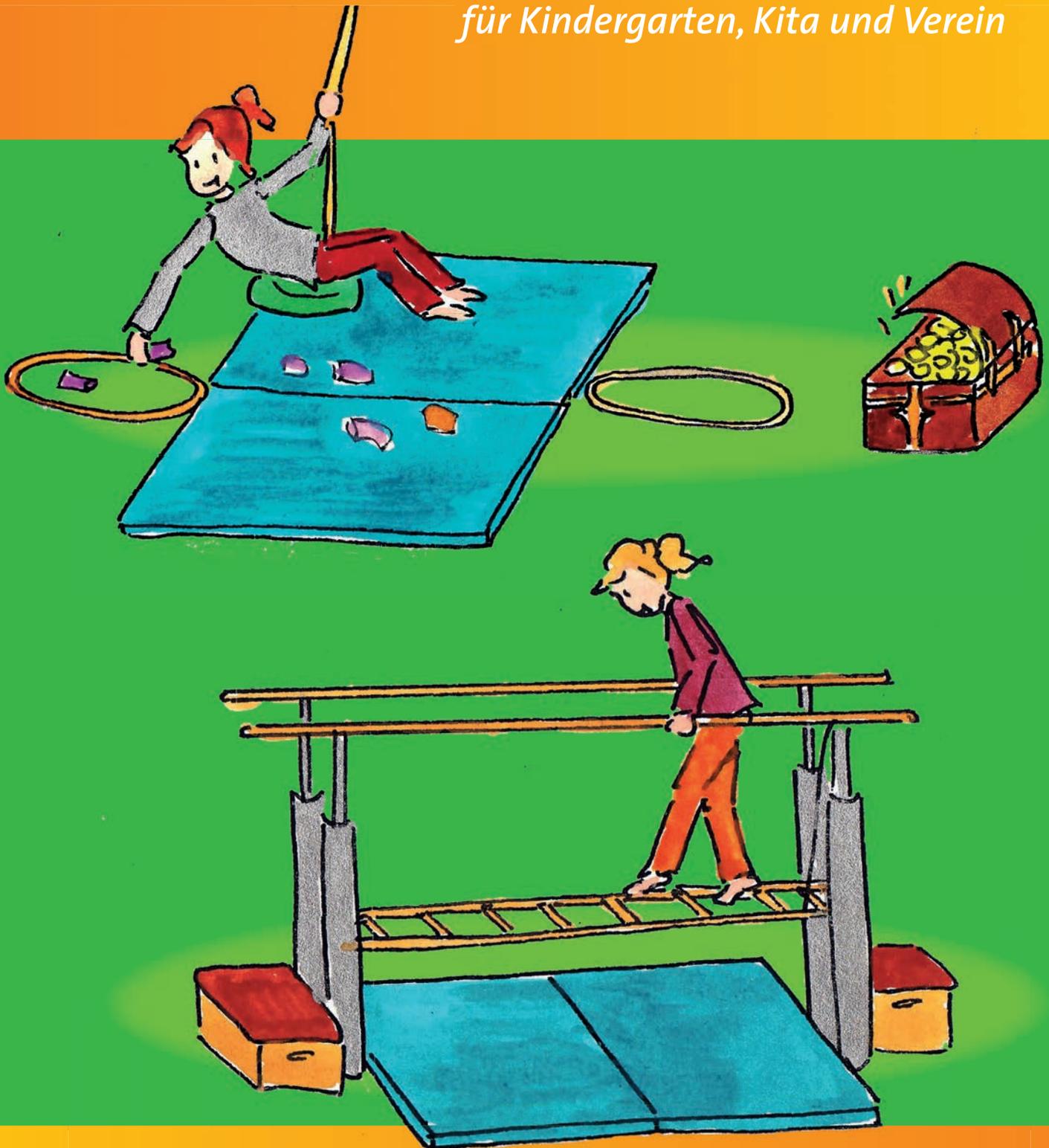


Constanze Gröger / Yvonne Hubert

# Kunterbunte Bewegungsideen

für Kindergarten, Kita und Verein



Constanze Grüger / Yvonne Hubert

# **Kunterbunte Bewegungsideen**

## **für Kindergarten, Kita und Verein**

# Vorwort

Wir freuen uns sehr, dass Sie dieses Buch in den Händen halten, um sich von vielen schönen Bewegungsideen inspirieren zu lassen, und hoffen, dass viele Kinder auch mithilfe der hier vorgestellten Ideen zu ihrer natürlichen Lust zur Bewegung zurückfinden, um diese in der Sporthalle regelmäßig ausleben zu können.

