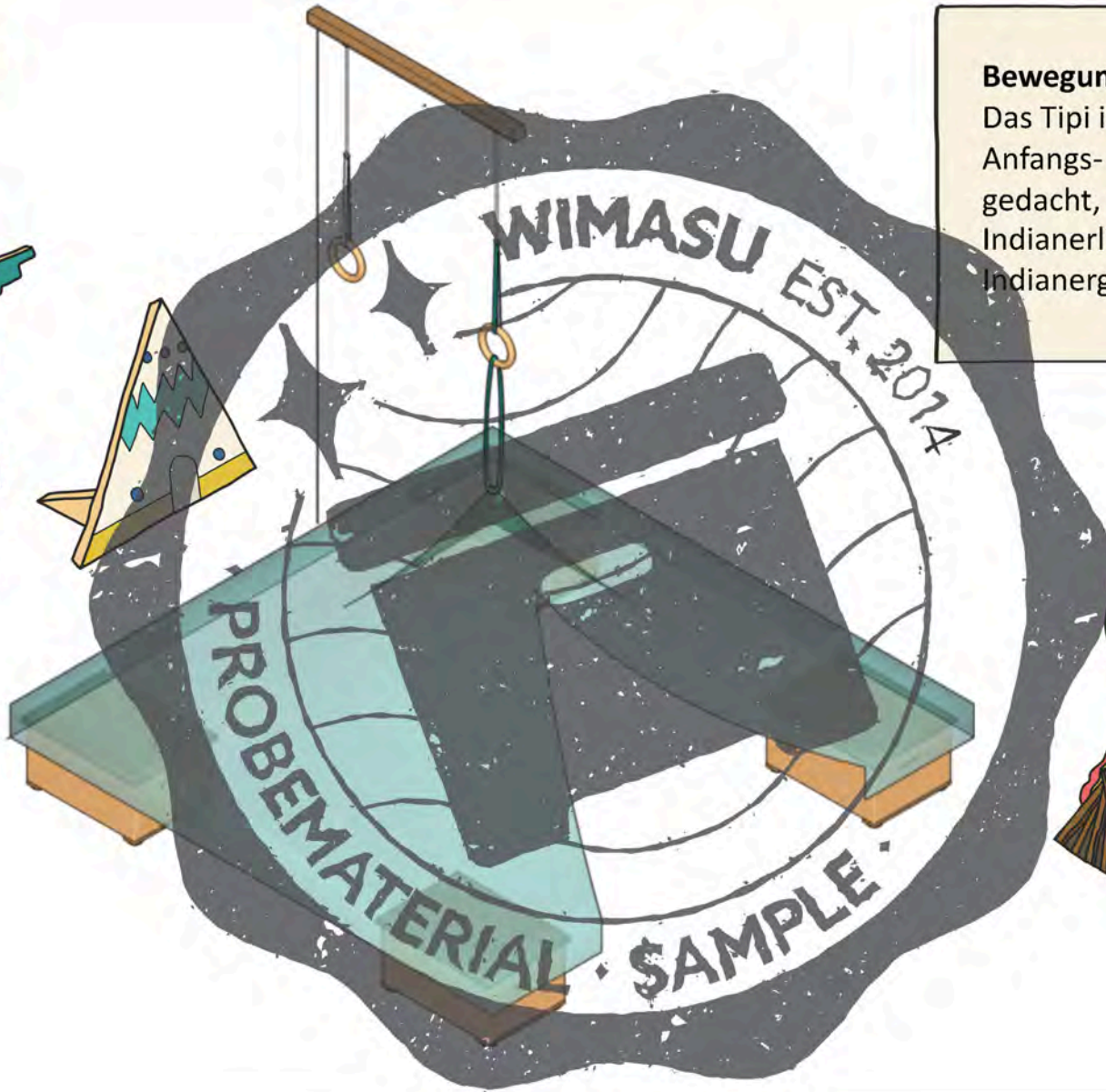


BEI DEN INDIANERN



BEI DEN INDIANDERN

Das Tipi



Bewegungsaufgabe:

Das Tipi ist als Treffpunkt für den Anfangs- und Schlusskreis gedacht, um eventuell Indianerlieder zu singen oder Indianergeschichten zu erzählen.

