
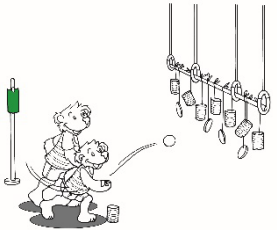
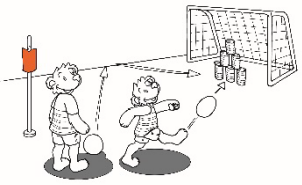
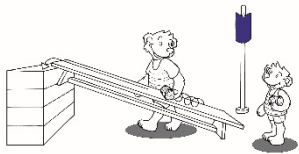
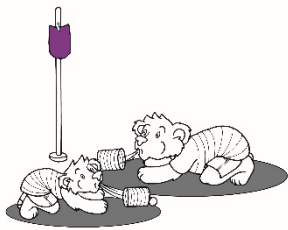
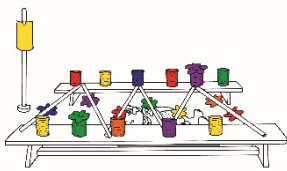
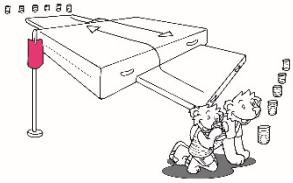
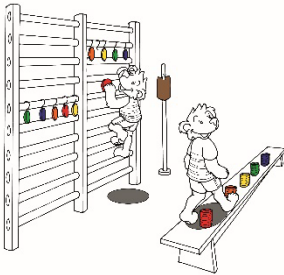


Lektionsblatt

Thema	Büchsen-Alarm	Datum	Januar 2022	
		Leiter/in	Turnverband Bern Mittelland	
Lektionsziel	Handgerät Büchsen anwenden	Material zum Mitnehmen: verschiedene Büchsen und Deckel, farbige Glocken, Angelrute/Schnur mit Magnet, 4 beidseitig geöffnete Dosen, Wattebäuschchen, Klebeband, farbige Blumen, Duftdosen, Kartonscheibe		
Ziel	Inhalt	Organisation / Skizze	Material	Zeit
Einleitung				
Konzentration Rhythmisierung	<p><u>Büchsen - Rhythmus ohne Worte</u></p> <p>Die Leiterin gibt verschiedene Rhythmen vor, die von allen übernommen werden. Diese werden je nach Können der Gruppe angepasst. Tempo, Lautstärke, eventuelle Richtungswechsel werden nach Möglichkeit eingebaut. Wichtig: ohne Worte!</p>	Stirnkreis	Pro TN 1 Büchse Alternative zu Büchse: Holzstäbe, in Hände oder auf Boden klatschen	15'
Physische Einstimmung Differenzierung	<p><u>Farbige Büchsen Stafette</u></p> <p>In jeder Hallenecke ist eine farbige Büchse. Die Gruppe teilt sich auf die vier Farben auf. In der Mitte befinden sich viele Dosen, unter denen Punkte in den 4 Farben kleben. Ziel der Stafette ist es, dass die Erw und Ki nacheinander eine Dose aufdecken, stimmt diese mit der eigenen Farbe überein, darf der Punkt mitgenommen werden. Wenn nicht, wird er wieder zugedeckt und das nächste Paar versucht sein Glück.</p>	Paralleler Betrieb	4 farbige große Dosen, Punkte in den 4 Farben, viele Dosen Alternative zu Büchsen: Becher, Pylonen	

<p>Hauptteil Unfallverhütung, Feinmotorik</p>	<p>Erw stellen den Stationsbetrieb auf. Ki ziehen die Schnurbüchse zu sich, indem sie die Schnur um das Holzstück wickeln</p>	<p>Stationsbetrieb</p>	<p>pro Ki 1 Schnurbüchse mit Holzstück</p>	<p>30'</p>
<p>Geschicklichkeit, visuelle Wahrnehmung</p>	<p>1. Magnetfischen (Posten rot) Ki und Erw versuchen abwechselnd die farbigen kleinen Glocken aus einer großen Büchse zu fischen. Die Übung kann mit unterschiedlichen Magneten erschwert werden</p>		<p>große Büchse, farbige kleine Glocken, Angelrute/Schnur mit Magnet</p>	
<p>Zielwurf</p>	<p>2. Büchsenknaller (Posten grün) Ki und Erw versuchen die am Trapez hängenden Büchsen und Deckel zu treffen. Variante: genannte Büchse / Deckel treffen, Abstand variieren</p>		<p>Ringe, Trapez, Tennisball verschiedene Büchsen / Deckel, Büchse als Abwurfpunkt</p>	
<p>Spaß, Turnen für Erwachsene</p>	<p>3. Büchsenfussball (Posten orange) Das Ki spielt Fussball mit dem Ziel, direkt im Tor möglichst viele der aufgestapelten Büchsen zu treffen. Die Erw spielen indirekt (Wand/Tor)</p>		<p>Unihockeytor, Büchsen (Alternative = Keulen), Indoorfussball</p>	

