

# Turnen

**Thema: „Schieben und Ziehen – Kraftübungen“**

## **Material:**

Matten, Weichböden, Turnbauklötze, Sitzbänke, Rutsche  
Seile, kleine Matten

## **Schwerpunkte:**

- Kinder sollen durch Schieben und Ziehen ihren Körper spüren
- Kraftdosierung ausprobieren
- Freies Experimentieren
- Ordnungsrahmen einhalten

## **Einleitung:**

- *Geschichte: Es war einmal in einem Kindergarten, die Kinder hatten ein Jahr lang gespielt und alles war inzwischen schmutzig geworden, da kam der Malermeister und seine Frau und schüttelten den Kopf – so viel Schmutz, da muss der Maler und seine Frau ausmalen und saubermachen.*

## **Hauptteil:**

- *Zuerst müssen alle Turngeräte in ein Eck gebracht werden – Kinder schieben tragen ziehen alle gemeinsam*
- *Nun müssen wir einen möglichst großen Turm bauen, er darf aber nicht umfallen, vorher aber müssen sämtliche Geräte geputzt werden, (Staubtücher)*
- *Alle Staubtücher müssen nun auf eine Wäscheleine gehängt werden*
- *Wäscheleine spannen, Klammern holen aufhängen*
- *Nun einen großen Turm bauen*
- *Pinsel und Töpfe – Maler kommt und malt so weit wie möglich hinauf/ Hilfsmittel/ Leiter und so weiter*
- *Ausmalen*
- *Tücher von der Leine Boden und Fenster putzten*
- *Alles wieder an Ort und Stelle räumen*
- *Tücher wieder aufhängen*

## **Ausklang:**

*Spiel: Kluppenspiel*

*Stilleübung:*

*Alle Wäschstücke suchen sich einen Platz bei einem Punkt und knien sich auf den Boden, nun den Körper ganz klein machen, wie eine Bettwäsche, gerade bist du noch auf der Leine gehangen und hast geflattert im Wind, nun bist du gebügelt und wirst zusammengelegt ganz klein immer kleiner, und nun bist du so klein, dass du in eine Schublade kommst und dort liegst zwischen der anderen gut duftenden Bettwäsche – du ruhst dich kurz auf und dann legst du dich ganz einfach mit dem Rücken oder dem Bauch auf den Boden.*