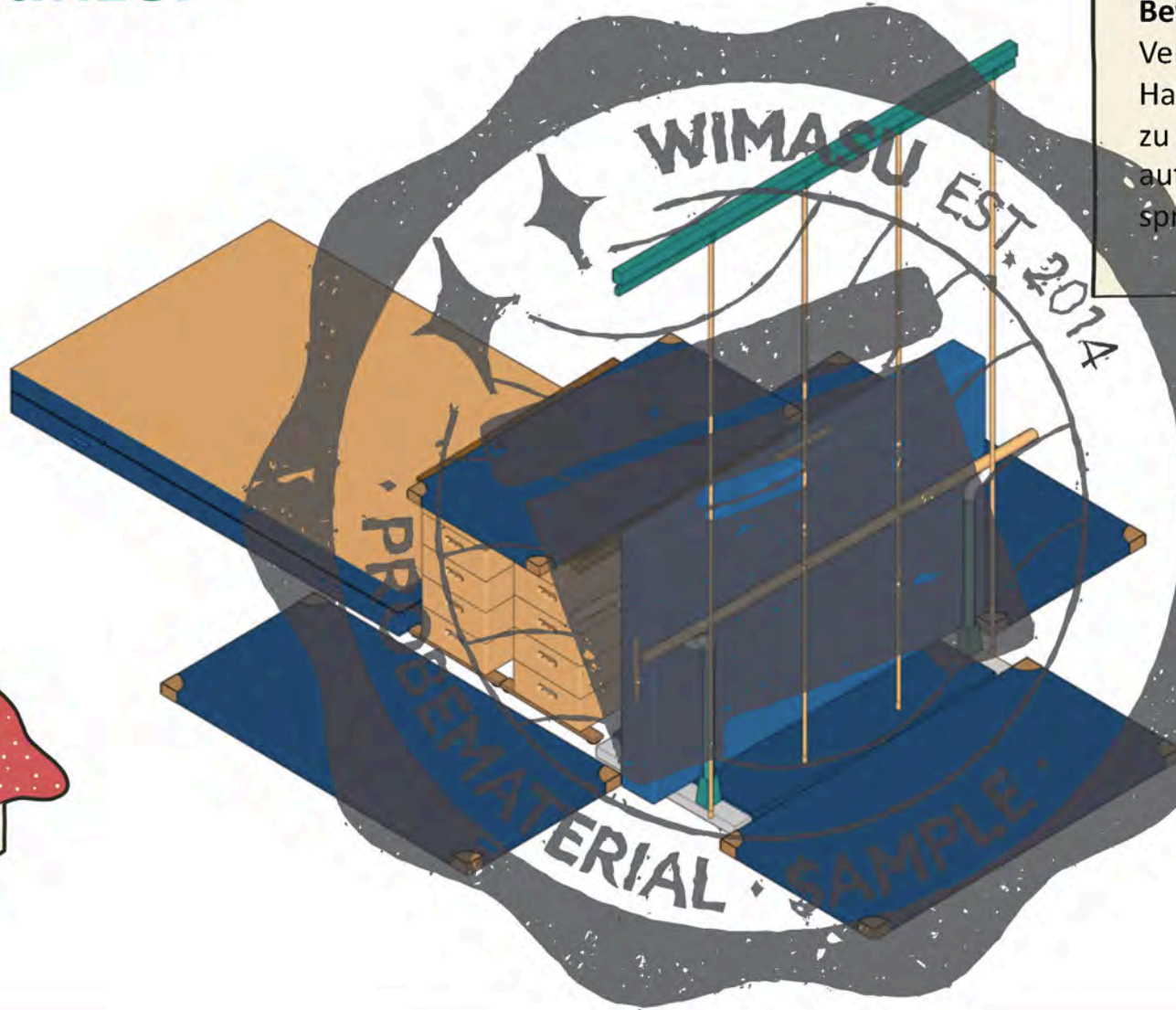
Material:

Turnringe | 4 kleine Kästen | 1 Schwungtuch

IM MÄRCHENWALD



Rapunzel



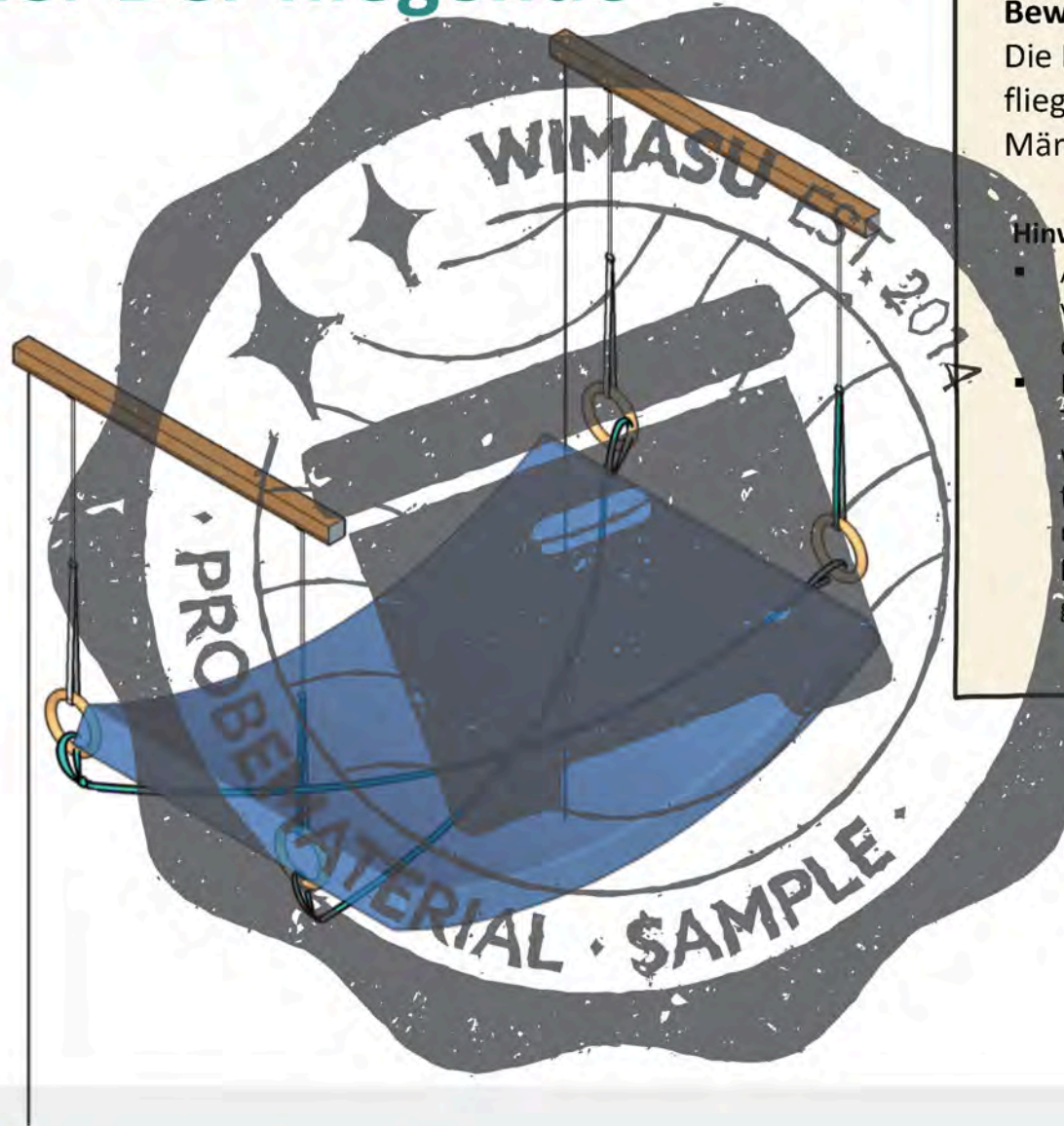
Bewegungsaufgabe:

Versucht euch an Rapunzels Haaren (Tae) hoch auf den Turm zu ziehen. Danach könnt ihr runter auf die Niedersprungmatte springen.