Unsere kunterbunten Bewegungsideen lassen sich mit einer herkömmlichen Sporthallenausstattung sowie vielen Alltagsmaterialien gut umsetzen und regen die Kinder zu eigenen phantasievollen Bewegungsgestaltungen an. Alle Kapitel wurden von uns in der Praxis sowohl in KiTas als auch im Sportverein erprobt. Die Resonanz der Turnkinder war durchweg positiv und begeistert. Jetzt wünschen wir Ihnen und den Kindern viel Freude in den Sportstunden.

Constanze Grüger & Yvonne Hubert



# Inhaltsverzeichnis

<b>1.</b>	<b>Einleitung</b> .....	9
1.1	Motorische Einflüsse auf die Entwicklung des Selbstkonzeptes bei Kindern .....	9
1.2	Organisation einer Bewegungseinheit .....	10
1.3	Knoten und Sicherheitshinweise .....	11
<b>2.</b>	<b>Bewegungsideen mit Alltagsmaterialien</b> .....	12
	Wattebällchen und Pappteller .....	12
	Hosengummi.....	13
	Teppichfliesen .....	14
	Überraschungseier-Hüllen und Buttermilchbecher .....	14
	Papprollen .....	16
	Kastanien und Eicheln.....	17
	Müllbeutel.....	18
	Schuhkartons.....	20
	Bierdeckel .....	21
	Wäscheklammern .....	21
	Fliegenklatschen .....	22
	Springseil.....	22
	Überraschungseier-Hüllen.....	23
	Theraband .....	23
	Putzlappen .....	24
	Bettlaken .....	26
	Zeitungspapier.....	27
	Schraubdeckel .....	28
	Schwimmringe.....	30
	Bunte Topfchwämme.....	31
	Buttermilchbecher .....	33
<b>3.</b>	<b>Bewegungsgeschichten</b> .....	35
3.1	„Reise zum Reiterhof“ .....	35
3.2	„Ausflug in den Herbstwald“ .....	38
3.3	„Ritter der Tafelrunde“ .....	40
3.4	„Im Gespensterschloss von Graf Igor“ .....	43
3.5	„Der kleine Maulwurf“ .....	46
3.6	„Bei den Pinguinen“ .....	48
3.7	„Auf der Baustelle“ .....	50
3.8	„In den Bergen“ .....	52
3.9	„Der kleine Floh geht auf Reisen“ .....	53
3.10	„Der Hexentrank“ .....	55
<b>4.</b>	<b>Spielstationen mit Kleingeräten</b> .....	57
4.1	„Indianer-Prüfung“ .....	57
4.2	„Auf der Sommerwiese“ .....	60
4.3	„Auto-Check“ .....	63
4.4	„Sommerfest“ .....	65
4.5	„Strandolympiade“ .....	69
4.6	„In der Winter-Weihnachtszeit“ .....	74
<b>5.</b>	<b>Turnstationen und Bewegungslandschaften mit Großgeräten</b> .....	77
5.1	55 Turnstationen.....	77
5.2	Bewegungslandschaften .....	100
5.2.1	„Am Strand“ .....	100
5.2.2	„Astronauten auf Planetenreise“ .....	104
5.2.3	„Die kleinen Flöhe“ .....	109
5.2.4	„Im Garten“ .....	113
5.2.5	„Hurra, es schneit“ .....	120
5.2.6	„Bei den Osterhasen“ .....	123
5.2.7	„Im Roboterland“ .....	127
5.2.8	„Fit wie ein Tiger“ .....	130
5.2.9	„Im Zauberland“ .....	135

