

## Bewegungsarrangements & Bewegungsgeschichten

[Spuk an Halloween](#) Wahrnehmung mit allen Sinnen

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder im Alter zwischen 4–10 Jahren, **Ort:** Turnhalle, Bewegungsraum in der Kindertagesstätte (Kita)

Zu Halloween in andere Rollen zu schlüpfen, ist für jüngere wie auch für ältere Kinder reizvoll. Über diesen thematischen Aufhänger werden in dieser Bewegungsstunde alle Sinne angesprochen. Spaß und ein bisschen Gruseln gehören natürlich zu einem Spuk an Halloween auch dazu!  
Oktober 2025

---

[„Der Seiltänzer“](#) Ein Bilderbuch als Bewegungsimpuls nutzen

**Zeit:** 90 Minuten, **TN:** Kinder im Alter zwischen 4–8 Jahren, **Ort:** Turnhalle, Bewegungsraum in der Kinderbetreuungseinrichtung (Kita)

Kinder suchen das Risiko und lieben es, sich herauszufordern. Hierfür bietet sich das Thema „Seiltanz“ an – die Balance halten zu können ist immer reizvoll.  
Die Bilderbuchgeschichte „Der Seiltänzer“ ist eine Geschichte über die Kunst, das Gleichgewicht zu halten, Prüfungen zu bestehen sowie Ängste zu überwinden und stolz auf sich sein zu können.  
Januar 2025

---

[Fangen, Passen und Werfen](#) Auge-Hand-Koordination – Augen und Hände koordinieren

**Zeit:** 60–90 Minuten, **TN:** Bis zu 18 Kinder im Alter von 6-12 Jahren, **Ort:** Sporthalle

Die Auge-Hand-Koordination beschreibt die Fähigkeit, Bewegungen auszuführen, für die Hände und Augen benötigt werden. In diesem Stundenbeispiel werden spielerisch mit dem Ball die Handlungs- und Reaktionsfähigkeit geschult. Verschiedene kleine Spiel- und Übungsformen helfen, Grundfertigkeiten wie Werfen, Fangen und Passen einzeln zu entwickeln und zu vertiefen.  
Januar 2024

---

[Bewegungsparcours für Kinder mit der Koordinationsleiter](#) Vertraut werden mit der Koordinationsleiter – Koordinationsleiter Teil 1

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Bis zu 20 Kinder im Alter von 6–12 Jahren, **Ort:** Sporthalle, Sportplatz, Schulhof, Bewegungsräume

Die Koordinationsleiter ist ein Trainingsgerät, mit dem durch Schritt- und Sprungfolgen auf einfache Art die Sprungkraft, Schnelligkeit und Koordination verbessert werden können. In diesem Stundenbeispiel erfährt die Koordinationsleiter einen spielerischen Einsatz und durch Bewegungsaufgaben an Stationen sollen die Kinder selber Schritt- und Sprungfolgen in- und außerhalb der Koordinationsleiterfelder erfinden, Bewegungserfahrungen machen und ihre Koordination schulen.

März 2023

---

[Im Trainingslager der Ninya Warrior](#) Spielerische Stärkung des Selbstkonzepts

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** 10 bis 15 Kinder im Alter von 5 bis 8 Jahren (Mädchen und Jungen), **Ort:** Turnhalle, Sporthalle

In dieser Stunde sollen die Kinder im übertragenen Sinne selber zu *Ninya Warriors* werden. Bei kleinen Spielen messen sie im Miteinander ihre Kräfte. Spielerisch trainieren sie in einem Parcours bestehend aus fünf Großgeräte-Stationen. Dabei können die Kinder ihren Körper spüren und erleben ihr Körperimago.

Februar 2021

---

[Heiltrank für den Weihnachtsmann](#) Eine vorweihnachtliche Bewegungsgeschichte

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder im Alter von 4 bis 6 Jahren **Ort:** Sporthalle

In der Vorbereitung auf Weihnachten geht es häufig sehr turbulent zu. Leider haben in dieser Zeit auch Erkältungen Hochsaison. Spielerisch werden in dieser Stunde sowohl der Umgang mit der Krankheit, als auch Tipps zum gesund werden und bleiben thematisiert.

Dezember 2018

---

[Der Schatz von Bruno dem Bären](#) Bewegungsabenteuer – nicht nur – für Väter und Kinder

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** 5–8 Väter mit jeweils einem Kind (4-6 Jahre), **Ort:** Sporthalle, Bewegungs-/Gymnastikraum o.ä.

