

## Turnlektion zum Thema Bänkli und Bündel

<b><u>Ziele:</u></b>	Pädagogische:	Die Kinder konzentrieren sich und gewinnen Selbstvertrauen
	Motorische:	Gleichgewicht üben, sicherer werden
	Formale:	Die Kinder kombinieren Bündel und Bänkli Übungen

### Voraussetzungen:

**Material:** 4 Bündel, 4 Bänkli

<u>Zeit:</u>	<u>Inhalt:</u>	<u>Gestaltung</u> <u>Bemerkungen:</u>
	<u>Vorbereitung</u>	
4'	Mit den Kindern 4 Bänkli hinstellen	
	<u>Einleitung:</u>	
2'	Die Kinder gehen zum Tamburin in der Halle umher. Auf Kommando müssen sie möglichst schnell aufs Bänkli sitzen, liegen, stehen, etc.	
6'	Auf der Breitseite einstellen, Slalom um Bänkli rennen, oben drüber springen, unten durch kriechen, abwechselnd drunter und drüber.	In Gruppen rennen lassen (Buben, Meitli, Grosse, Kleine)
	<u>Hauptteil:</u>	
2'	Kinder in 4 Gruppen teilen. Immer auf Kommando kommt das Vorderste dran, hinter die eigene Gruppe sitzen (Zurück gehen!) Probedurchlauf	
6'	Bündel liegt offen auf dem Bänkli, durchsteigen. Bündel mit Fuss aufnehmen, mit den Händen wieder ablegen Bündel aufnehmen und durchschlüpfen	Bündel liegt auf dem Bänkli
8'	Bündel auf den Kopf legen (ohne festhalten) übers Bänkli gehen Bündel auf beiden ausgestreckten Händen Bündel auf einer ausgestreckten Hand Bündel um Arm kreisen lassen	Vorderstes Kind hat Bündel, gibt ihn dem Nächsten
4'	Freier Durchlauf, Kinder dürfen ausprobieren.	
4'	Bänkli gemeinsam versorgen	
4'	Abschlussspiel	
40	Minuten Gesamtzeit	