<b>6.</b>	<b>Bewegungs-, Lauf- und Fangspiele mit und ohne Sieger</b> .....	138
	„Regen und Sonne“ .....	138
	„Schneeballschlacht“ .....	139
	„Plätzchen-Staffel“ .....	140
	„Glocken läuten“ .....	141
	„Achtung die Büffel kommen“ .....	142
	„Der Indianerschatz“ .....	142
	„Hokus-Pokus-Mäusedreck“ .....	143
	„Fangen mit Vampirbiss“ .....	144
	„Roboter und Mechaniker“ .....	144
	„Der müde Rittersmann“ .....	145
	„Schlafender Riese“ .....	145
	„Pferde klauen Leckerlis“ .....	146
	„Eisbärweibchen Gesine“ .....	147
	„Fang den Willi“ .....	148
	„Gärtner und Maulwürfe“ .....	149
	„Gärtner und Maulwürfe“ .....	149
	„Das Krokodil kommt“ .....	150
	„Der Weihnachtsmann fängt seine Rentiere wieder ein“ .....	151
	„Der Floh beißt“ .....	152
	„Fang den Zwerg“ .....	152
	„Polizeiauto“ .....	153
	„Unterwasserwelt“ .....	154
	„Astronauten brauchen Sauerstoff“ .....	155
	„Auf dem Hühnerhof“ .....	156
	„Eiertransport“ .....	156
	„Eulen fangen Mäuschen“ .....	157
	„Fangen der Fitnesskönige“ .....	158
	„Zauberspiel“ .....	158
	„Katzentick“ .....	159
	„Wiesentiere“ .....	159
	„Nektar sammeln“ .....	160
	„Kleine Geister fangen“ .....	160
	„Chaos im Affenland“ .....	161
	„Feuer – Wasser – Blitz“ .....	162
	„Weißer Riese“ .....	162
	„Graf Dracula“ .....	163
	„Transportball“ .....	163
	„Hunde und Katzen“ .....	164
	„Hamstern“ .....	164
	„Seifenblasenrettung“ .....	165
	„Popcorn“ .....	165
<b>7.</b>	<b>Entspannungsspiele für den Abschluss</b> .....	166
	„Wasserumspülung“ .....	166
	Rückenstreichelgeschichte „Am Strand“ .....	167
	Entspannungsgeschichte „Das Traumschiff“ .....	168
	Entspannungsgeschichte „Der Weihnachtsmann packt Geschenke ein“ .....	169
	Rückenstreichelgeschichte „Ein Tag im Winter“ .....	170
	Rückenstreichelgeschichte „Die Weihnachtsbäckerei“ .....	171
	Entspannungsgeschichte „Gänseblümchen“ .....	172
	Muskelentspannung „Astronauten-Check“ .....	173
	Rückenstreichelgeschichte „Ausflug in den Zoo“ .....	174
	Rückenstreichelgeschichte „Maulwurf-Fellmassage“ .....	175
	Rückenstreichelgeschichte „Roboter zusammenschrauben“ .....	176
	Rückenstreichelgeschichte „Verzauberte Tiere“ .....	177
<b>8.</b>	<b>Medienhinweise</b> .....	178
<b>9.</b>	<b>Autorenportraits</b> .....	179

# 1. Einleitung

## 1.1 Motorische Einflüsse auf die Entwicklung des Selbstkonzeptes bei Kindern

Die Inhalte der Turnstunden sind so gewählt und auch in der Praxis mit Kindern erprobt, dass nicht ausschließlich die motorische Schulung im Vordergrund steht, sondern auch die Ausbildung des Selbstkonzeptes einen hohen Stellenwert hat. Besonders der Bereich der Aufwärmung in den Stunden lässt viel Spielraum, Kindern die Möglichkeit zu geben, eigene Ideen einzubringen. Aus diesem Grunde werden dort häufig Alltagsmaterialien eingesetzt, die sich hierfür hervorragend eignen.

