

# Turnvorbereitung

Thema: „Turnen mit Bierdeckeln“

Schwerpunkte

Durchführung

teilweise Schulung  
der Feinmotorik,  
Ausdauer

Förderung des  
Gleichgewichts

**a. Einleitung:**

- Erwärmende Übungen:

- Bierdeckel werden im Raum verteilt, Kinder bewegen sich in den Grundbewegungsarten zur Trommel, bei STOP sollen sie sich sofort auf einen Bierdeckel stellen.
- Kinder sollen immer zu ihrem Bierdeckel zurückfinden

**b. Hauptteil:**

- Musik läuft: Kinder laufen im Raum, wenn die Musik stoppt, sollen sie möglichst viele Bierdeckel berühren

- mit den Zehenspitzen
- mit den Fersen (Füße abwechseln)
- mit den Händen
- mit Händen und Füßen
- mit den Knien
- mit dem Gesäß...

bis die Musik wieder startet

- Bierdeckeltransport: Jeder nimmt sich seinen Bierdeckel und befördert ihn durch den Raum

- auf dem Kopf
- auf einem Oberschenkel
- auf den Händen
- auf dem Rücken
- einem Kind die Hand geben und gemeinsam durch den Raum gehen, den Bierdeckel auf dem Kopf

- Kinder bewegen sich paarweise:

- Bierdeckel zwischen die Schultern einklemmen
- zwischen den Rücken
- zwischen die Stirn...

- Jede Gruppe erhält noch einen Bierdeckel, so soll ein Weg gelegt werden, indem ein Kinder immer auf zwei Deckel draufsteigt, der dritte muß vom anderen Kind vorwärts befördert werden, Wechsel

evt. sollen die Paare im Wettlauf nebeneinander den Weg legen

- BIERDECKELSTAFFEL:

Gruppen bilden, Name verteilen

- Umkehrstaffel: befördern der Deckel auf verschiedene Arten: auf dem Kopf, mit einem Finger...
- Jedes Kind erhält einen Bierdeckel und soll ihn in einen aufgelegten Reifen legen, zum Schluß soll ein „Deckelturm“ entstehen
  - + beim nächsten Durchgang: Deckel einzeln wieder holen

c. **Ausklang:**

- singen und spielen gemeinsam das Kreisspiel: Die Tiroler sind lustig