

# Kindergarten Kids in Bewegung – Kooperation Tennisclub und Kindergarten Heusweiler

Stunder

15.05.2017

Übungsleiter: Christian Brossette

Schwerpunktthema der Stunde:

Koordination  
Schnelligkeit  
Geschicklichkeit  
Reaktionsfähigkeit

Zielgruppe 4-6 Jahre  
Anzahl Kinder: 7

## Einleitung

Zeit	Bewegungsaufgaben	Material Bemerkungen	Ziel
5 min	3 Runden Einlaufen		Aufwärmprogramm
10 min	<u>Bälle übers Netz werfen</u> : 2 Mannschaften, Bällen werden auf beiden Platzhälften verteilt, Die Mannschaft mit den wenigsten Bällen auf ihrer Seite hat gewonnen.	Bälle	- Koordination - Geschicklichkeit

Zeit	Bewegungsaufgaben	Material Bemerkungen	Ziel
15 min	Hüttchenwettlauf: die Kinder müssen mit dem Tennisschläger einen Ball eine 10 m lange Strecke rollen, werliches Team am schnellsten ist gewinnt	Tennisschläger, Hüttchen, Bälle	- Schnelligkeit - Koordination - Kondition
15 min	Stop Tanz: die Kinder tanzen auf Musik, sobald die Musik stoppt müssen die Kinder einfrieren und dürfen sich nicht mehr bewegen, wer sich noch bewegt obwohl die Musik stoppt fliegt raus	Musik	-Reaktion
15 min	verschiedene Übungen mit der Koordinationsleiter	Koordinationsleiter	- Koordination - Geschicklichkeit - Schnelligkeit

Zeit	Bewegungsaufgaben	Material Bemerkungen	Ziel
------	-------------------	----------------------	------

15 min	Spiel: Füße abschießen; die Kinder dürfen sich nur auf der T-Linie vom Tennisfeld bewegen und der Trainer versucht mit weichen Tennisbällen die Füße der Kinder zu treffen. Wer getroffen wird muss zum Zaun und wieder zurücklaufen und dabei immer 3 Bälle mitbringen	Weiche Tennisbälle, Schläger	-Schnelligkeit -Geschicklichkeit - Reaktionsfähigkeit
--------	---	------------------------------	---

Unterschrift Übungsleiter