### Körperschema

- bezeichnet die in einer konkreten Situation bestehende bewusste Vorstellung vom eigenen Körper;
- entwickelt sich durch ein Wechselspiel aus Raum-, Zeit- und Bewegungserfahrungen;
- entwickelt sich durch die Wahrnehmung und Auseinandersetzung mit den Gegebenheiten der Umwelt.

### Das Körperschema umfasst das Wissen um

- die anatomische Gestalt, Struktur, Ausdehnung der einzelnen Körperteile;
- ihre Lokalisation im Raum;
- die Bewegungsmöglichkeiten in den Gelenken.

Grundlage für die Entwicklung des Körperschemas ist in der Kindheit zunächst die Eigenwahrnehmung durch vielfältige taktile Reize an der Körperoberfläche und kinästhetisch-vestibuläre Wahrnehmungen.

Allmählich bildet sich so ein kognitives Schema vom eigenen Körper.

### Die 3 Komponenten des Körperschemas sind:

- Körperorientierung: Orientierung im und am eigenen Körper mithilfe kinästhetischer Wahrnehmung;
- Körperausdehnung: das Einschätzen von Größenverhältnissen und der räumlichen Ausdehnung des eigenen Körpers;
- Körperwahrnehmung: die faktische Kenntnis von Bau und Funktion des eigenen Körpers und seiner Teile.

Dies ist die Basis für die Entwicklung des Selbstkonzeptes.

Durch die voranschreitende Festigung des Körperschemas sammeln Kinder immer mehr Vorstellungen von sich selbst.

### Dieses Selbstkonzept wird beeinflusst von 3 Variablen:

1. Die Wahrnehmung der eigenen Gestalt: Körpergestalt und Aussehen zählen als wichtige Merkmale der Identität.
2. Entwicklung von Selbstvertrauen: Durch Bewegungshandlung lernen Kinder, dass sie bestimmte Wirkungen, Leistungen erzielen können. Diese Wirkungen führen sie auf das eigene Können zurück.
3. Bewertung der eigenen Handlung durch andere: „Wie denken andere über mich?“

Diese Einflussgrößen können sich entscheidend auf das Selbstbewusstsein/Selbstzutrauen und damit letztlich auf die Bewegungsausführung von Kindern auswirken.

### Im Bereich des Selbstkonzeptes werden folgende Bereiche unterschieden:

- Körperbewusstsein: die psychische Repräsentation des eigenen Körpers im Bewusstsein, bzw. die auf den eigenen Körper gerichtete Aufmerksamkeit.
- Körperausgrenzung: das Erleben des „Ichs“ als ein Körper, der von der Umwelt abgegrenzt ist.
- KörperEinstellung: die auf den eigenen Körper bezogene Einstellung, die durch die Wahrnehmung des Aussehens, des Gesundheitszustandes usw. beeinflusst wird.

### Möglichkeiten von Bewegungsanlässen zur Entwicklung eines positiven Selbstkonzeptes:

- Bewegung ist die Verbindungsstelle zwischen dem Kind und der Umwelt. Sie gibt Rückmeldung über den Stand seiner Beziehung zur Umwelt, zeigt, inwieweit es erfolgreich auf die Umwelt einwirken oder diese gar verändern kann.
- Der Zugang eines Erwachsenen wird über die spielerische Aktivität wesentlich erleichtert.
- In frühen Lebensjahren sind Spiel und Bewegung eine Einheit, die dem Kind den Ausdruck von Gefühlen ermöglicht.
- Spielmaterialien, Geräte, Bewegungssituationen fordern das Kind zur Aktivität auf, wobei Grenzen durch die Beschaffenheit des Materials, der Gruppe oder des Raums gesetzt werden.
- Erfolge und Misserfolge werden unmittelbar als selbst verursacht erlebt. Das Kind erlebt sich als Verursacher von Effekten.

