

Bewegungsgeschichte Turnabzeichen



Das Bärenkind

Es war einmal ein kleines Bärenkind, das wollte sich ganz viel bewegen. Seine Mama hat ihm darum erzählt, dass die Kinder beim TSV auch zu Hause Sport machen können, wenn sie alles aus den Videos nachmachen, die die Sportlehrer gedreht haben. Das kleine Bärenkind hat sich die Videos angeschaut, aber das war ihm alles viel zu schwierig.

Es ist dann traurig in der Gegend rumgelaufen und hat dabei einen kleinen Jungen getroffen. Der kleine Junge wollte wissen, warum das Bärenkind so traurig ist. Da hat das Bärenkind von den großen Kindern und dem Turnabzeichen erzählt. Der kleine Junge hat dem Bärenkind sofort vorgeschlagen, dass sie ja zusammen leichtere Sachen ausprobieren und machen können.

Der kleine Junge erzählt dem Bärenkind, dass man sich erst warm machen muss, denn das hat er bei seiner großen Schwester gesehen.

Also laufen die beiden los. Das kannst auch du. Lauf zweimal durch die ganze Wohnung in jedes Zimmer ... ins Schlafzimmer ... ins Bad ... ins Kinderzimmer ... in die Küche und ins Wohnzimmer.

Das Bärenkind und der kleine Junge schütteln sich jetzt die Arme und Beine aus und laufen dann noch einmal auf der Stelle.

Der kleine Junge zeigt dem Bärenkind nun, wie man wie ein Baumstamm rollen kann. Dafür legt sich der kleine Junge auf den Rücken, macht die Beine ganz lang und streckt die Arme über den Kopf. Dabei macht er sich steif wie ein Brett und rollt vom Rücken auf den Bauch, auf den Rücken, auf den Bauch bis das



Zimmer zu Ende ist. Mach mit! Das Bärenkind macht dies sofort nach und hat genauso viel Spaß wie der kleine Junge. Du auch?

Danach legt sich der kleine Junge wieder auf den Rücken und umklammert seine Beine. Jetzt ist der Rücken ganz rund und er kann auf dem Rücken hin und herschaukeln. Das Bärenkind versucht es auch und findet das ganz schön schwierig.

Das Bärenkind und der kleine Junge stehen wieder auf und hüpfen wie Frösche durch das Zimmer. Kannst du auch schon hüpfen?

Jetzt möchten die Beiden aber erst einmal mit einem Ball spielen. Sie nehmen den Ball und werfen ihn ein Stück weg. Dann werfen sie sich den Ball gegenseitig zu, das klappt aber noch nicht immer. Kannst du den Ball zu Mama oder Papa werfen?

Der kleine Junge erzählt dem Bärenkind, dass die großen Kinder den Ball im Slalom rollen. Der kleine Junge überlegt ein bisschen und rollt dann den Ball um das Bärenkind. Roll du den Ball doch mal um einen Stuhl rum.

Den Ball ein Stück schießen, das schaffen der kleine Junge und das Bärenkind schon richtig gut.

Aber wie soll das mit dem Balancieren gehen? Der kleine Junge holt bei seiner Schwester ein Seil und legt es auf den Boden. Dann geht er mit einem Fuß auf das Seil und freut sich, dass er es schafft mit dem Fuß die ganze Zeit auf dem Seil zu bleiben. Dem Bärenkind fällt das noch ziemlich schwer, aber ein Stück bekommt es das schließlich doch hin. Kannst du ein Stück mit einem Bein auf einem Seil oder einem Handtuch bleiben?

Nun versuchen das Bärenkind und der kleine Junge ein Stück auf dem Seil zu gehen und sich dann mit dem Popo auf das Seil zu setzen.



Beim ersten Mal sitzen sie glatt daneben, aber beim zweiten Mal geht es schon besser. Los, das schaffst du auch.

Das kleine Bärenkind gähnt ganz laut, denn es ist von dem ganzen Sport schon ziemlich müde geworden. Es rollt sich auf dem Boden ein und der kleine Junge streichelt es, bis es eingeschlafen ist.

Bist du auch müde, dann mach es dir irgendwo gemütlich und ruhe dich ein bisschen aus. Nach so viel Sport darf das sein. Vielleicht magst du ja in ein paar Tagen noch einmal üben. Dann kannst du bestimmt bald so gut turnen wie die Großen.