Im heutigen Bewegungsangebot machen sich – nicht nur – Väter und Kinder auf, die Bärentugenden zu erproben, um so den Schatz von Bruno dem Bären zu erringen. Spielerisch werden den Kindern vielfältige Gelegenheiten geboten, Erfahrungen zum Aufbau eines realistischen Selbstkonzeptes zu sammeln.

Februar 2018

---

[„Conni backt Pizza“](#) Spielerische Umsetzung eines Bilderbuches zum Thema Bewegung und Ernährung

**Zeit:** 60–90 Minuten, **TN:** 8–12 Kinder im Vorschulalter, **Ort:** Bewegungsraum oder Turnhalle

In Anlehnung an das Bilderbuch „Conni backt Pizza“ entstehen in dieser Stunde gemeinsam mit den Kindern, selbstwirksame Spielhandlungen zu verschiedenen Aspekten des Pizza-Essens.

Januar 2017

---

[Bei den Jedirittern und Jediritterinnen](#) Spielerisches Stationstraining zu koordinativen Teilaspekten

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** 10 bis 15 Mädchen und Jungen im Alter von 4 bis 6 Jahren, **Ort:** Turnhalle mit Großgeräteausstattung

Wer kennt nicht Obi-Wan Kenobi, Luke Skywalker oder Yoda, die Jedi-Ritter, welche ihre Talente trainieren, um sie für den Frieden einzusetzen. - Ein Gedanke, der genutzt werden kann, um die Kinder anzuleiten, mit „machtvoller“ Konzentration die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln.

November 2016

---

[Trainingscamp für Superhelden](#) Spielerische Förderung von Kraft und Koordination

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder im Alter ab 6 Jahren, ab 8 TN, **Ort:** Turnhalle

Das vorliegende Stundenbeispiel lädt in ein Trainingscamp ein und gibt einen Vorgeschmack auf das sportliche Leben eines Superhelden. Angelehnt an die Fähigkeiten der großen Vorbilder, trainieren die Kinder an abwechslungsreichen Stationen sowohl ihre Muskelkraft als auch ihre koordinativen Fähigkeiten.

Juli 2016

---

[„Psst! .... was war das?“](#) Geisterhafte Anregung der auditiven Wahrnehmung

**Zeit:** 120 Minuten, **TN:** Kinder im Alter von 6–8 Jahren, **Ort:** Sporthalle

Um Mitternacht beginnt die Geisterstunde und die Kinder lauschen gebannt, wo es spukt. Gemeinsam mit anderen erleben die kleinen „Geister“ während des nächtlichen Spuks den Wechsel zwischen gespanntem Innehalten und lustvollem Lospoltern.

Februar 2016

---

[Abenteuer im verzauberten Zoo](#) Kindergeburtstag in der Turnhalle

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Ab 10 Kindern – ab 5 Jahren, **Ort:** Turnhalle

In diesem Angebot erleben die Kinder einen Zoobesuch kindgerecht, als handelnde Akteure und aus unterschiedlichen Perspektiven. Spiele unterschiedlicher Intensität und Charakteristik machen die Stunde auch für leistungs- oder altersheterogene Gruppen zum Erlebnis.

Januar 2016

---

[Waldausflug](#) Eine herbstliche Turnstunde mit alltagsintegrierter Sprachförderung

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Etwa 15 Kinder im Vorschulalter, **Ort:** Turnraum

Der Turnraum verwandelt sich in einen Wald, den die Kinder in den Rollen unterschiedlicher Tiere spielerisch erleben können. Dabei entstehen vielfältige Sprachanlässe, welche den Kindern über die Bewegungsstunde hinaus Anregung und Hilfe geben, sich auszudrücken.

September 2015

---

[Sommer, Sonne, Strand und Meer](#) Spielerische Anregung der Tiefensensibilität und des

## Gleichgewichts

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder im Alter von 1,5–6 Jahren in Begleitung einer erwachsenen Betreuungsperson, **Ort:** Turnhalle oder Bewegungsraum

Neben dem spielerischen Erproben vielfältiger Grundfertigkeiten setzen die Gerätestationen dieser Stunde, eingekleidet in ein kindgerechtes Bewegungsbild (Reise ans Meer), den Schwerpunkt auf die spielerische Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Aspekten der Tiefensensibilität und des Gleichgewichts.

