

## Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort

### Kreative Ideenbörse Kindergarten – Ausgabe 1

Bewegung & Gesundheit – Das kann mein Körper leisten

Autorin: Susanne Martin



#### Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Kindergarten“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie hier.



#### Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie hier.



#### Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an [info@edidact.de](mailto:info@edidact.de) oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact



## Das kann mein Körper leisten

Ziel:

Förderschwerpunkte:

Anspruch:

Alter der Kinder:

Anzahl der Kinder:

Räumliche Voraussetzungen:

Materialien:

Kosten:

Vorbereitung:

Durchführungszeit:

- Körperbewusstsein aufbauen und stärken
- Wissensvermittlung
- Koordination
- Kraft
- Beweglichkeit
- mittel
- ab 3 Jahren
- 8 bis 16 Kinder
- Bewegungsraum
- 2 Langbänke
- 2 Hocker
- farbiges Klebeband (als Markierung)
- Maßband und Zollstock
- Scheren
- Musterklammern
- Bastelbögen (Kopiervorlage Seite 82 für jedes Kind)
- Locher oder Lochzange
- 4 Euro (für 200 Musterklammern)
- 10 bis 15 Minuten
- zwei Teile zu je 30 bis 45 Minuten

### Vorbereitung:

Für den ersten Teil der Wissensvermittlung werden im Gruppenraum auf dem Tisch die Scheren und Musterklammern sowie die Bastelbögen und die Lochzange bereitgelegt.

Der zweite Teil, der Kinderturntest, wird im Bewegungsraum vorbereitet. Dazu werden vier Stationen benötigt:

- 1. Balancieren:** Eine Langbank wird umgedreht auf den Boden gestellt. Am Anfang und am Ende steht jeweils ein Hocker.
- 2. Seitliches Hin- und Herspringen:** Wenn keine aufgemalten Linien im Bewegungsraum vorhanden sind, wird eine ca. 1 Meter lange und 2 Zentimeter breite Linie mit buntem Klebeband auf den Boden geklebt.
- 3. Rumpfbeuge:** Für diese Aufgabe werden eine Langbank und ein Zollstock bereitgestellt.
- 4. Standweitsprung:** Sind keine Linien im Bewegungsraum vorhanden, wird hier eine Startlinie von ca. 1 Meter Länge auf den Boden geklebt. Des Weiteren liegt ein Maßband oder Zollstock bereit.



## 1. Übung: Balancieren auf der umgedrehten Langbank



© jan\_S – stock.adobe.com

Die Aufgaben werden jeweils dreimal ausgeführt. Für jede bewältigte Aufgabe gibt es einen Punkt. Es gilt

- vorwärts über die umgedrehte Langbank zu balancieren,
- rückwärts über die umgedrehte Langbank zu balancieren,
- vorwärts bis zur Mitte der umgedrehten Langbank zu balancieren, eine halbe Drehung zu machen und rückwärts bis zum Ende weiterzugehen.

Es gibt keinen Punkt, wenn ein Fuß den Boden berührt.

Bewertung	Weit unterdurchschnittlich (--)	Unterdurchschnittlich (--)	Durchschnittlich (o)	Überdurchschnittlich (+)	Weit überdurchschnittlich (++)	
Urkunde	☺		☺ ☺	☺ ☺ ☺		
<b>Jungen</b>						
Alter in Jahren	3	0	1	2	3	4
	4	0 – 1	2	3	4 – 6	7
	5	0 – 3	4	7	7	8
	6	0 – 3	4 – 6	7	8	9
<b>Mädchen</b>						
Alter in Jahren	3	0	0 – 1	2	3	4
	4	0 – 1	2	3	4 – 6	7
	5	0 – 3	4 – 6	7	8	9
	6	0 – 5	6	7	8	9