**Folgende Maßnahmen können Kinder bei der Entwicklung eines positiven Selbstkonzeptes unterstützen:**

- eigene Stärken erkennen helfen und bewusst machen
- Situationen bereitstellen, in denen das Kind Selbstwirksamkeit erfahren kann
- Eigenaktivität und Selbsttätigkeit fördern
- vorschnelle Hilfeleistung vermeiden
- das Kind unabhängig von seiner Leistung wertschätzen
- Vergleiche mit anderen meiden und stattdessen individuelle Bezugsnormen setzen.

## 1.2 Organisation einer Bewegungseinheit

Jede Turnstunde sollte gleich aufgebaut sein. Dies ist für die Kinder sehr wichtig, um sich zurechtzufinden und sich auch zeitlich orientieren zu können. Rituale stellen für Kinder eine Verbindlichkeit dar und geben Sicherheit.

In den einzelnen Kapiteln sind viele Praxisideen enthalten, die als Anregungen und nicht als „Rezepte“ anzusehen sind.

Da jede Gruppe ganz unterschiedliche Voraussetzungen mitbringt, sind die Angebote auch individuell zu gestalten.

Da Kinder Wiederholungen sehr gerne haben und sie in ihrer motorischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Entwicklung fördern, können Themenstunden aus den Einzelteilen durchaus öfter eingesetzt und kombiniert werden.

**Der Ablauf der Turnstunden besteht aus:**

### 1. Begrüßungsritual

Die Stunde sollte immer mit einem identischen Ritual eröffnet werden. Dies kann ein Lied, Spruch o. Ä. sein. Schön ist es auch, wenn die Namen der teilnehmenden Kinder eingebunden werden können oder jede Stunde ein anderes Kind das Ritual anleiten darf.

### 2. Lied

Zu jeder Stunde findet sich manchmal sogar ein thematisch passendes Bewegungslied. Der Einsatz eines Bewegungsliedes lockert die Kinder auf, trainiert das Rhythmusgefühl und bedient den ersten Bewegungsdrang der Kinder.

### 3. Aufwärmung

Die Spielleitung stellt die benötigten Materialien zur Verfügung und gibt zunächst Freiraum zum eigenen Erproben. Danach sammelt sie die Ideen der Kinder, die von allen nachgespielt werden, und leitet eventuell weitere Übungen aus der Beschreibung an.

### 4. Hauptteil

Die Anzahl der Turn- und Spielstationen ist von Materialangebot, Räumlichkeit und Anzahl sowie Alter der Kinder abhängig und sollte sorgfältig ausgewählt werden. Bei den meisten Stationen sind mehrere Bewegungsformen möglich, die den Kindern freigestellt werden sollten. In der Beschreibung wurde aus Gründen der Übersichtlichkeit auf das Aufzählen aller Bewegungsformen verzichtet.

Die Spielleitung gibt nach dem Aufbau aller Stationen wichtige Sicherheitshinweise und zeigt den Anfang jeder Station, sodass die Kinder nach Vorstellung aller Stationen selbständig und frei nach eigenen Bedürfnissen in der Spiel- oder Bewegungslandschaft turnen können.

### 5. Abschluss

Der Abschluss einer Turnstunde kann aus einem Bewegungsspiel oder einem Spannungsspiel bestehen. Dies sollte an die Intensität der bisherigen Aktivitäten angepasst werden.

### 6. Abschlussritual

Genau wie das Ritual zu Anfang sollte ein Abschlussritual immer wieder eingesetzt werden, um die Stunde zu beenden.

## 1.3 Knoten und Sicherheitshinweise

### Knoten

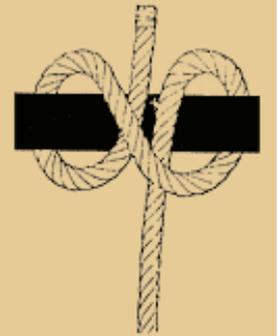
#### Rundtörn mit 2 halben Schlägen

Dieser Knoten eignet sich zum Anbinden an Barrenholmen, Sprossenwänden, Ringen usw., immer wenn Zug bzw. Belastung auf das Seil kommt.