Juli 2015

---

[Ich schaff das schon!!!](#) Stärkung des Selbstwertgefühls auf spielerische Art und Weise

**Zeit:** 60–90 Minuten, **TN:** 30 Kinder im Alter von 9–10 Jahren, **Ort:** Turn-/Sporthalle

In dieser Stunde geht es um das Entdecken und Bewusstmachen der eigenen Fähigkeiten. Um selbst herauszufinden, welche Fähigkeiten sie haben und ihre Selbsteinschätzung zu trainieren, werden die Kinder in einem spannenden Stationsparcours immer wieder angeleitet sich mit dem, was sie können zu beschäftigen, es zu notieren und damit bewusst zu machen.

Mai 2015

---

[Im Land der Dinosaurier](#) Kinder gestalten ihre Bewegungslandschaft selbst

**Zeit:** 45–60 Minuten, **TN:** 12–15 Kinder im Vorschul- und Grundschulalter, **Ort:** Turnhalle

Welches Kind ist nicht fasziniert von der Welt der Dinosaurier? Kinder, die schon vielfältige Erfahrungen mit Großgeräteaufbauten gemacht haben, bekommen heute einmal die Gelegenheit, selbsttätig ihre Vorstellungen vom Land und Leben der Dinosaurier umzusetzen. Ausgehend von den Impulsen der Übungsleitung werden sie angeregt, diese Reise miteinander zu erfinden und gemäß ihren Bewegungserfahrungen auszugestalten.

Juli 2014

---

[Fußball-Safari](#) Abenteuerreise zum „Cup der guten Hoffnung“

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** 8–12 Kinder im Vorschulalter, **Ort:** Sporthalle, Bewegungsraum oder Außengelände

Da Stundenbeispiel „Fußball-Safari“ verbindet den Spaß an allgemeinen Bewegungserfahrungen mit fußballbezogenen Spielideen. Die phantasievollen Inhalte sind bewusst so gewählt, dass nur fußballorientierte statt fußballspezifische Anforderungen gestellt werden. Eingebettet in eine Bewegungsgeschichte, werden die Kinder zunächst zu individuellem, kreativem Bewegungsausdruck angeregt.

März 2014

---

[Starke Kids in der Manege](#) Förderung der individuellen Ressourcen

**Zeit:** 60–90 Minuten, **TN:** 6–16 Mädchen und Jungen im Alter von 6–10 Jahren, **Ort:** Sporthalle oder

## Bewegungsraum

Im Zirkus gibt es viele Akteure mit den unterschiedlichsten Talenten: Der Clown bringt die Zuschauer zum Lachen, der Fakir ist mutig, die Jongleure balancieren Dinge, als würden diese an ihnen kleben. Auch die Akrobaten faszinieren beim Pyramidenbau: die einen durch ihre Kraft als stabile Basis, die anderen durch ihre Ästhetik, wenn sie lächelnd oben auf der Pyramide stehen. Genau so sieht es auch im Schulalltag aus. Es gibt die Kräftigen, die Mutigen und die Lustigen. Jedes Kind bringt seine eigene Stärke mit und soll sie in dieser Stunde zeigen – egal wie viele Schwächen das Kind sonst hat.

Januar 2014

---

### "Im Viertelland" Spielerisches Bewegen im Tanzsack

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Ab 8 Kindern zwischen 6–12 Jahren, **Ort:** Turnhalle, Bewegungsraum

Der Tanzsack ist eine kokonartige dehnbare Stoffhülle, in die man komplett hineinschlüpfen kann. Von außen gesehen erscheinen Bewegungen, im Tanzsack ausgeführt, verfremdet, da die Körperkonturen verschwimmen oder gar nicht sichtbar sind. Von innen können die Kinder zwar selber durch den Stoff schauen, sind aber von außen betrachtet „unsichtbar“ und können daher „ungehemmt“ mit Bewegungen experimentieren. Der Tanzsack fordert einerseits zu großen „grenzüberschreitenden“ Bewegungen, die die Stoffhülle in bizarrer Weise ausstülpfen, heraus. Andererseits stellt der Tanzsack selbst auch eine Begrenzung, einen Schutzraum dar.

