

KLEINE FRÖSCHE

ZIELE DER GESCHICHTE

Geschichten zuhören, verstehen, erzählen

Die Kinder lernen, dass Auslachen und Streiten die Stimmung in der Gruppe verderben können.
 Sie erfahren, dass manchmal die Großen etwas von den Kleinen lernen können.
 Sie erleben, dass gegenseitiges Streicheln gut tut und entspannt.

ZIELE DER ÜBUNGEN

Den eigenen Körper wahrnehmen und sich bewegen

Kräftigung der Füße und Beine; Aufrichtung des Körpers; Dehnung der Leisten; Schulung des Gleichgewichtes, der Konzentration und Aufmerksamkeit; Stärkung des Selbstbewusstseins

WERTE

Werte erfahren

Soziale Kompetenzen entwickeln

Mitgefühl, Freundlichkeit

MATERIAL

Matten

ÜBUNGEN

Übung: Frosch

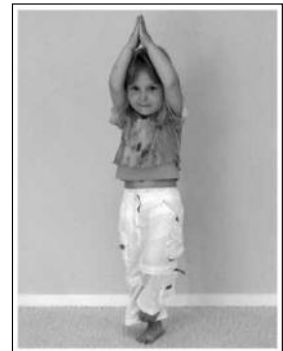
- Dehne in der Hocke die Knie nach außen. Lege die Hände vor der Brust aneinander.
- Dehne die Ellenbogen nach außen. Richte den Rücken auf.
- Strecke die Knie und auch die Arme bis die aneinandergelegten Hände über dem Kopf sind.
- Beuge Ellenbogen und Knie wieder und komme in die Hocke.
- Senke die Hände vor die Brust.
- Wechsle die Bewegungen einige Male ab.



Liegender Frosch

Liegender Frosch

- Setze dich auf deine Fersen.
- Dehne die Knie weit nach außen.
- Drücke deine Hände zwischen den Knien auf den Boden.
- Bewege den Oberkörper langsam nach vorn und strecke dabei die Arme nach vorn.



Baum

Übung: Baum

- Richte im aufrechten Stand die Augen auf einen Punkt.
- Verlagere das Gewicht des Körpers auf den linken Fuß.
- Stelle den rechten Fuß an die Innenseite des linken Beines.
- Dehne das Knie nach außen.
- Hebe die Arme und lege die Handflächen über dem Kopf aneinander.
- Mache die gleiche Übung auf dem anderen Bein.



Vogel

Übung: Vogel

- Breite im aufrechten Stand die Arme seitlich auf Schulterhöhe aus.
- Stelle dich dabei auf die Zehenspitzen.
- Bringe dann die Fußsohlen wieder zum Boden.
- Führe gleichzeitig die Arme auf Schulterhöhe nach vorn.
- Lege die Handflächen aneinander.
- Wechsle die Bewegungen einige Male ab.
- Töne dazu „A“ und „O“.

BEWEGUNGSGESCHICHTEN

DER TIGER

ZIELE DER GESCHICHTE

Die Kinder erfahren spielerisch, wie es ist, wenn sie etwas nicht können. Sie erleben, wie es sich anfühlt, wenn sie ausgelacht werden und wie schön es ist, Hilfe zu bekommen.

Die Kinder lernen, dass Auslachen entmutigend und unfreundlich ist. Sie erkennen, dass es glücklich macht, andere zu ermutigen.

ZIELE DER ÜBUNGEN

Den eigenen Körper wahrnehmen und sich bewegen

Streckung des ganzen Körpers; Förderung der Körperkoordination; Kräftigung der Beine; Schulung des Gleichgewichtes

WERTE

Werte erfahren

Hilfsbereitschaft, Freundlichkeit, Mut zusprechen

MATERIAL

Matte, grüne Bänder, weiches Tuch zum Streicheln

ÜBUNGEN

Übung: Tiger

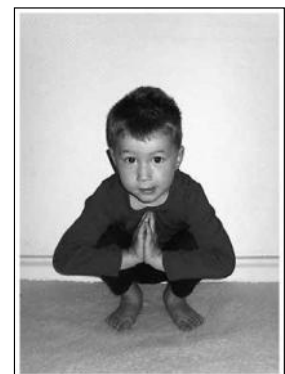
- Dehne im Vierfüßlerstand den linken Arm – in Verlängerung des Rumpfes – nach vorn und das rechte Bein – in Verlängerung des Rumpfes – nach hinten.
- Strecke dann den rechten Arm nach vorn und das linke Bein nach hinten. Sprache dazu: Der Ti-Ta-Tiger streckt sich immer wieder!



Tiger

Übung: Frosch

- Dehne in der Hocke die Knie nach außen.
- Lege die Hände vor der Brust aneinander.
- Dehne die Ellenbogen nach außen.
- Richte den Rücken auf.
- Strecke die Beine.
- Strecke die Arme, bis die aneinandergelegten Hände über dem Kopf sind.
- Beuge Ellenbogen und Knie wieder und komme in die Hocke.
- Senke die Hände vor die Brust.
- Wechsle die Bewegungen einige Male ab.



Frosch (Foto: Gabriela Großmann)

Übung: Sonne

- Grätsche im aufrechten Stand die Beine, hebe die Arme, in der diagonalen Weiterführung der Beine, nach oben.
- Spreize die Finger und hebe das Brustbein.



Sonne

DER FROSCH

ZIELE

Den eigenen Körper wahrnehmen und sich bewegen

Geschichten zuhören, verstehen, erzählen

Sprachförderung durch Singen und Bewegen; Kräftigung der Beine; Aufrichtung des Körpers; Dehnung der Leisten; Schulung des Gleichgewichts, der Konzentration und Aufmerksamkeit

MUSIK

Nach der Melodie „Alle meine Entchen“.

Die Kinder sitzen im Kreis.

Ein Kind beginnt das Spiel und geht als Frosch in die Kreismitte.

Alle singen oder sprechen.

ÜBUNGEN

Übung 1: Frosch

- Dehne in der Hocke die Knie nach außen.
- Lege die Hände vor der Brust aneinander.
- Dehne die Ellenbogen nach außen.
- Richte den Rücken auf.
- Strecke die Beine.
- Strecke die Arme, bis die aneinandergelegten Hände über dem Kopf sind.
- Beuge Ellenbogen und Knie wieder und komme in die Hocke.
- Senke die Hände vor die Brust.
- Wechsle die Bewegungen einige Male ab.

Ein Frosch sitzt auf der Wiese und quakt so schön, und quakt so schön, dann springt er in das Wasser, will schwimmen gehen.	Froschstellung Die Übung einige Male wiederholen. Einen großen Sprung machen. Mit den Armen Schwimmbewegungen ausführen.
Zwei Frösche auf der Wiese, quaken schön, quaken schön, dann springen sie ins Wasser, wollen schwimmen gehen.	Das Kind sucht ein weiteres Kind aus, nun sind zwei Frösche in der Kreismitte und führen die Haltung des Frosches aus. Die Übung wiederholen. Einen großen Sprung machen. Mit den Armen Schwimmbewegungen ausführen.
Vier Frösche auf der Wiese quaken schön, quaken schön, dann springen sie ins Wasser, wollen schwimmen gehen.	Jedes Kind sucht sich ein weiteres Kind aus dem Kreis aus und nun machen vier Kinder die Haltung des Frosches. Die Übung wiederholen. Einen großen Sprung machen. Mit den Armen Schwimmbewegungen ausführen.



ÜBUNGEN FÜR DEN MORGENKREIS