

Bewegungs-Module

__ Kinderleichtathletik

Einführung Kinderleichtathletik

Das Modul Kinderleichtathletik bietet die Möglichkeit der Bewegung im Freien. Ist dies aus organisatorischen Gründen nicht möglich, kann sie auch in einem geeigneten Raum in der Einrichtung durchgeführt werden.



Bewegungs-Modul – Einführung Kinderleichtathletik

Ziele	Inhalte	Organisation
Aufwärmen der Muskulatur, Gelenke, Sehnen und Bänder; Verletzungsprophylaxe; Motivation; Einstimmung auf das Thema	„Wäscheklammer-Fangspiel“	Jedes Kind bekommt drei Wäscheklammern, klemmt diese an sein T-Shirt; die Kinder stehlen sich gegenseitig die Klammern; Gewinner ist das Kind mit den meisten Klammern.
Spielerisches Erlernen unterschiedlicher Elemente der Leichtathletik	Weitsprung; Hochsprung	An zwei verschiedenen Stationen können die Kinder zusammen oder nacheinander üben; Weichbodenmatte; Ständer und Stäbe.
Demonstration des Erlernten vor der Gruppe; Ausklang der Stunde	Die Kinder führen sich gegenseitig die Ergebnisse der Stunde vor.	Die Kinder führen sich gegenseitig die Ergebnisse der Stunde vor.

Vertiefung Kinderleichtathletik



Bewegungs-Modul – Vertiefung Kinderleichtathletik

Ziele	Inhalte	Organisation
Aufwärmen der Muskulatur, Gelenke, Sehnen und Bänder; Verletzungsprophylaxe; Motivation; Einstimmung auf das Thema	„Wäscheklammer-Fangspiel“	Jedes Kind bekommt drei Wäscheklammern, klemmt diese an sein T-Shirt; die Kinder stellen sich gegenseitig die Klammern; Gewinner ist das Kind mit den meisten Klammern.
Spielerisches Erlernen unterschiedlicher Elemente der Leichtathletik	Ballweitwurf; Hürdenlauf mit Schuhkartons; Sprinten	An drei verschiedenen Stationen können die Kinder zusammen oder nacheinander üben; kleine Softbälle; Schuhkartons und Hütchen.
Demonstration des Erlernen vor der Gruppe; Ausklang der Stunde	Die Kinder führen sich gegenseitig die Ergebnisse der Stunde vor.	Die Kinder führen sich gegenseitig die Ergebnisse der Stunde vor.