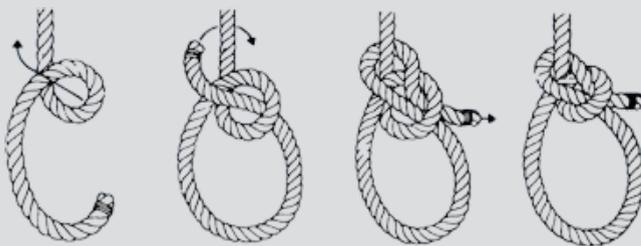


#### Weblein

Mit diesem Knoten werden Seile angebinden, z.B. beim Heranziehen an die Sprossenwand. Er eignet sich allerdings nicht, um Geräte mit hohem Eigengewicht zu befestigen.



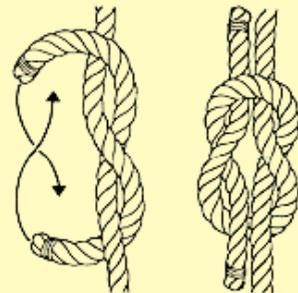
#### Palstek



Mit diesem Knoten entstehen Schlaufen, z. B. als Griff, um etwas zu ziehen, oder in Schwingtauen, um mit dem Fuß hineinzutreten.

#### Kreuzknoten

Dieser Knoten eignet sich zum Verbinden von zwei Seilenden.



### Sicherheitshinweise

Besonders beim Aufbau der Turnstationen sollte darauf geachtet werden, dass die Geräte sorgfältig mit Turnmatten abgesichert werden. Eine Absicherung mit Isomatten reicht nicht aus.

Beim Auflegen oder Einhängen von Geräten wie z.B. Bänken sollte am besten mit Antirutschmatten (erhältlich im Baumarkt) gearbeitet werden. Ein ca. 40 x 60 cm großes Stück der Antirutschmatte kann z.B. zwischen Kastendeckel und Bank gelegt werden, um so ein Verrutschen der Bank zu verhindern, ebenso an einer Sprossenwand.

Bei einigen Stationen ist es wichtig, dass der Start kenntlich gemacht wird, damit nicht von zwei Seiten aus geturnt wird. Möglich wäre ein vereinbartes, sich immer wiederholendes Symbol, das an den Start gelegt wird, oder auch eine farbliche Markierung mit Grün wie im Straßenverkehr.

Hilfestellungen sollten angeboten werden, aber nur in den seltensten Fällen aktiv vom Erwachsenen ausgehen, z. B. wenn das Kind droht, von einem Gerät herunter zu fallen. Die Hilfe wird so angeboten, dass das Kind z. B. nach einem Halt am Arm greifen kann. Das Kind wird aber in der Bewegung niemals dauerhaft festgehalten.

Wenn die Kinder zu viel Hilfe in Anspruch nehmen, sollten die Bewegungsangebote entsprechend in den Anforderungen reduziert werden. Viele Stationen sind variabel in der Höhe oder der Intensität.

## 2. Bewegungsideen mit Alltagsmaterialien

### Wattebällchen und Pappteller

#### Material:

- 1 Wattebällchen pro Kind
- 1 Pappteller pro Kind



#### Einzelübungen:

- Transport des Wattebällchens auf der gestreckten rechten Hand.
- Transport des Wattebällchens auf der gestreckten linken Hand.
- Transport des Wattebällchens auf der rechten Schulter.
- Transport des Wattebällchens auf der linken Schulter.
- Transport des Wattebällchens auf dem Kopf.
- Wattebällchen mit der rechten Hand hochwerfen und mit der linken Hand auffangen.
- Wattebällchen mit der linken Hand hochwerfen und mit der rechten Hand auffangen.



#### Partnerübungen:

- 2 Kinder sitzen sich mit gegrätschten Beinen gegenüber und lassen ihre Wattebällchen zu dem jeweils anderen Kind über den Boden rutschen.
- 2 Kinder liegen sich bäuchlings in einem Abstand von etwa 1 m gegenüber und pusten sich ein Wattebällchen zu.
- Jedes Kind hält einen Pappteller in der Hand; die Partner spielen sich damit ein Wattebällchen zu.

