

Liederturnen - die Idee

www.liederturnen.de

- Kinderlieder zum Mitmachen bilden den Dreh- und Angelpunkt für die praktische Umsetzung fantasievoller und vielseitiger Turnstunden, die zum Bewegen und Sprechen herausfordern.
- Das Lied-Thema und einzelne Textzeilen werden aufgegriffen und weitergeführt in Spielen, Bewegungsanregungen und Gerätekombinationen. So entstehen Sinnzusammenhänge, die die Fantasie beflügeln.
- Eine ganzheitliche Entwicklungsförderung durch kindgerechte, erlebnisorientierte Bewegungs- und Sprechanlässe, vielfältige Wahrnehmungserfahrungen und soziales Miteinander in der Gruppe für den Sportverein und die Kita.

Gliederung einer Liederturn-Stunde (45-60 Min)

- 1. Ins Thema einführen**
z.B. erfühlen-erraten, erlauschen-erraten, Rätselgedichte, kurzes Gespräch
- 2. Bewegungs- und Spielideen**
Mitmachlieder, Aufwärmspiele, Bewegungsgeschichten, Experimentierphasen, Gymnastik, Regelspiele
- 3. Geräteaufbau**
Gerätestationen, -landschaften, -parcours
- 4. Ruhe und Entspannung**
z.B. spielerische Massagen, Wahrnehmungsübungen, Entspannungslieder, Traumreisen

Beispiel zum Lied: „Wir turnen durch das Jahr“

- 1. Einführung**
Welche Jahreszeit haben wir gerade? Welche kennt ihr noch? Im Gespräch über die Jahreszeiten werden die Bewegungen der Strophen eingeführt und gemeinsam ausprobiert.

2. Bewegungs- und Spielideen

Aufwärmen mit dem Lied „Wir turnen durch das Jahr“.

Im Anschluss bieten sich Turnstunden zu den 4 Jahreszeiten an, z.B.: Frühling.

Bewegungsgeschichte: „Blumenwiese“

„Im Frühling können wir Blumen pflücken, aber wie wächst eine Blume?“ Die Kinder antworten und die Spielleitung (SL) fasst zusammen: „Sie wächst aus einem Samenkorn, das in der Erde liegt. Der Samen braucht Sonne und Regen, um zu keimen und größer zu werden.“

Ablauf: Ein abgegrenztes Feld ist das Blumenbeet. Die Kinder verteilen die Blumensamen (Wäscheklammern = WKs) im Beet. Die Kinder bewegen sich über und um die WKs herum, ohne sie zu berühren und spielen das Wetter nach (Ideen der Kinder einbeziehen), z.B.

- sanfte Sonnenstrahlen/ Sonne wird kräftiger: schleichen auf Zehenspitzen/ Arme hoch
- Nieselregen: mit Fingerpitzen auf Boden und WKs trommeln
- kleine Regentropfen / große Regentropfen: auf einem Bein hüpfen / beidbeinig hüpfen
- starker Regen: stampfen/ trampeln
- wieder schönes Wetter: Hopslerlauf

„Endlich sind die Blumen gewachsen, die Wiese blüht!“ Kinder stellen die WKs senkrecht auf.

„Jetzt lasst uns einen Blumenstrauß pflücken!“ WKs an Bierdeckel oder Klorollen anstecken, evtl. Farben benennen, welche in mehreren Runden gepflückt werden dürfen oder ein Staffelspiel daraus machen.

3. Geräteaufbau: „Frühlingswiese“

- **Auf der Wiese:** wie ein Käfer, Spinne oder Hase auf der Mattenbahn bewegen.
- **Auf dem Grashalm:** als Marienkäfer oder Ameise über die Bankwippe balancieren.
- **Grashüpfer-Sprünge:** mit Anlauf von der Bank ins Trampolin springen und auf Weichboden landen. (Alternativ: Beidbeinige Sprünge über und im Slalom um die „Blumensträube“.)
- **Über der Wiese:** als Schmetterling oder Biene an Schaukelringen über die Wiese fliegen.
- **Unter der Erde:** als Maulwurf durch einen Tunnel kriechen.
- **Auf der Erde:** als Regenwurm durch 4 Reifen kriechen, die zwischen zwei Bänken senkrecht eingeklemmt sind (kriechen auf den Bankflächen).

4. Ruhe und Entspannung: „Blumen pflanzen“

Die Kinder liegen auf dem Bauch, es läuft ruhige Musik. Die SL bringt an den T-Shirts der Kinder 1-2 WKs an. Erraten die Kinder wie viele Blumen auf ihrem Blumenbeet (Rücken) gepflanzt wurden und gelingt es ihnen die Blumen zu pflücken? (Auch paarweise möglich.)

Beispiel zum Lied: „Heute ist Frühjahrsputz“

1. Einführung

Die Kinder reihum einen mit Schwämmen gefüllten, zugebundenen Stoffbeutel knautschen lassen und fragen, was sich in der Tasche befinden könnte. Die Kinder Vermutungen anstellen lassen, dann Schwämme verteilen und befühlen.

„Was macht man mit Schwämmen?“ (Putzen, spülen, spielen, ...)

2. Bewegungs- und Spielideen

Musik-Stopp-Spiel: „Fleißige Schwämme“

Bei Musik („Heute ist Frühjahrsputz“): laufen und rennen mit zwei Schwämmen in der Hand. (Variationen einbauen: rückwärts, seitwärts, hüpfen, krabbeln, ...)

Bei Stopp: Aufgaben geben, z.B. Schwämme begrüßen sich, Boden putzen, Wände/ Bänke/ usw. putzen, Schwamm werfen/ fangen, weitwerfen, balancieren, einklemmen und hüpfen, kicken,

Mitmachlied „Heute ist Frühjahrsputz“ tanzen.

3. Geräteaufbau: „Kinderzimmer“

- **Schrank:** Kasten mit Auf- und Abstieg (klettern, rutschen, ...).
- **Regal:** Turnbank mit Matte am Bankende (bäuchlings über die Bank ziehen, abrollen).
- **Unterm Bett:** 5 kleine Kästen, darauf ein Weichbodenmatte (krabbeln unter oder hüpfen auf dem „Bett“).
- **Fußboden:** Hütchenslalom mit Teppichfliesen unter den Füßen.
- **Fenster:** Sprossenwand hochklettern und mit oben angebundenem Schwämmchen das „Fenster“ putzen.
- **Putzeimer:** Schwämmchen in die Eimer werfen.

4. Ruhe und Entspannung: „Fenster putzen“

Der Rücken des Partners ist das „Fenster“, dann mit dem Schwamm das Fenster einseifen (kreisen), Flecken wegputzen (tupfen und drehen), trockenwischen (hoch und runter streichen).

Workshop-Titel: Liederturnen – mit Liedern
Kinderturnstunden gestalten

Referent/in: Stephanie Ackermann

KINDERTURN-KONGRESS
6. – 8. MAI 2022
SPORT STUTTGART