



## Zielgruppe

sind Jungen und Mädchen im Alter von 4 – 6 Jahren. Dabei erobern die Kinder erstmals ohne Eltern die Turnhallen.

## Ziele unserer Turnstunden

Mit dem Ziel „**Bewegen**“ steht die motorische Grundlagenausbildung sowie der damit verbundene Gesundheitsaspekt ganz klar im Mittelpunkt des Vorschulturnens. Körperliche Tätigkeiten wie rollen, stützen, wälzen, drücken, stoßen, hängen, schwingen, gehen, laufen, hüpfen, springen, balancieren, ... werden erlernt und bilden die Basis für den Erwerb sportmotorischer Fähigkeiten und sportartspezifischer Fertigkeiten. Sie sollen dazu beitragen, die natürliche Bewegungsfreude der Kinder zu erhalten.

Mit dem Ziel „**Erleben**“ verfolgen wir die Bereitstellung vielfältiger Möglichkeiten in der Entwicklung der Persönlichkeit. Über einen erlebnisorientierten Umgang mit der Bewegung können Ängste überwunden und Mut ausgeprägt werden. Kinder erfahren sich und ihren Körper und gewinnen einerseits Körperbewusstsein sowie andererseits Sicherheitsgefühl und Geborgenheit in einer Gruppe.

Unter dem Motto „**Mitmachen**“ steht der Gemeinschaftsaspekt im Vordergrund. Die Kinder können soziale Erfahrungen untereinander machen. Im Vorschulturnen gestalten, leben und erleben Kinder gemeinsam – ein wichtiger Schritt zur Erlangung von Sozialkompetenz. Respektiert wird allerdings auch die (zeitweilige) Entscheidung des Kindes, einmal nicht mitzumachen, sondern lieber zuzuschauen.

Von besonderer Wichtigkeit ist auch das „**Spielen**“: Spaß an der Bewegung, Freude gewinnen durch gemeinsame Aktionen, Motivation für ein lebenslanges Bewegen einerseits, andererseits aber auch das Lernen von Regeln im Miteinander und Gegeneinander

Der Begriff „**Üben**“ steht für das Ausprobieren und stetige freiwillige Wiederholen von Körpererfahrungen. Grenzen erfahren, Aufgaben kontinuierlich bewältigen, etwas leisten können, sich mit anderen vergleichen, sich nachhaltig für eine Sache engagieren, all das kann im Vorschulturnen erfahrbar werden.

Am Ende dieser Kette von Erlebnissen und Erfahrungen steht das „**Können**“ von einzelnen Fertigkeiten, die das Vorschulturnen ausmachen. Vorschulturnen trägt dazu bei, ein positives Selbstkonzept zu entwickeln.

## **Ablauf unserer Turnstunden**

Das Vorschulturnen beginnt bei der ersten Gruppe um 16:00 Uhr und bei der zweiten Gruppe um 17:00Uhr.

Zunächst wird ein gemeinsames Spiel gespielt oder ein Tanz durchgeführt, dies dient zur thematischen Einstimmung und Erwärmung.

Im Anschluss wird zum Hallenaufbau eine Bewegungsgeschichte erzählt. Die Kinder haben dann freie Spielzeit mit Anleitung an den Geräten.

In der Mitte der Kinderturnstunde findet jeweils eine gemeinsam Trinkpause statt.

Ein Regelspiel und ein Entspannungsangebot schließen die Stunde ab.

## **An-/Abmeldung der Kinder**

Die erfreulicherweise große Nachfrage am Vorschulturnen erfordert eine strikte Einhaltung der Altersgrenzen von 4-6 Jahren.

Bei Neuanmeldungen bitten wir darum, dass ein Schnuppertermin mit der Übungsleiterin Sabrina Schumacher per Mail ausgemacht wird.