



Der Ablauf „Turnen Tanzen Toben 2+“

1) ANKOMMEN

- Das Kind kommt mit der Begleitperson in den Turnsaal. Meistens wird die Zeit des Wartens auf die anderen Kinder dafür genutzt die Socken noch auszuziehen, durch den Turnsaal zu laufen, mit anderen Kindern Kontakt aufzunehmen.
- Nimm eine Trinkflasche für dein Kind mit in den Turnsaal, die Jause bleibt in der Garderobe und wird auch bei Bedarf dort verzehrt.
- Die Kleidung deines Kindes ist bequem und nicht einengend, auch nicht zu warm.
- Optimalerweise turnt dein Kind **barfuß**, das hat mehrere Gründe:
 - *Beweglichkeit des Fußes beim Klettern und Turnen ist wichtig für die Stabilität*
 - *Rutschgefahr ist barfuß am geringsten*
 - *es fordert die Fußmuskulatur auf, sich entsprechend zu entwickeln und den Fuß richtig zu „halten“
Feste Schuhe verhindern dies!*
 - *Es regt die Reflexzonen an*
 - *die Empfindsamkeit und Aufmerksamkeit des Kindes im Fuß wird gestärkt*
 - *Kräftige Muskeln aber auch ausreichend trainierte Sensorik im Fuß fördert die gesamte Haltung*

2) BEGINN

- Die Trainerin lädt euch ein, in den Kreis zu kommen und wir singen gemeinsam unser Begrüßungslied.

3) ERSTE BEWEGUNGSPHASE

- Anschließend wird den Kindern Kleinmaterial (Bälle, Seile, Tücher, Reissäckchen Ringe, Reifen, Faszienrollen, Zeitungspapier, Klopapierrollen,...) zum Entdecken, Erforschen, Experimentieren angeboten. Wenn dein Kind dich zum gemeinsamen Spiel einlädt, spiele mit, sonst beobachte es nur. (Mitspielen! Nicht deine Ideen vorgeben)

4) ZWEITE BEWEGUNGSPHASE

- Während dieser Zeit beginnt die Trainerin mit dem Aufbau der Geräte. Verweile mit deinem Kind noch weiter beim Kleinmaterial, es ist nicht notwendig, dass du aufspringst und zum ersten aufgebauten Gerät eilst. Warte, bis dein Kind sich dafür entscheidet.
- Achte darauf, dass du mit deiner Aufmerksamkeit bei deinem Kind und dem Geschehen in der Gruppe bleibst. Nur so hast du die Möglichkeit helfend einzugreifen, falls dein Kind dich braucht. Außerdem bietet dir diese beobachtende Haltung die Möglichkeit, einmal hinzuschauen, was du eventuell deinem Kind alles abnimmst, weil wir als Erwachsenen oft viel zu schnell sind mit unserem Denken, oder auch mit Erklärungen, wie scheinbar „etwas richtig geht“.
- Gewähre deinem Kind auch die Zeit, Bewegungsabläufe immer wieder zu wiederholen, oder auch das gleiche Turngerät immer wieder zu benutzen.
- An den unterschiedlichen Turngeräten ist **überholen, quereinsteigen,... erlaubt! Es gibt keine „richtige Richtung“, keine „richtige Art etwas zu tun“!** Vielleicht muss ich mein Kind manchmal bremsen, weil es scheinbar andere in ihrer Bewegungsart behindert. Das Kind darf sehen, dass seine gewählte Fortbewegungsart nicht machbar ist, aber später möglicherweise die Bahn frei ist...
- **Bitte hebe dein Kind nirgendwo hinauf!!**
Hilfestellung ist erwünscht, sofern dein Kind das wirklich benötigt, in optimaler Weise mit dem Anbieten der Schulter.



-
- Unsere „**Vorbereitete Umgebung**“ im Turnsaal ist ein „**Forschungsfeld**“! Bemühen wir uns, als Erwachsene, von der Erwartung, wie das Kind zu reagieren hat, was es tun soll, wie es sich verhalten müsste, zu lösen.

**Lass Dich inspirieren von den Möglichkeiten, die Kinder
(noch) sehen!**

5) ABSCHUSS

- Die Trainerin lädt euch wieder ein, in den Kreis zu kommen. Manchmal tanzen oder spielen wir noch etwas, dann endet die Stunde mit dem Abschluslied.



Der Purzelbaum

- Ein Exkurs, weil wir immer wieder darauf angesprochen werden:
-
- Der Purzelbaum ist ein wichtiges Bewegungselement, das Kinder von ganz alleine lernen, wenn ihr Körper und ihre Gehirnentwicklung bereit dazu sind.
- **ACHTUNG:** der Kopf ist bei Kindern im Verhältnis noch viel größer als bei Erwachsenen: bei Neugeborenen ca. 1/4 der Körpergröße, bei Erwachsenen nur noch ca. 1/8!
- Wenn der Kopf im Verhältnis zu groß ist, wirken beim Purzelbaum zu starke Kräfte auf den Nacken (die Halswirbelsäule)! Daher: **Purzelbaum ERST AB 3 JAHREN!!!!**