Material:

4 Tae | 2 große 4er-Kästen | 1 Stufenbarren | 1 Weichbodenmatte | 1 Niedersprungmatte | 4 Turnmatten

Aladin oder Der fliegende Teppich



Bewegungsaufgabe:

Die Kinder können auf dem fliegenden Teppich durch den Märchenwald fliegen.

Hinweis:

- Achtet darauf, dass nicht zu viele Kinder gleichzeitig auf dem Gerät sind.
- Knotet die Ringe nicht an den Tragegriffen des Weichbodens fest, sondern führt das Seil von einem Ring unter dem Weichboden hindurch zum diagonal gegenüberliegenden Ring.

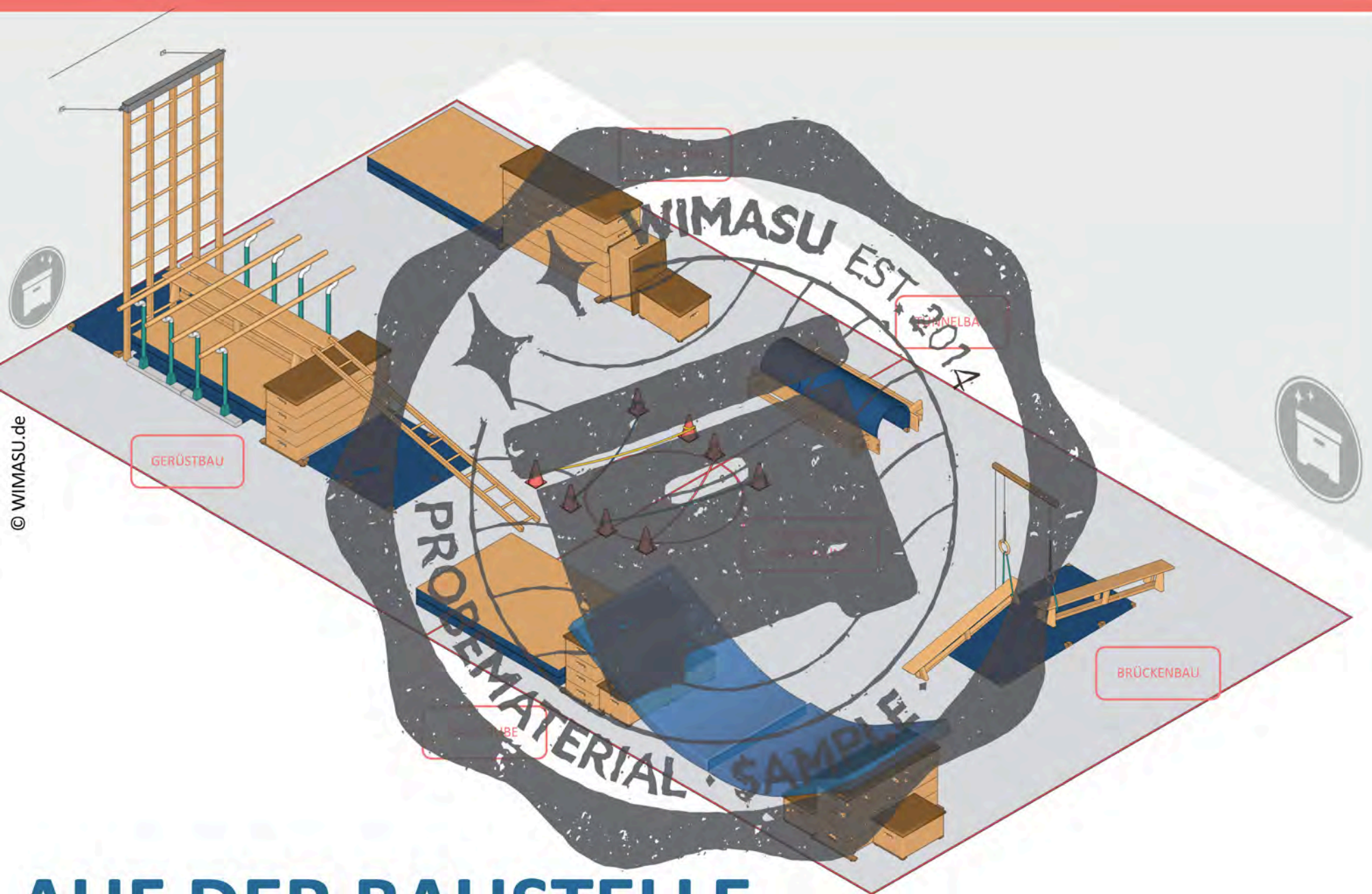
Material:

