



Alter: ab 5 Jahren

ÜBUNGSSTUNDE DES MONATS: AUGUST

Ab in den Dschungel

AUFWÄRMEN:

Spielablauf:

Die Kinder stehen auf einer Hallenseite. Die Übungsleitung steht als Dschungelwächter auf der gegenüberliegenden Seite. Die Kinder rufen gemeinsam: „Dschungel, Dschungel, welche Tiere kommen heute?“ Der Dschungelwächter antwortet mit einem Tier. Die Kinder müssen sich nun wie dieses Tier zur anderen Hallenseite bewegen.

Beispiele:

- Affen → auf allen Vieren laufen oder hüpfend bewegen
- Schlangen → kriechen oder schlängeln
- Frösche → Froschsprünge
- Papageien → mit ausgebreiteten Armen fliegen
- Kängurus → beidbeinig hüpfen
- Krebse → im Krebsgang laufen

Erreichen die Kinder die andere Hallenseite, beginnt die nächste Runde. Wer gefangen wird, wird auch zum Dschungelwächter.

HAUPTTEIL:

Station 1: Hängebrücke

Material: Am Barren werden Seile befestigt und eine Bank dient als Brückenaufstieg.

Aufgabe:

Die Kinder balancieren vorsichtig über die Seilbrücke und halten sich am Barren fest.

Station 2: Dicker Baumstamm

Material: Eingerollter Bodenläufer, kleine Kästen vorne und hinten zur Stabilisierung, Turnmatten seitlich als Sicherung

Aufgabe:

Die Kinder balancieren langsam über den Baumstamm.

Variation:

Mit ausgestreckten Armen oder mit einem Sandsäckchen auf dem Kopf.

Station 3: Lianenschwingen

Material: Ringe oder Taue, Weichbodenmatte darunter

Aufgabe:

Die Kinder schwingen von einer Seite zur anderen.



Station 4: Kokosnüsse einsammeln

Material: Reckanlage, Weichbodenmatte, Tennisbälle, Tasche an der Reckstange

Aufgabe:

Die Kinder hängen im Schweinebaumeln an der Reckstange.

Sie sammeln nacheinander die Tennisbälle auf und legen sie durch Aufrichten des Oberkörpers in die Tasche.

Variation:

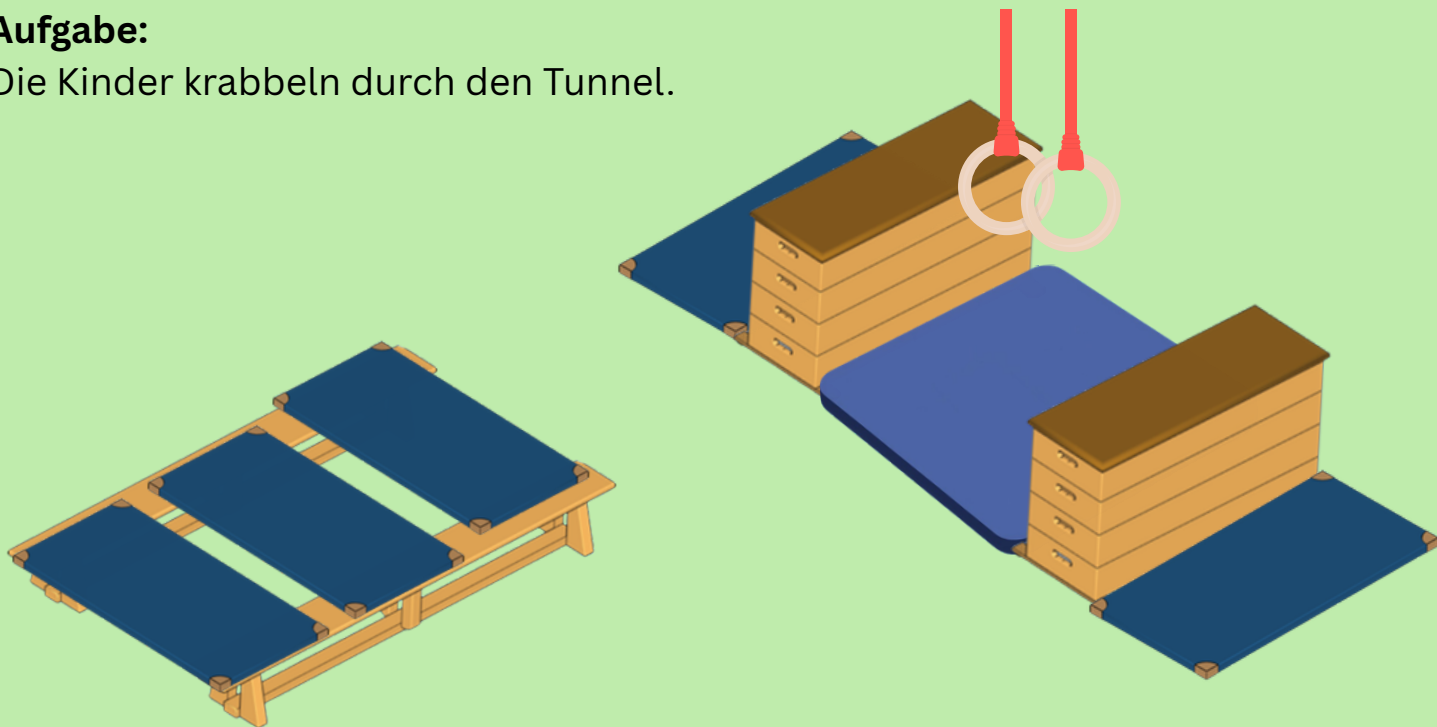
Mehrere Taschen in unterschiedlichen Höhen.

Station 5: Schlangentunnel

Material: Zwei Bänke nebeneinander, Matten darüber

Aufgabe:

Die Kinder krabbeln durch den Tunnel.



ABSCHLUSSSPIEL: DER SCHLAFENDE TIGER

Material: Turnmatten

Spielablauf:

Ein Kind ist der Tiger und schläft auf einer Matte.

Die anderen Kinder schleichen leise vorbei.

Bewegt sich der Tiger oder ruft die Übungsleitung „Der Tiger wacht auf!“, laufen alle schnell auf eine sichere Insel (Matte).

Autorin: Sina Alker