November 2013

---

### Karnevals-/Faschingsrunde Für Kinder im Kindergartenalter (4–6 Jahre)

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** 15–20 Kinder im Kindergartenalter (4–6 Jahre), **Ort:** Turnhalle

Die meisten Kinder lieben es, sich zu verkleiden und in andere Rollen zu schlüpfen. In der heutigen Turnstunde dürfen sie, in Anlehnung an die Karnevals- und Faschingszeit, verkleidet in die Turnhalle kommen. Besonders schön ist es, wenn die Turnhalle mit bunten Luftballons und Luftschlangen dekoriert ist und die Übungsleitung (ÜL) auch verkleidet ist.

Februar 2013

---

### Le Parcours für Kinder im Grundschulalter - Teil 3 "Mr. X auf der Flucht"

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** maximal 12 Kinder im Alter zwischen 6–9 Jahren, **Ort:** Einfachsporthalle

In dieser dritten und letzten Bewegungseinheit zum Thema „Le Parcours für Kinder im Grundschulalter“ werden sowohl bereits geübte Techniken aus den beiden vorangegangenen Stunden gefestigt, als auch weitere komplexe Bewegungsabläufe erlernt. Des Weiteren dürfen selbstgestaltete Bewegungen ausprobiert und vorgestellt werden. Um die Verletzungsgefahr zu verringern, sollten die Techniken kontrolliert durchgeführt werden und kleine Pausen nicht fehlen.

Januar 2013

---

### Le Parcours für Kinder im Grundschulalter - Teil 2 „Spezialeinsatz für Mr. X“

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** maximal 12 Kinder im Alter zwischen 6–9 Jahren, **Ort:** Einfachsporthalle

Durch das Stundenbeispiel „Le Parcours für Kinder im Grundschulalter – Teil 1“ (Ausgabe 11.2012), des aus Frankreich stammenden Sporttrends, haben die Kinder eine Vorstellung der Bewegungsabläufe und Umsetzungsmöglichkeiten erhalten. Ziel dieses zweiten Teils ist neben dem Erlernen der Landung und des Abrollens nach einem Sprung, die fließende Abfolge der verschiedenen Techniken.  
Dezember 2013

---

[Le Parcours für Kinder im Grundschulalter - Teil 1](#) „Agententraining“ - Einführung in ein erlebnisorientiertes Turnen

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** maximal 12 Kinder im Alter zwischen 6–9 Jahren, **Ort:** Einfachsporthalle

„Le Parcours“ – Eine rasante Trendsportart hält bei uns in den Sporthallen Einzug. Die Teilnehmer/innen (TN) werden zu „Traceuren“ (franz.: „der den Weg ebnet“ oder „der eine Spur legt“), die filmreif, ästhetisch und spektakulär Hindernisse überwinden. Dabei fokussieren die TN nicht das Ziel, sondern den Weg innerhalb ihrer Bewegungsabläufe. Viele Techniken wie Wenden, Balancieren, Rollen oder Hocken ähneln dem freien Turnen an Geräten.  
November 2012

---

[Schutzengel](#) Wie dein Schutzengel dich führt

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder im Alter von 3–5 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson, **Ort:** Turnhalle

Kinder im Kindergartenalter leben ihre Phantasie gerne in vielfältigen Rollenspielen aus. Sie verfügen noch über einen unkomplizierten Zugang zur Welt der Magie, der Träume und des Übersinnlichen. Die Existenz von Engeln ist für sie oft eine schöne und selbstverständliche Vorstellung.  
März 2012

---

[Piraten auf hoher See](#) Rollenspiel mit verschiedenen Ballarten

**Zeit:** 45–60 Minuten, **TN:** 10–20 Kinder im Alter von 4–6 Jahren, **Ort:** Turnhalle, Sporthalle

In diesem Stundenbeispiel lernen die Kinder in Form eines Rollenspiels verschiedene Ballarten, deren Beschaffenheit und Eigenschaften kennen und benennen. Sie lernen, weich, hart, groß, klein, leicht und schwer zu unterscheiden.  
September 2011

---

[Im Reich der Tiere](#) Ein "tierischer Parcours" für das Mutter-Vater-Kindturnen

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder ab 1,5 Jahren mit einer erwachsenen Betreuungsperson, **Ort:** Gymnastikraum, Turnhalle

In der heute bewegungsarmen Welt ist es wichtig, Kindern Bewegungsräume zu geben, ihnen Anregungen und Entfaltungsmöglichkeiten zu lassen. Bewegung ermöglicht dem Kind, sich selbst und seine Welt zu entdecken!  
August 2011

## Dschungelfieber Sport, Spiel und Spannung für Abenteuerlustige

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder ab 4 Jahren, **Ort:** Turnhalle

Seit vielen Jahrzehnten stellt Tarzan einen Superhelden für Kinder jeder Altersgruppe dar. Der Dschungel gilt schon immer als interessantes und spannendes Gebiet. Aus diesem Grund können Kinder spielerisch und erlebnisorientiert in der zum Dschungel umgebauten Turnhalle eigene Erfahrungen machen und Grenzen kennen lernen.