Ringe | 1 Weichbodenmatte | Seile zum Befestigen



AUF DER BAUSTELLE

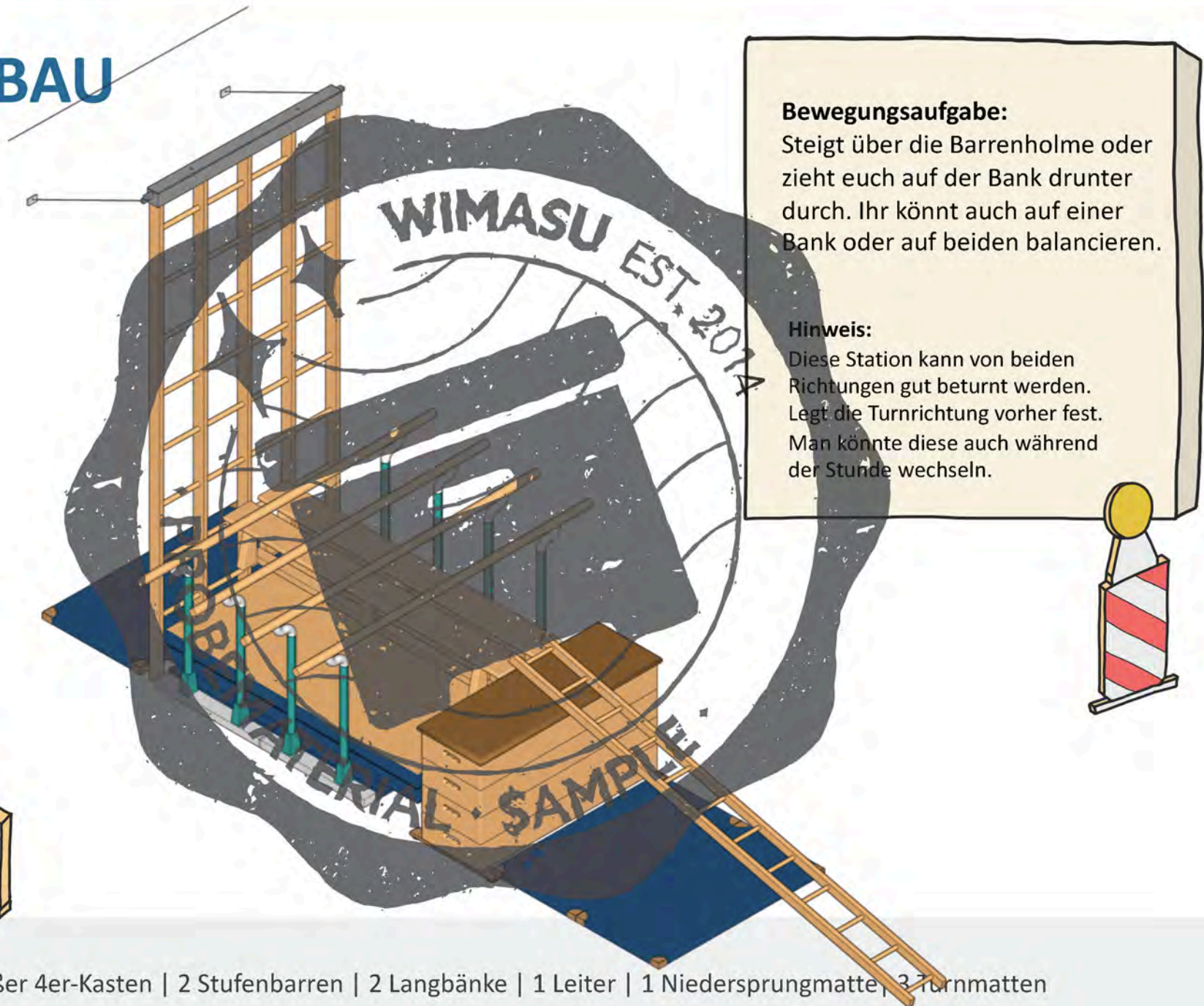
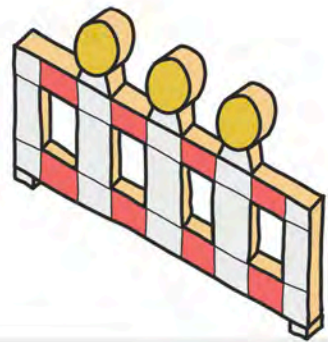




AUF DER BAUSTELLE

GERÜSTBAU

© WIMASU.de



Bewegungsaufgabe:

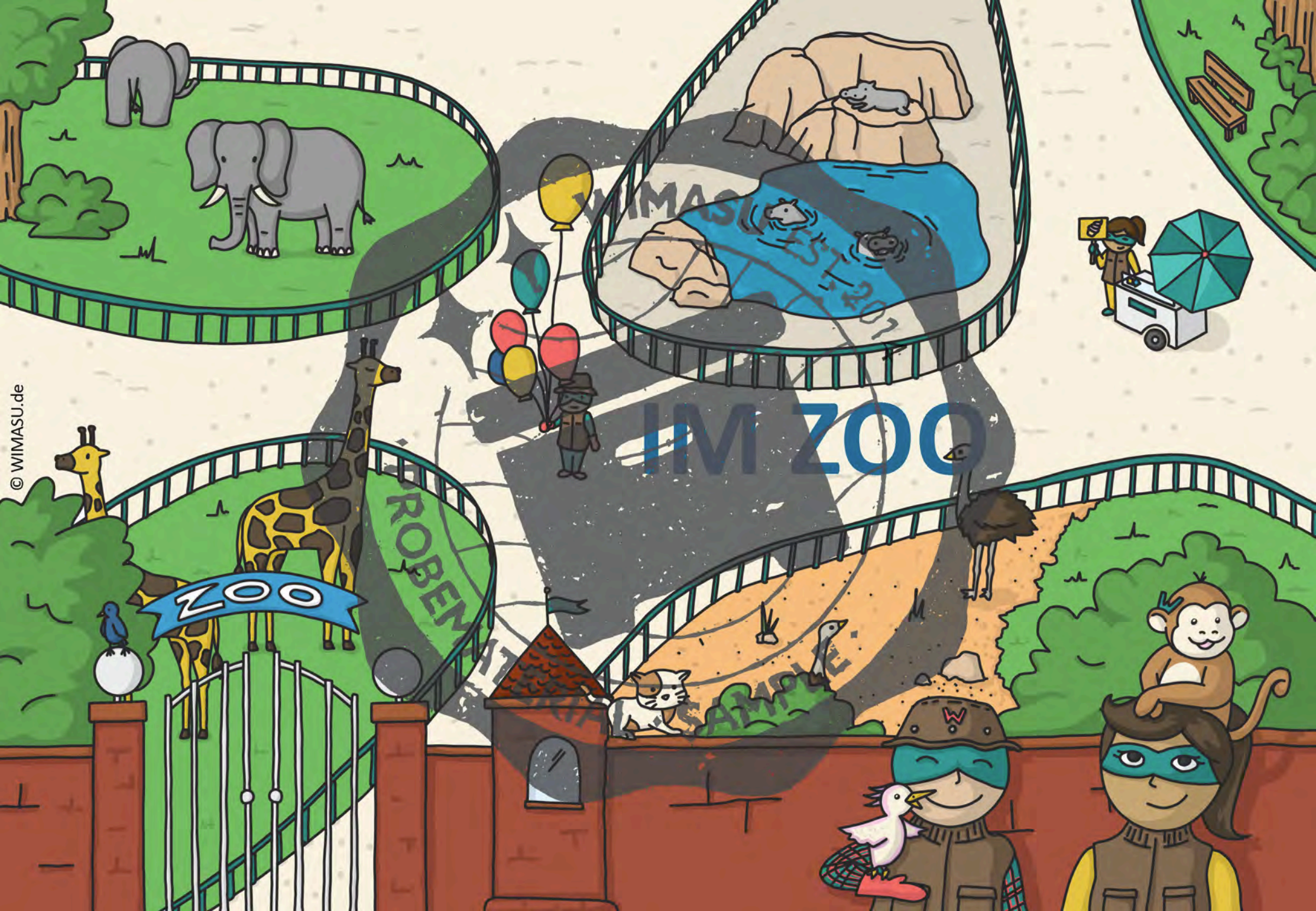
Steigt über die Barrenholme oder zieht euch auf der Bank drunter durch. Ihr könnt auch auf einer Bank oder auf beiden balancieren.

