

Kinderturnen – sportliche Orientierung

Kinderturnen (ab 5 Jahren)

**Donnerstags von 16:15 bis 17:15 Uhr in der Sporthalle der Gesamtschule
– Haus der Jugend – Linnich Bendenweg**

Für Kinder von 5 bis 9 Jahren wird in der Donnerstagsgruppe eine qualifizierte Sportstunde betreut. Hier geht es bereits mehr um den Sport selbst und die Kinder dürfen mitentscheiden, was gemacht wird. Der Ablauf ähnelt dem der Kinderturngruppe am Dienstag, wobei hier schwierigere Übungen gemacht werden und auch gezielter am Muskelaufbau und der Beweglichkeit gearbeitet wird. Aber auch für diese Altersgruppe hat das ungezwungene Bewegen an allen Geräten oberste Priorität. In dieser Gruppe bleiben wir jedoch nicht nur beim Gerätturnen, auf Wunsch der Kinder finden immer wieder Stunden mit anderem Schwerpunkt statt. Dabei geht es dann z.B. im Spiel um Kooperation in der Gruppe, Raumwahrnehmung beim Ballspiel oder gezielte Übungen zur Körperhaltung und zum Gleichgewichtssinn.

Ab wann kann mein Kind mitmachen?

Diese Gruppe ist ab der Vorschule, spätestens mit der Einschulung wechseln die Kinder in diese Gruppe. Ein Einstieg, ohne vorher in der ersten Gruppe gewesen zu sein, ist aber auch jederzeit möglich. Bei Interesse könnt ihr euch bei Tamara Dickhaus melden und eine Schnupperstunde ausmachen.

Wie verläuft eine Stunde in der Gruppe?

Die Stunde startet im gemeinsamen Kreis. Zum Aufwärmen machen wir Bewegungsübungen oder Gemeinschaftsspiele. Danach machen wir mit dem jeweiligen Stundenthema weiter. Dabei helfen die Kinder beim Aufbau mit. Bei den Stunden liegt neben dem Sportlichen auch ein Fokus in der Mitbestimmung und Partizipation der Kinder. Der Abschluss der Stunde findet wieder im Kreis statt.

Die wichtigsten Regeln in der Gruppe sind:

- die Kinder dürfen alles mitmachen
- niemand soll etwas tun, wovon er/sie (noch) Angst hat
- Ziel ist es, dass die Eltern/Bezugsperson nicht bei der Stunde dabei sind
- die Kinder bestimmen die Stunde partizipativ mit

Interesse?

Alle Kinder der genannten Altersgruppen, die sich gerne ungezwungen bewegen wollen und dabei Kontakte zum Gerätturnen suchen, sind herzlich eingeladen nach Voranmeldung beim Training vorbeizuschauen.

Melde dich dazu bei Tamara Dickhaus unter +49 171 9308615.

Alternativ gibt es für 4-8-Jährige, die schon die Grundelemente des Gerätturnens erlernen möchten, freitags von 16:30 bis 18 Uhr eine Gerätturngruppe. Für diese Gruppe vereinbart bitte bei Stefanie Königs einen Termin zum Probetraining unter stefanie.koenigs@pol-tuslinnich.de oder 02464 9026144.