Mai 2009

---

## Abenteuerreise Eine Bewegungsgeschichte für unter 3-jährige Kinder

**Zeit:** 45–60 Minuten, **TN:** Kinder (1,5–3 Jahre) im Kleinkindalter eventuell mit Eltern, aber auch für Vorschulkinder (4–6 Jahre) geeignet, **Ort:** Gymnastikraum, Sporthalle

Besonders im Kleinkindalter ist es wichtig, die Kreativität und Eigenständigkeit zu fördern. Das Erproben neuer Bewegungen erweitert den Erfahrungsschatz des Kindes. Auf diese Weise werden sowohl die Organe, die die Bewegung steuern, als auch die Sinnesorgane in ihrer Entwicklung entsprechend gefördert.

Juni 2008

---

## Ab ins Freibad Auch in der Sporthalle gibt es "Wasserrutschen" und "Wellenbäder"

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kindergruppe im Alter von 5–7 Jahren, **Ort:** Sporthalle

Gerade wenn es immer wärmer wird, wächst bei den Kindern die Vorfreude auf den Sommer. Die Lieblingsbeschäftigung im Sommer der meisten Kinder ist es, ins Freibad zu gehen. Mit dem Begriff Freibad verbinden sie viele Bewegungsmöglichkeiten gemischt mit eigenen schönen Erinnerungen. Daher bietet gerade dieses Thema sich gut an, um die Inhalte der Übungsstunde mit den Kindern gemeinsam zu entwickeln.

Mai 2008

---

## In der Zirkusschule Manege frei!

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Mädchen und Jungen im Alter von 6–8 Jahren, **Ort:** Sporthalle/Gymnastikraum

Kinder lieben den Zirkus. Der Wunsch vieler ist es, mal in einem richtigen Zirkus aufzutreten. Diese Übungsstunde

hat das Ziel spielerisch die Koordination der Kinder zu schulen, welche im Zirkus sehr wichtig ist.

Oktober 2007

---

## Kleine Gespensterschule Bewegungsgeschichte zur Förderung der An- und Entspannungsfähigkeit

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Mädchen und Jungen im Alter von 6–8 Jahren, **Ort:** Sporthalle/Gymnastikraum

Kinder, die Spannungen auf- und abbauen, die über einen harmonischen Spannungs- und Entspannungsrhythmus verfügen, können effektiver und ausdauernder handeln. Der ökonomische



Wechsel von An- und Entspannung macht eine optimale Anpassung an Umweltanforderungen erst möglich.

Februar 2007

---

[Der Postbote kommt - Folge 2](#) Eine Alltagsbewegungsgeschichte für Kindergruppen

**Zeit:** 75 Minuten, **TN:** Kinderruppen 4–6 Jahren, **Ort:** Sporthalle

Nachdem im ersten Teil die Umsetzung des Themas „Der Postbote kommt“ für eine Eltern-Kind-Gruppe beschrieben wurde, gibt es nun hier eine Anregung wie das gleiche Thema auch mit etwas älteren Kindern umgesetzt werden kann. Dadurch wird deutlich, dass es einen großen Spielraum und viele verschiedene Möglichkeiten gibt, ein und dasselbe Thema im Sport erlebbar zu machen.

Februar 2006

---

[Der Postbote kommt - Folge 1](#) Eine Alltagsbewegungsgeschichte für Kinder und Eltern

**Zeit:** 75 Minuten, **TN:** Mutter-Kind-Gruppe mit Kindern im Alter von 2–4 Jahren, **Ort:** Sporthalle

Schon die Kleinsten in unseren Sportgruppen beschäftigen sich mit vielfältigen Alltagsthemen. Deshalb bietet die Nutzung von Bewegungsgeschichten ihnen die Möglichkeit sich mit bekannten Themen näher auseinander zu setzen und in Bewegung ihre Kreativität zu entdecken.