Hinweis:

Diese Station kann von beiden Richtungen gut beturnt werden. Legt die Turnrichtung vorher fest. Man könnte diese auch während der Stunde wechseln.

Material:

Sprossenwand | 1 großer 4er-Kasten | 2 Stufenbarren | 2 Langbänke | 1 Leiter | 1 Niedersprungmatte, 3 Turnmatten



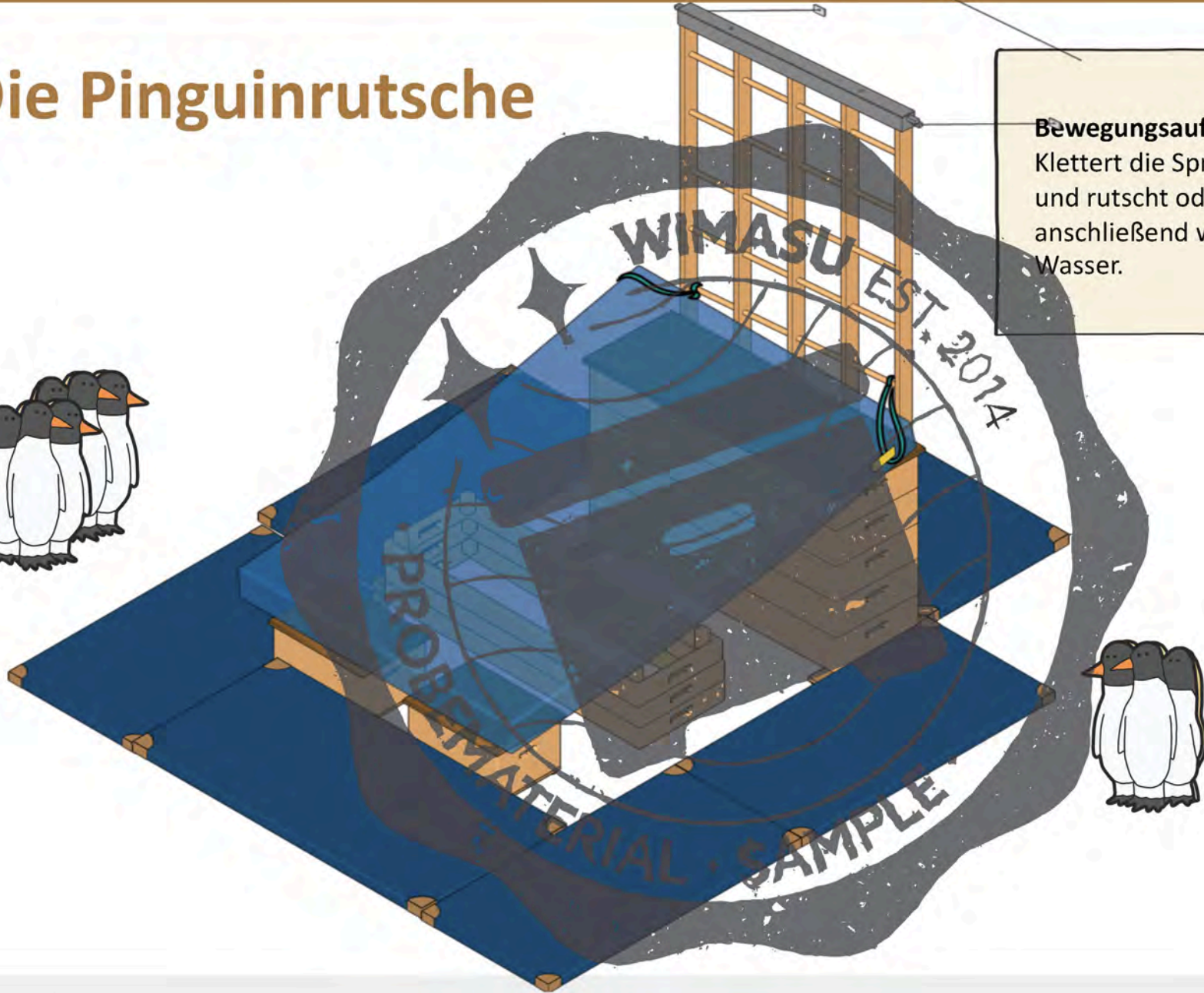
IM ZOO

ZOO

ROBEM



Die Pinguinrutsche



