

Kindergarten Kids in Bewegung – Kooperation Tennisclub und Kindergarten Heusweiler

Stunder

19.06.2017

Übungsleiter: Christian Brossette

Schwerpunktthema der Stunde:

Koordination
Schnelligkeit
Geschicklichkeit
Kondition

Zielgruppe 4-6 Jahre
Anzahl Kinder: 12

Einleitung

Zeit	Bewegungsaufgaben	Material Bemerkungen	Ziel
5 min	3 Runden Einlaufen		Aufwärmprogramm
10 min	Linienfangen. Fangspiel bei dem sich nur auf den weißen Linien des Tennisfeldes bewegt werden darf		- Ausdauer - Geschicklichkeit - Kondition

Zeit	Bewegungsaufgaben	Material Bemerkungen	Ziel
15 min	verschiedene Übungen mit der Koordinationsleiter	Koordinationsleiter	- Koordination - Geschicklichkeit - Schnelligkeit
15 min	Hüttchenwettlauf: die Kinder müssen mit dem Tennisschläger einen Ball eine 10 m lange Strecke rollen, welches Team am schnellsten ist gewinnt	Tennisschläger, Ball	- Schnelligkeit - Koordination -Kondition
15 min	Hüttchenwettlauf 2: die Kinder müssen mit dem Tennisschläger einen Ball eine 10 m lange Strecke auf dem Schläger balancieren ohne ihn fallen zu lassen, welches Team am schnellsten ist gewinnt	Tennisschläger, Ball	- Schnelligkeit - Koordination - Kondition

Zeit	Bewegungsaufgaben	Material Bemerkungen	Ziel
15 min	Bälle prellen und balancieren lassen	Tennisschläger, Ball	-Geschicklichkeit -Koordination

Unterschrift Übungsleiter