Oktober 2005

---

[Robin Hood und seine Gefährten im Sherwood Forrest](#) Eine Sportstunde für Kinder ab Grundschulalter, die zum Kräftemessen einlädt

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder im Grundschulalter von 6–10 Jahren, **Ort:** Gymnastikraum / Sporthalle

Immer mehr Kinder im Grundschulalter fallen durch ihr unbeherrschtes bzw. aggressives Verhalten auf. Diese Stunde soll verdeutlichen, dass Aggressivität normal ist und zum Leben gehört. Hier wird der „Kampf“ und das „Kräftemessen“ unter Beachtung bestimmter Regeln legitimiert.

Mai 2005

---

[Glaube versetzt Berge](#) Kindern Hilfe zur Selbsthilfe geben

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder von 8 bis 12 Jahren, die bereits Vorerfahrungen mit Stationen zur Förderung des Gleichgewichts haben, die Selbstinstruktion (siehe Erklärung unter Vorbemerkungen/ Ziele) bereits kennen, **Ort:** Sporthalle

Der Glaube an das eigene Können ist wichtiges Fundament eines positiven Selbstkonzeptes. Wie können Übungsleiter/innen Kinder darin stärken, Mut zu haben („Ich probiere es“) oder Ausdauer zu zeigen („Ich probiere es weiter, wenn etwas nicht sofort gelingt“)? Die konkrete Zuversicht („Dies wird mir gelingen“) überwindet Berge.

Januar 2005

---

[Hallo, kleiner Eisbär - wir spielen mit deinen Freunden](#) Eine Bewegungsgeschichte frei nach den



**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder (2–4 Jahre) im Kleinkindalter mit Eltern, aber auch für Vorschulkinder geeignet, **Ort:** Turnhalle, Bewegungsraum

Welches Kind kennt nicht Lars, den Eisbären? Hier bekommen die Kinder die Gelegenheit, sich mit einer Geschichte von Lars und seinen Freunden in der Turnhalle spielerisch und phantasievoll auseinander zu setzen.

Juni 2004

---

[Den Wald in die Halle geholt](#) Komm, wir gehen in den Wald

**Zeit:** ca. 90 Minuten, wobei ca. 30 Minuten Aufbauzeit mit eingeplant ist, **TN:** Kinder im Alter von 3–6 Jahren, **Ort:** Hälfte einer Doppelturnhalle

Wenn das Wetter, die Jahreszeit oder die sechzigminütige Bewegungszeit im Verein es nicht möglich machen, mit Vorschulkindern in den Wald zu gehen, können Übungsleiter/innen doch versuchen, ihn als Erlebnis- und Bewegungsraum sinnlich erfahrbar zu machen und in die Sporthalle zu holen. Die Kinder können ihr Wissen über den Wald und ihre Phantasie in die Stunde mit einbringen.

Juli 2001

---

[Die Reise der Wassertropfen](#) Faszination Wasser in die Halle geholt!

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Kinder im Alter von 3–6 Jahren, **Ort:** Hälfte einer Doppelturnhalle

Wasser ist für Vorschulkinder ein Medium, mit dem sich herrlich spielen lässt. Es macht Kindern Spaß, sich mit und in Wasser zu beschäftigen. Die Reise der Wassertropfen versucht, die Faszination an Wasser in die Bewegungsstunde in der Halle zu übertragen.

Juni 2001

---

[Die Weihnachtsmänner auf dem Weg zur Erde](#) Eine weihnachtliche Bewegungsstunde zum Thema Klettern

**Zeit:** 90 Minuten, 30 Minuten sind für Auf- und Abbau geplant, **TN:** ca 15 Kinder von 4 bis 6 Jahren, **Ort:** Sporthalle

Die Zeit vor Weihnachten ist für Vorschulkinder eine Zeit großer Erwartungen. In der weihnachtlichen Bewegungsstunde wird an die bekannte Figur des Weihnachtsmannes angeknüpft, der mit seinem Schlitten vom Nordpol kommt, durch die Kamine in die Häuser gelangt und die dort Wohnenden beschenkt. Der Hauptschwerpunkt liegt im Bereich des Kletterns.