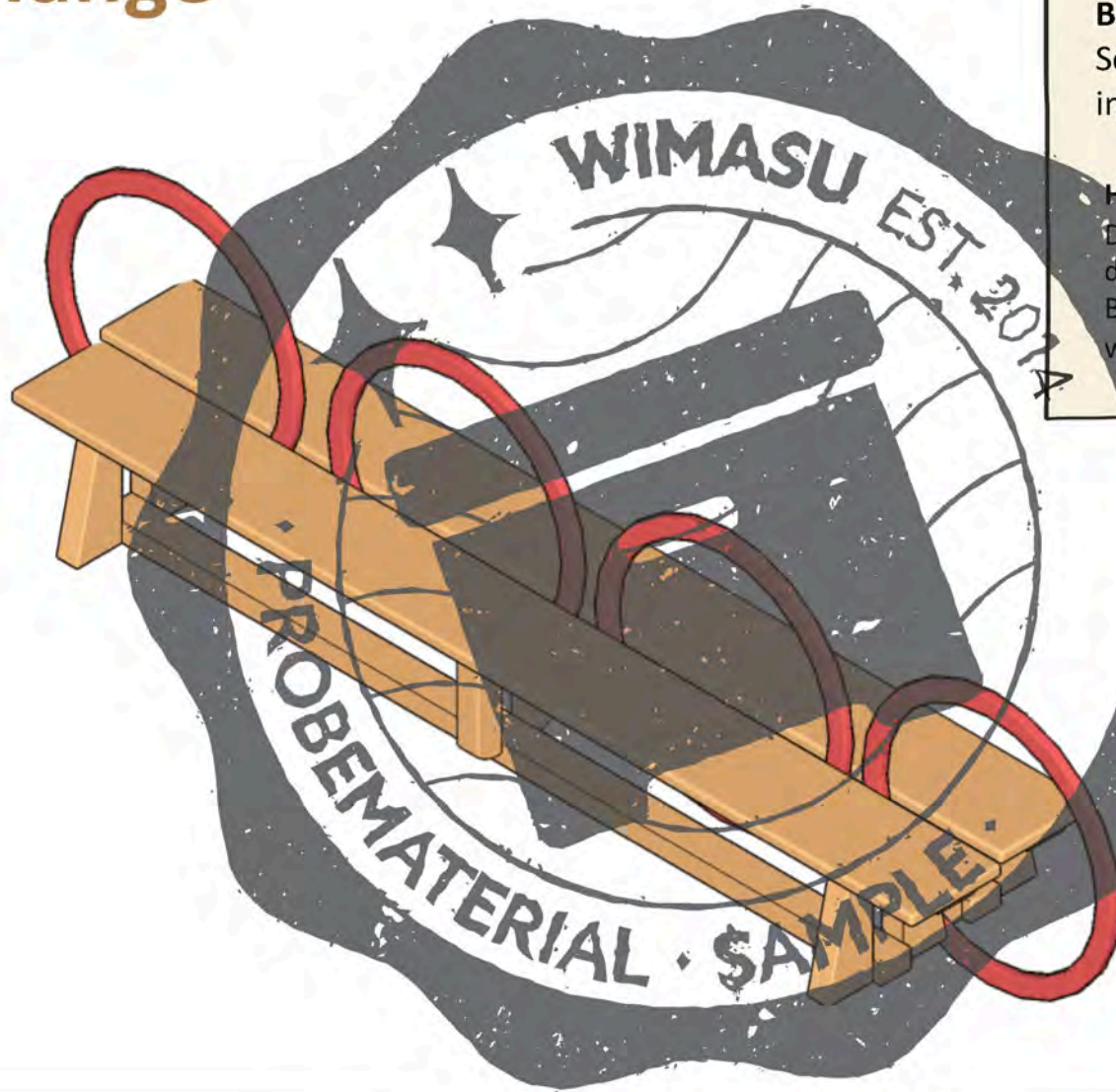
Bewegungsaufgabe:

Klettert die Sprossenwand hoch und rutscht oder rollt anschließend wie ein Pinguin ins Wasser.

Material:

Sprossenwand | 1 großer Kasten (5er) | 3 Kastenteile | 2 kleine Kästen | 1 Weichbodenmatte | 6 Turnmatten | 2 Seile zum Befestigen

Die Schlange



Bewegungsaufgabe:

Schlängelt euch wie eine Schlange im Slalom durch die Reifen.