#### Gruppenübung:

- Alle Kinder stehen im Kreis. Jedes Kind hält einen Pappteller in den Händen. Die Spielleitung legt ein Wattebällchen auf den Pappteller eines Kindes und dieses gibt das Wattebällchen auf den Pappteller des nächsten Kindes weiter, ohne es mit den Händen zu berühren.

## Material:

- 1 Hosengummi (ca. 60–70 cm lang und zur Schlinge geknotet)



## Übungen mit Handschellen

### (Gummi um die Handgelenke spannen):

- Auseinander ziehen und mit den Beinen durchsteigen.
- Auseinander ziehen und mit den Beinen durchsteigen, dann hinter dem Rücken entlang führen.
- Mit dem Körper durchsteigen, von oben und von unten beginnend.



## Übungen mit Fußfesseln

### (Gummi um die Fußknöchel spannen):

- Durch den Raum gehen, laufen, vorwärts, rückwärts, seitwärts.
- Mit einem Partner die Fußfessel teilen und durch den Raum gehen, laufen, vorwärts, rückwärts, seitwärts.
- Fangspiel: Einige Kinder sind ohne Fußfesseln und spielen Fänger. Wer gefangen wurde, wird auch zum Fänger und fängt weitere Kinder mit.
- Mit den Füßen auf das Hosengummi stellen und zusätzlich mit den Händen das Band halten. Nun seitlich gehen und dabei das Band mit den Händen immer auf und ab bewegen.
- Zwei Kinder fesseln sich gefahrlos nach eigenem Wunsch mit ihren Hosengummis und bewegen sich durch den Raum.

## Teppichfliesen

### Material:

– 1 Teppichfliese pro Kind



### Übungen:

- Über die Teppichfliese vorwärts, rückwärts, mit geschlossenen Beinen und auf einem Bein hüpfen.
- Mit dem Bauch auf die Teppichfliese legen und mit den Händen und Füßen am Boden vorwärts schieben.
- Auf die Teppichfliese knien und mit den Händen vorwärts ziehen. Teppichfliese mit beiden Händen festhalten und mit den Füßen nacheinander übersteigen.
- Auf den Boden knien und sich die Fliese auf den Rücken legen, langsam vorwärts kriechen.
- Die Hände auf die Fliese stützen, ein Stück nach vorne setzen, mit den Füßen an die Fliese hüpfen usw.
- Füße auf die Fliese stellen und die Hände auf den Boden stützen. Die Beine immer wieder nach hinten strecken und mit den Händen nachsetzen.

## Überraschungseier-Hüllen und Buttermilchbecher



### Einzelübungen:

- Ei mit den Füßen durch den Raum spielen.
- Ei hochwerfen und fangen.
- Ei als liegende Acht mit den Händen um die gegrätschten Beine rollen.
- Ei auf der Handfläche und Handrücken balancieren.
- Ei auf dem Becherrücken balancieren und durch den Raum gehen, hinsetzen und wieder aufstehen.
- Ei aus dem Becher herausspielen und wieder einsammeln.

### Material:

– 1 Überraschungseier-Hülle pro Kind  
– 1 Buttermilchbecher pro Kind

### Paarübungen:

- Ei dem Partner mit den Füßen zuspielen.
- Ei durch die gegrätschten Beine des Partners rollen und schießen, mit der rechten und dann mit der linken Hand bzw. Fuß.
- Ei im Sitzen mit dem Partner zurollen, mit der rechten und dann mit der linken Hand.
- Zwei Eier im Sitzen gleichzeitig mit dem Partner zurollen.
- Ei im Sitzen mit dem Partner zurollen und mit dem Becher einfangen, indem dieser darauf gestülpt wird.
- Ei im Sitzen mit dem Partner zurollen und mit dem Becher einfangen, sodass das Ei in die Becheröffnung rollt.