rollen	<p>4. Büchsenrecycling (Posten blau) Ki und Erw rollen abwechselnd eine Büchse über die LB in den geöffneten SK</p>		<p>geöffneter SK, Büchsen (Alternative = Bälle), LB</p>
pusten	<p>5. Durch die Büchse (Posten violett) Ki und Erw pusten durch verschieden große beidseitig geöffnete Büchsen Pingpong Bälle oder Wattebäuschchen</p>		<p>beidseitig geöffnete Dosen unterschiedlicher Größe, Pingpong Bälle, Wattebäuschchen</p>
schlüpfen, visuelle Wahrnehmung	<p>6. Büchsige Blumenpracht (Posten gelb) Ki schlüpft in Rückenlage unter dem Klebeband Zick-Zack hindurch, nimmt die vom Erw vorgesagten Blumen ab und legt sie dann in die richtige farbige Büchse auf der LB. Rollentausch</p>		<p>2 LB, Klebeband, farbige Blumen, je 1 farbige Dose (Alternative = farbige Blätter)</p>
olfaktorische Wahrnehmung taktile Wahrnehmung	<p>7. Duftende Büchsen (Posten pink) Ki und Erw riechen an einer der Duftbüchsen, überqueren nach eigener Idee die Mattenbahn und versuchen den Duft in den Dosen gegenüber zu erkennen. Variante: Bilder des Duftes unter die Büchse kleben. Variante 2: unter einem Tuch/in einer Tasche liegen Alltagsgegenstände, welche die Paare ertasten sollen.</p>		<p>Je 2 Duftdosen: z.B. Sternanis, Seife, Zwiebel, Mandarine, Tannenzweig, 2x 16er Matte, 1x 40er Matte Gabel, Legosteine, Waschlappen, Abwaschbürste, ...</p>

steigen, klettern, Farbe erkennen	8. Büchse und ihr Deckel (Posten braun) An der SPW sind auf 2 verschiedenen Höhen Deckel aufgehängt. Ki steht auf der LB und nennt die Farbe der 1. Büchse. Erw klettert die SPW hoch und bringt den richtigen Deckel zur Büchse. Das Ki steigt über die Büchse und nennt die nächste Farbe. Rollentausch		LB mit farbigen Büchsen darauf, Deckel an SPW gehängt Alternative zu Büchse/Deckel: farbige Tücher	
Unfallverhütung, Sicherheit Feinmotorik	Erw räumen den Stationsbetrieb auf. Ki üben nochmals, die Schnurbüchse zu sich zu ziehen		pro Ki 1 Schnurbüchse mit Holzstück	
Ausklang				
Spaß	<u>Tausendfüßler</u> Aufteilung in 3-4 Gruppen. Als Tausendfüßler (=Doppelkriechtier aus dem Schmidt S. 11) gilt es, die Strecke zwischen den 2 Büchsen zurückzulegen. Paare innerhalb der Gruppe starten nacheinander. Welche Gruppe ist am schnellsten?	Paralleler Betrieb	6-8 Büchsen/Pylonen oder Malstäbe	15'
	<u>Büchsen - Rhythmus ohne Worte</u>	Stirnkreis	Pro TN 1 Büchse	

Bemerkungen / Nachbearbeitung:

Postenwechsel beim Stationsbetrieb mit farbigem Bewegungswirbel (siehe unten)

In der Hallenmitte steht eine Kartonscheibe mit 8 farbigen kleinen Büchsen drauf. Am Büchsendeckel/-boden ist die Bewegung skizziert, welche auf dem Weg zum Posten ausgeführt wird. (Bsp. Posten pink, rückwärts auf den Zehenspitzen, etc.)

Anhang



Materialliste (zum Mitnehmen)

verschiedene Büchsen und Deckel, farbige Glocken, Angelrute/Schnur mit Magnet, 4 beidseitig geöffnete Dosen, Wattebäuschchen, Klebeband, farbige Blumen, Duftdosen, Kartonscheibe
Alternativen zu Büchsen stehen bei den Übungen

Weitere Notizen, Hallenskizze

Abkürzungen:

Ki = Kind/Kinder

Erw = erwachsene Bezugsperson

SK = Schwedenkasten

LB = Langbank

SPW = Sprossenwand