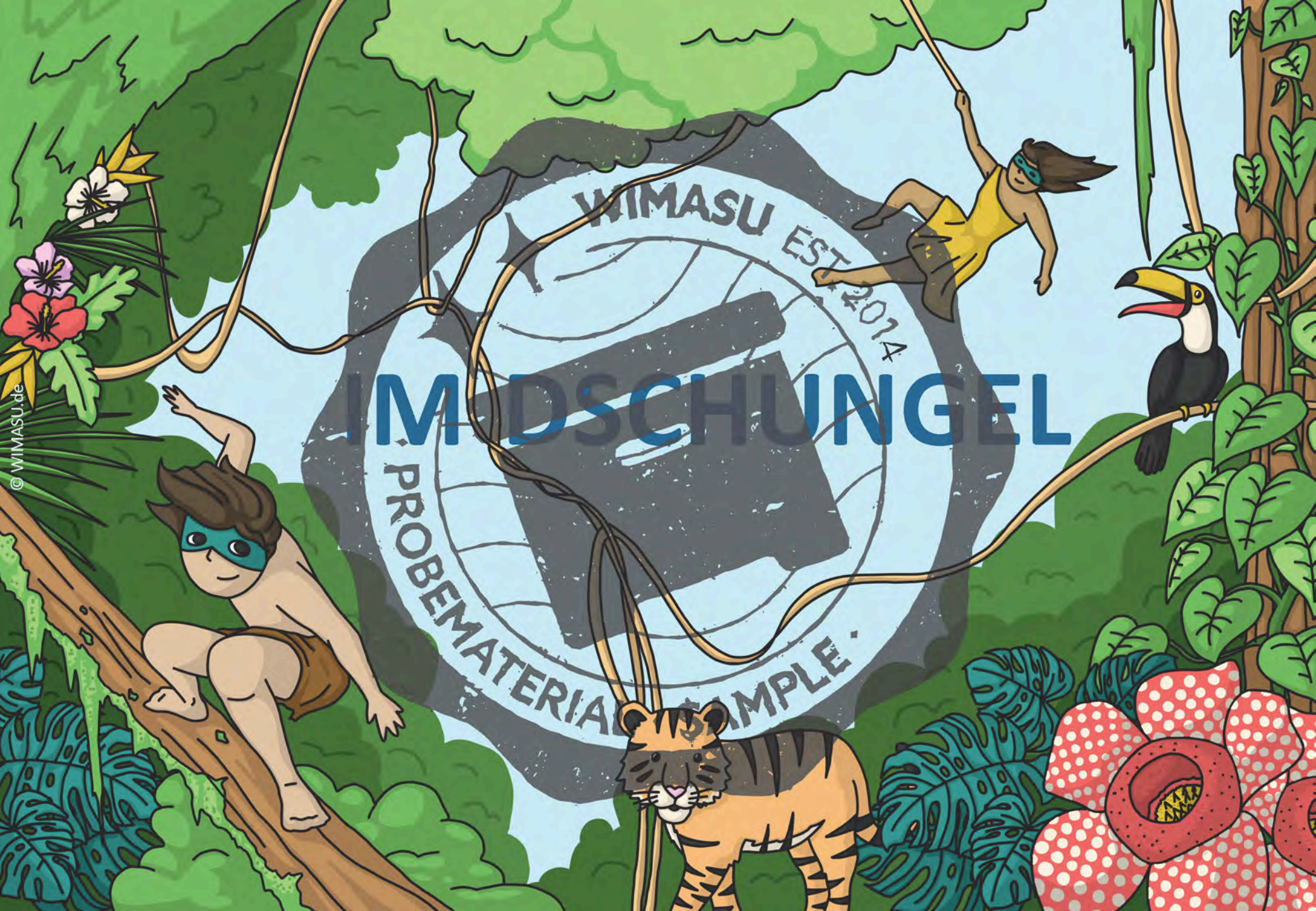
Hinweis:

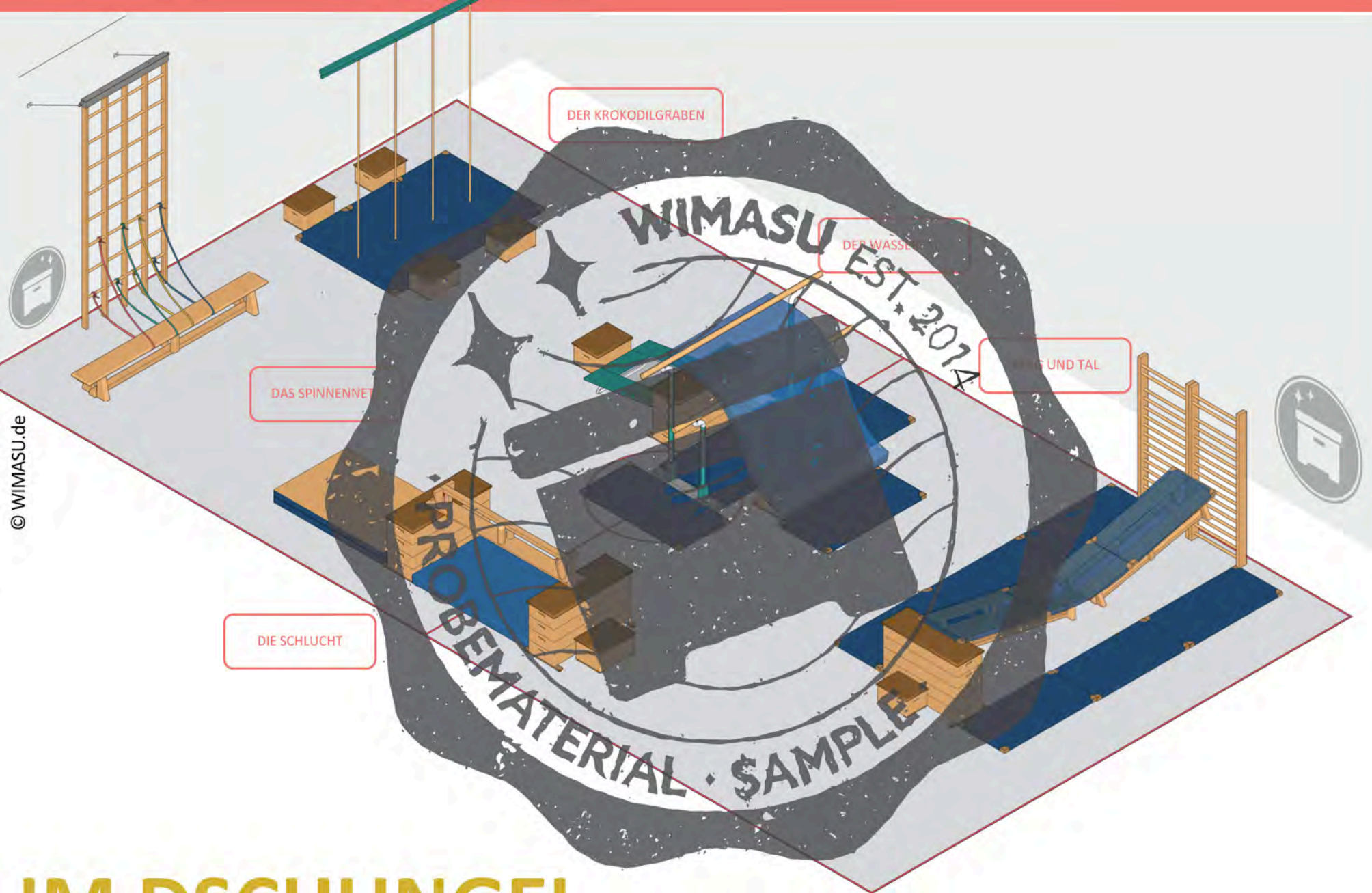
Damit die Reifen gut zwischen den Bänken halten, müssen die Bänke etwas versetzt aufgestellt werden.