# Papprollen



## Material:

- Faxrollen
- Toilettenpapierrollen
- Haushaltspapierrollen
- Klebebandrollen
- Tennisbälle
- Tischtennisbälle



## Einzelübungen:

- Papprolle mit der Hand über den Boden rollen.
- Papprolle mit dem Fuß über den Boden rollen.
- Papprolle auf den Boden legen und mit 2 weiteren Papprollen in den Händen anschieben.
- Papprollen zu einer Brücke aufstellen.
- Ball auf der Papprolle balancieren.
- Ball mit 2 Papprollen in den Händen einklemmen und durch den Raum transportieren.
- Ball wegrollen und mit der Papprolle einfangen, indem sie auf den Ball gestülpt wird.

## Paarübungen:

- Papprolle unter dem Kinn einklemmen und seinen Partner fangen. Danach Rollentausch.
- Papprolle mit den Händen zurollen.
- Papprolle mit dem Fuß durch die gegrätschten Beine des Partners rollen.
- Ball mit 2 Papprollen in den Händen einklemmen und an den Partner übergeben.
- Ball mit den Händen zurollen und mit einer Papprolle einfangen, indem sie auf den Ball gestülpt wird.
- Ball durch eine Papprollen-Brücke zuspelen.





## Einzelübungen:

- Zwei Kastanien in einem Abstand von ca. 20 cm auf den Boden legen, eine Eichel zwischen den Kastanien durchrollen lassen.
- Eine Eichel auf den Boden legen und aus einem Abstand von etwa 50 cm versuchen, diese mit einer über den Boden rutschenden Kastanie zu treffen.
- Eine Kastanie auf die gestreckte rechte Handinnenflächen legen und diese auf einer von der Spielleitung vorgegebenen Strecke geradeaus transportieren.
- Eine Kastanie auf die gestreckte linke Handinnenfläche legen und diese auf einer von der Spielleitung vorgegebenen Strecke geradeaus transportieren.
- Eine kleine Eichel mit den Zehen des rechten Fußes greifen und so eine von der Spielleitung vorgegebene Strecke transportieren.
- Eine kleine Eichel mit den Zehen des linken Fußes greifen und auf diese Weise eine von der Spielleitung vorgegebene Strecke transportieren.
- Kastanie zwischen den Knien einklemmen und vorwärts, rückwärts und seitwärts gehen.
- Kastanie zwischen den Knien einklemmen und vorwärts, rückwärts und seitwärts hüpfen.

## Material:

– 2 Kastanien und 1 Eichel pro Kind





**D**er Bewegungsdrang von Kleinkindern ist nahezu unerschöpflich. Beste Voraussetzung also, diesem mithilfe von kunterbunten Bewegungsideen zu entsprechen. Erzieher in Kindergarten und Kita sowie Vereinstrainer finden in diesem Buch nach einer kurzen Einleitung mit Tipps zu Organisation und Sicherheitshinweisen fünf abwechslungsreiche Praxiskapitel vor.

So werden Bewegungsideen mit Alltagsmaterialien, Bewegungsgeschichten, Spielstationen mit Kleingeräten, Turnstationen und Bewegungslandschaften mit Großgeräten sowie Bewegungs-, Lauf- und Fangspiele mit und ohne Sieger ausführlich beschrieben und anschaulich bebildert. Anschließend folgen Entspannungsspiele für den Abschluss.

**Constanze Grüger** ist lizenzierte Fach-Übungsleiterin mit dem Profil „Gesundheitsförderung im Kinderturnen“. Sie ist in der Aus- und Fortbildung von Übungsleitern, Erziehern und Sportlehrern tätig.

**Yvonne Hubert** ist seit vielen Jahren als lizenzierte Übungsleiterin im Kinderturnen, Eltern- Kind-Turnen sowie Babyturnen tätig und leitet die Initiative „Turnkindergarten“ des TSV Tarp e.V.

ISBN 978-3-7853-1912-3

Bestell-Nr. 343-01912

[www.limpert.de](http://www.limpert.de)



9 783785 319123