Dezember 2000

---

[Ein Besuch im Zoo](#) Erproben und Üben von Grundbewegungsformen

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Klein- und Vorschulkinder im Alter von 3–6 Jahren, **Ort:** Sporthalle

Die Beobachtung der gefährlichen Raubtiere, der mächtigen Elefanten und der klettergewandten Affen

bietet einen speziellen Reiz, der die Identifikation mit den Tieren herausfordert. Indem die Kinder das Verhalten der Zootiere imitieren, üben sie die Grundbewegungsformen wie z. B. rennen, springen, klettern, hangeln und sich winden.

April 2000

---

### Die BärenkinderFörderung des Gleichgewichts

**Zeit:** ca. 45–60 Minuten, **TN:** ca. 15 Kinder im Alter von 4–6 Jahren, **Ort:** Sporthalle/Turnhalle

Das Gleichgewicht ist an der Steuerung aller Bewegungen beteiligt und wichtige Grundlage für Bewegung, Spiel und Sport. Kinder mit einem gut entwickelten Gleichgewichtsgefühl können sich schnell auf Richtungsänderungen einstellen oder reagieren sicherer bei Drehbewegungen.

Mai 1998

---

### Katzen können Mäuse fangen

**Zeit:** ca. 45 Minuten, **TN:** Vorschulkinder im Alter von 4–6 Jahren, **Ort:** Sporthalle

Das Spiel kann nicht als gesonderter Lernbereich aufgefasst werden. Es ist Grundlage und Voraussetzung für die Verwirklichung aller Bildungsaufgaben am Kleinkind. In gleichem Maße wird die kognitive, emotionale und die motorische Entwicklung gefördert.

Januar 1993

---

### Geschichten aus dem MattenlandEs war einmal ein Mattenberg ...

**Zeit:** ca. 60 Minuten, **TN:** ca. 15-20 Vorschulkinder im Alter von 3–6 Jahren, **Ort:** Sporthalle

Das Gerät "Matte", das in der Regel nur zur Sicherung an Großgeräten oder als weiche Unterlage benutzt wird, soll den Kindern begreifbar gemacht werden. Im handelnden Umgang lernen die Kinder Eigenschaften und Handhabung der Matten kennen sowie ihre Nutzungsmöglichkeiten. Darüber hinaus erleben die Kinder beim Spielen mit den unhandlichen Matten, dass sie gemeinsam stark sind und die Matten bewegen können.

November 1991

---

### Erlebnisorientierter AufgabenspaziergangIn der Natur als Alternative zur Turnhalle

**Zeit:** ca. 60-120 Minuten, **TN:** ca. 15 Vorschulkinder im Alter von 4–6 Jahren, 2-3 Erwachsene als Betreuung, **Ort:** in der Natur

Im Gegensatz zu unseren weitgehenden sterilen Parks und zubetonierten Innenstädten kann Wald als ein natürlicher Lebensraum noch direkte Naturerlebnisse für Kinder ermöglichen. Im Wald haben die Kinder die Möglichkeit, Natur ursprünglich zu begreifen, zu erfahren und mit all ihren Sinnen in sich aufzunehmen. Vielfältige Sinneserfahrungen sind sowohl wesentlich für die gesamte Persönlichkeitsentwicklung von Kindern als auch Voraussetzung für eine positive Beziehung zur Natur und damit Grundlage für ein späteres verantwortungsvolles Umweltbewusstsein.

Januar 1991

[Knall, Knall, Knall, wir fliegen jetzt ins All](#) Eine phantastische (Bewegungsbaustellen)Geschichte

**Zeit:** ca. 60 Minuten, **TN:** ca. 15 Kinder im Alter von 3–6 Jahren, **Ort:** Sporthalle/Turnhalle

Im Rahmen dieser Bewegungsbaustelle sollen die Kinder ihre eigenen Bewegungsvorstellungen umsetzen und durch den Umgang mit ihrem Körper, den Geräten und Materialien gemeinsam mit anderen Kindern entdeckend lernen.

Oktober 1989

---

### [Kleinkinder ab dem Laufalter](#)

Autor\*in: Isabelle Stenert, Nora Jaffan, Heike Blucha-Tillenkamp

Hier findet man abwechslungsreiche und interessante sowie praxiserprobte Stundenbeispiele zur Förderung der Bewegung bei Kleinkindern.

---

### [Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen](#)

Autor\*in: Beate Lehmann, Dr. Klaus Balster

Hier findet man eine Vielzahl von interessanten und praxiserprobten Stundenbeispielen zum Thema Kinder mit mangelnden Bewegungserfahrungen.

---