Material:

2 Turnbänke | 4 Reifen



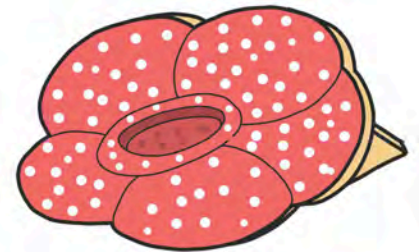
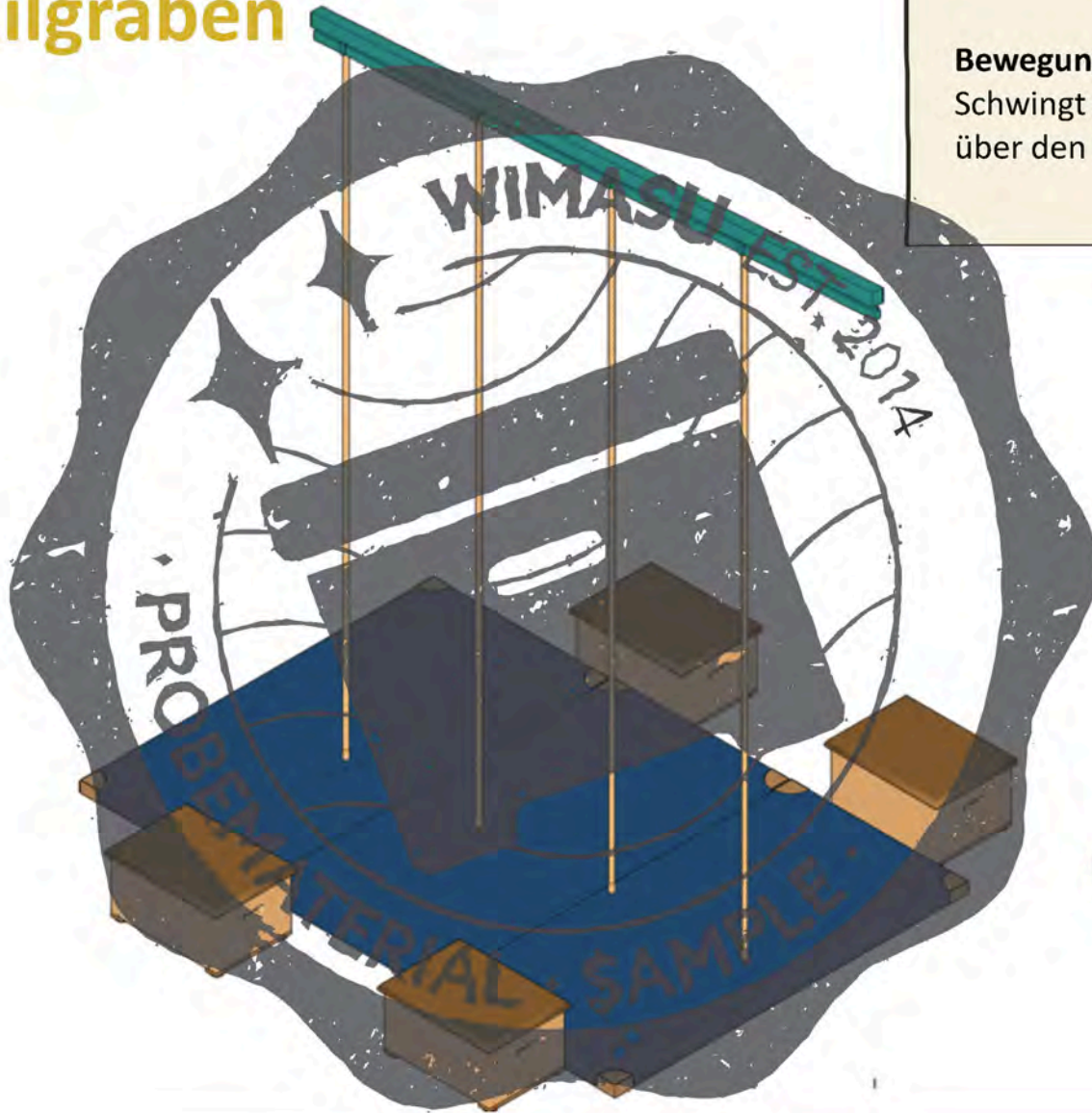


IM DSCHUNGEL

Der Krokodilgraben

Bewegungsaufgabe:

Schwingt euch mit den Lianen über den Krokodilgraben.



Material:

Taue | 4 kleine Kästen | 3 Turnmatten

HALLEN PLANER BASIS

155 GERÄTE
145 FIGUREN
5 HALLENBÖDEN

€ 16,90



DER WIMASU HALLENPLANER

SCHWIMMBAD PLANER

30 GERÄTE
107 FIGUREN
5 BECKEN

LEICHTHLETIK PLANER

22 GERÄTE
82 FIGUREN
6 DISZIPLINEN

€ 13,90

~~PROBLEMLÖSER~~ ~~€ 30,80~~ **€ 24,90** ~~PROBLEMLÖSER~~

GESAMT PAKET

~~€ 30,80~~

€ 24,90

MIT ÜBER
500
GRAFIKEN!
JETZT AUCH MIT
KINDERTURN-
ELEMENTEN

