



# Kinder erleben Bewegung, Parcoursgestaltung mit Phantasie

von  
Cristina Dörr, Claudia Kübler, Claudia Pfeiffer

VERLAG EUROPA-LEHRMITTEL · Nourney, Vollmer GmbH & Co. KG  
Düsselberger Straße 23 · 42781 Haan-Gruiten

**Europa-Nr.: 60068**

**Autorinnen**

Cristina Dörr  
Claudia Kübler  
Claudia Pfeiffer

Diplom-Gymnastiklehrerin und Pädagogin, Stuttgart  
staatlich anerkannte Sport- und Gymnastiklehrerin, Stuttgart  
Diplom-Betriebswirtin (BA), Wellnesstrainerin (IST), Stuttgart

**Verlagslektorat:**

Claudia Nühs, M.A.

**Grafik:**

Agathe Schmid-König, Technische Illustration und Gestaltung, 64668 Rimbach  
Zeichenbüro des Verlags Europa-Lehrmittel, Ostfildern

**Haftungshinweis:**

Alle Aufbauanleitungen wurden in der Praxis erprobt und sind ausreichend abgesichert.  
Die Durchführung erfolgt auf eigene Gefahr. Der Verlag und die Autorinnen übernehmen keine Haftung.

1. Auflage 2010

Druck 5 4 3 2 1

Alle Drucke derselben Auflage sind parallel einsetzbar, da sie bis auf die Behebung von Druckfehlern untereinander unverändert sind.

ISBN 978-3-8085-6006-8

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

© 2010 by VERLAG EUROPA-LEHRMITTEL, Nourney, Vollmer GmbH & Co. KG, 42781 Haan-Gruiten  
<http://www.europa-lehrmittel.de>

Umschlag: Braunwerbeagentur, 42477 Radevormwald

Satz: Punkt für Punkt GmbH · Mediendesign, 40237 Düsseldorf

Gesamtherstellung: Verlagsbuchbinderei Werner Berenbrock OHG, 42285 Wuppertal

# Inhalt

Einleitung .....	4
<b>1 Theorie zur Bewegungserziehung .....</b>	<b>5</b>
1.1 Motorische Basisfertigkeiten .....	7
<b>2 Altersgruppen .....</b>	<b>11</b>
2.1 Krabbel-Babbel-Kinder (0 Monate bis 3 Jahre) .....	11
2.2 Mini-Kinder (3 bis 6 Jahre) .....	12
<b>3 Regeln und Sicherheitshinweise .....</b>	<b>14</b>
3.1 Regeln im Umgang mit den Bewegungsparcours .....	14
3.2 Sicherheitshinweise und Sicherheitsvorkehrungen .....	15
3.3 Sicherungsknoten .....	15
3.3.1 Palstek .....	16
3.3.2 Rundtörn mit zwei halben Schlägen .....	16
3.3.3 Kreuzknoten .....	16
3.3.4 Einfache Schlaufe .....	16
<b>4 Organisation und Durchführung .....</b>	<b>17</b>
4.1 Stundenplanung .....	17
4.2 Hallenplanung .....	17
4.3 Geräteeinsatz .....	18
<b>5 Rahmenprogramm .....</b>	<b>20</b>
5.1 Kleine Spiele und Bewegungslieder zu Beginn .....	22
5.2 Kleine Spiele und Bewegungslieder zum Schluss .....	22
Nachworte .....	24
Zu den Autorinnen .....	29
Danksagung .....	30
Literaturhinweise .....	31
<b>B Praxis</b>	
1 Knoten	
2 Krabbel-Babbel-Kinder	
3 Mini-Kinder	
4 Kindergarten-Kinder	
5 Barren	

## Einleitung

Der Bewegungsraum für Kinder wird seit Jahren kleiner und der Bewegungswille der Kinder nimmt immer mehr ab. Auch Erwachsene als Vorbilder leben meist ein bewegungsarmes Leben vor. Es kommt zu einem zivilisationsbedingten Bewegungsmangel. Dabei ist Bewegung ein elementarer Bestandteil der kindlichen Entwicklung. Die Bewegungserziehung sollte daher ein Medium der Entwicklungsförderung in Kindereinrichtungen und Kindersportschulen sein.

Dieses Buch richtet sich an Sportlehrerinnen und Sportlehrer, Übungsleiterinnen und Übungsleiter sowie Erzieherinnen und Erzieher und natürlich auch an Eltern. Ihnen wird gezeigt, wie selbst auf kleinem Raum, mit wenigen Geräten, die Kinder zur entwicklungsnotwendigen Bewegung geführt werden. Da in der Regel mehr Frauen als Männer in diesem Bereich arbeiten, wird hier der Überbegriff Kursleiterin verwendet. Damit sollen jedoch alle oben genannten Personen angesprochen werden.

Die dargestellten Bewegungslandschaften wurden in Kindersportschulen und Kindergärten aufgebaut und mit Kindern geturnt. Da die Begeisterung der Kinder und deren Eltern sehr groß ist, haben wir uns entschlossen, dieses Praxisbuch mit Kartensammlung zu schreiben. Das Buch orientiert sich an den Bedürfnissen der Kinder und soll ein Leitfaden für die Arbeit mit Kindern sein.

Im theoretischen Teil wird auf die wichtigsten Punkte für den Sportunterricht mit Kindern eingegangen. Eine entsprechende sozial- oder sportpädagogische Ausbildung sollte Grundlage für die Kursleiterin sein. Der praktische Teil besteht aus Karten mit Aufbauplan, Gerätelisten und Hinweisen, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten jeweils gefördert werden. Die Karten sind unterteilt in die Gruppen der Krabbel-Babbel-Kinder im Alter zwischen 10 Monaten und 3 Jahren und Mini-Kinder im Alter zwischen 3 und 6 Jahren. Die Karten für Kindergarten-Kinder werden separat aufgeführt, da in Kindergärten meist weniger Geräte und begrenzter Raum zur Verfügung stehen. Außerdem gibt es eine genaue Anleitung für den Gebrauch von Knoten. Ein gesondertes Thema sind Aufbauten mit dem Barren, da dieser sehr vielfältig eingesetzt werden kann.

Wir hoffen, Sie erhalten mit dieser Kartensammlung viele Anregungen für die Ausbildung der motorischen Grundfertigkeiten bei Kindern und Ihren Sportunterricht.