

# Netzwerk Miteinander Turnen

## Lektion Vorschulturnen (Fokus Miteinander Turnen)

Zeit: 60 Min.

|  |  |           |
|--|--|-----------|
| <b>Vorbereiten / Mitnehmen:</b><br>- Nuscheli/Tücher als Augenbinden   | <b>Wer</b><br>Leiter/in<br>und/oder<br>Eltern  |           |
| <b>Material vor Ort:</b><br>- Einwärmen: versch. Bälle z.B. Gymnastikball, Tennisball, weicher Ball, o.ä.<br>- Hauptteil: Pro Parcours: 2 Seile verknüpft, 1 kl. Matte, 1 Bänkli mit 8 Milchflaschen oder Kegel<br>Hilfsmittel: Bierdeckel<br>- Beschäftigung während Kommunikationsübung: Spiel für Kinder z.B. Puzzle oder Memory  |  |           |
| <b>Ziel:</b><br>- Sensibilisierung für beeinträchtigte Personen sowie Personen mit unterschiedlichen Sprachen.<br>Wie fühlt es sich an, wenn man eine Beeinträchtigung oder sprachliche Herausforderungen hat?   |  |           |
| <b>Üblicher Startteil</b>  |  |           |
| <b>Begrüssung + Vorstellen:</b><br>Erklären, dass es Menschen gibt, die mit Beeinträchtigungen leben. Dabei gibt es verschiedene Formen: Augenschwäche, körperliche Handicaps aber auch sprachliche Schwierigkeiten. Mitu möchte diese Menschen ins Vorschulturnen integrieren und diese Lektion widmet sich diesem Thema. Diese Übungen sollen ein wenig bewusst machen, auf was für Schwierigkeiten beeinträchtigte Personen stossen.      | Leiter/in  |           |
| <b>Aufwärmen:</b><br>Ball in Kreis geben.<br>- zuerst normal reihum geben (aufzeigen, dass das nicht schwierig ist)<br><br>- Alle geben den Ball mit nur einer Hand weiter, andere Hand hinter Rücken<br>- auf einem Bein stehen und Ball weitergeben<br><br>Mit Nuscheli Augenbinde machen:<br>- Kinder verbinden die Augen / Erwachsene sehen<br>- Erwachsene verbinden die Augen / Kinder sehen<br>- Bierdeckel einklemmen zwischen Knien | 1 Gymnastikbälle<br>1 Tennisball<br>1 weicher Ball<br><br><br><br><br><br><br><br>Nuscheli<br><br><br>Bierdeckel | Leiter/in |

|   |  |                                   |
|---|--|-----------------------------------|
| <p><b>Hauptteil:</b><br/>Mehrere Parcoursläufe über Hallenbreite aufstellen:</p> <p>2 verknüpfte Seile, kl. Matte für Purzelbaum, 4 Töggeli für Slalom, 2 Reifen mit Ball,<br/>8 Milchflaschen oder Kegel auf Bänkli um darauf zu zielen</p> <p>Muki-Paare durchlaufen den Parcours und zielen am Schluss mit Ball auf Milchflaschen. Die Erfahrung der verschiedenen Handicaps steht im Vordergrund, es geht nicht um Zeit.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Variante ohne Handicap (aufzeigen, dass dies nicht schwierig ist)</li> <li>2. Variante mit Handicap</li> <li>3. Variante mit Handicap</li> <li>4. Verkürzter Parcours: 2 Seile, kl. Matte, Töggeli und retour</li> <li>5. Gleiche Variante</li> <li>6. Gleiche Variante</li> </ol> | <p>Normal laufen</p> <p>1 Bierdeckel zwischen Knien klemmen</p> <p>Mit nur einem Auge zielen</p> <p>Kinder verbinden Auge, Erwachsene führen das Kind</p> <p>Erwachsene verbinden Augen, Kind führt Erwachsene</p> <p>1 Erwachsene leitet 1 andere Erwachsene mit Worten an (ohne Berühren), Kinder dürfen vorausgehen, zuschauen oder sich mit Spiel beschäftigen</p> | <p>Leiter/in</p>                  |
| <p><b>Kommunikationsübung: Gespräch mit sprachlichen Handicaps/Schwierigkeiten (5 Min)</b><br/><i>Kinder mit einem Spiel z.B. Puzzle, Memory, etc. beschäftigen</i></p> <p>Je 2 Erwachsene stellen sich verschiedene Fragen (über Essen, Arbeit, Familie, etc.) Diese Person, welche Antwort gibt, wartet immer 4 Sek. mit der Antwort. Danach wechseln.<br/><i>Reflektion miteinander: Wie fühlt man sich als Fragender? Was macht es mit sich selber? Was heisst das im Umgang mit Menschen mit sprachlichen Schwierigkeiten.</i></p>   |  | <p>Leiter/in</p> <p>Leiter/in</p> |
| <p><b>Blindmassage (übrige Zeit)</b><br/>Kind darf sich hinlegen und schliesst die Augen, Mami massiert Kind mit geschlossenen Augen.</p>   |  | <p>Leiter/in</p>                  |
| <p><b>Üblicher Schlussteil Ritual</b></p>   |  |                                   |