

Luftballonturnen

Vorbereitung:

- für jedes Kind einen aufgeblasenen Luftballon
- wasserfeste Filzstifte
- mehrere Seile oder ein Tau
- Langbank oder ähnliches
- Rekorder, Musikkassette

[1] Gespräch im Kreis

Für jedes Kind einen Luftballon.

Schneidersitz:

Was ist ein Luftballon?

Woraus besteht er?

Welche Eigenschaften hat er?

Wie muss man damit umgehen?

[2] Verschiedene Übungen ausprobieren

Dazu die Ideen der Kinder aufgreifen, z.B. Windmühle, hochwerfen und fangen, durch die Beine reichen, auf der Handfläche balancieren, durch den Luftballon einem anderen Kind etwas flüstern)

[3]

(Mit Musik) Luftballon am Knoten fassen (Luftballon ist die „Fahne“) und frei im Raum laufen, ohne andre zu berühren.

Varianten:

andere Kinder mit dem Luftballon

- a) am Po
- b) am Arm
- c) am Fuß (Vorsicht!) berühren

[4] Luftballondauerflug (mit Musik)

Jedes Kind muss seinen Luftballon nach oben (Richtung Decke) stupsen, der Ballon darf nicht den Boden berühren:

- a) mit der Hand
- b) mit dem Ellbogen
- c) mit der Nase
- d) mit dem Knie
- u.a.

Beim Ausschalten der Musik darf der Luftballon festgehalten werden.

[5] Luftballontransport

Jedes Kind muss versuchen, seinen Luftballon von der einen Seite des Raumes auf die andere Seite zu bringen:

- a) ohne ihn zu berühren (pusten)
- b) balancieren auf der Handfläche, ohne dass er zu Boden fällt
- c) mit dem Fuß - vorsichtig! (evtl. Hindernis einbauen, z.B. eine Langbank)

[6] Luftballontanz (mit Musik)

Kinder bilden Tanzpaare. Der Luftballon darf nicht zu Boden fallen!

Er wird gehalten:

- a) zwischen den Bäuchen
- b) zwischen den Köpfen
- c) zwischen den Rücken

[7] Wolkenspiele (mit Musik)

Die Kinder stehen im Raum verteilt - evtl. den Raum durch ein Tau als Kreis abgrenzen - und müssen die Wolken am Himmel „halten“, damit es nicht "regnet".

Erst wird ein Luftballon in die Gruppe gestupst, dann weitere (bis zu vier Stück)..

Es können auch zwei Mannschaften gebildet werden. Sieger ist die Mannschaft, welche die Wolken am längsten am Himmel hält.

[8] Wettspiel

Zwei Reihen bilden; Kinder stehen hintereinander, Luftballon weiterreichen:

- a) durch die Beine
- b) über den Kopf

Das letzte Kind läuft mit dem Luftballon nach vorne und bildet den Anfang der Reihe.

Welche Mannschaft gewinnt?

[9] Abschluss

Luftballons mit einem Gesicht bemalen, Kinder dürfen ihren Luftballon mit nach Hause nehmen

Hinweis:

Die Mannschaften können einen Namen bekommen, wie z.B. Apfel | Birne, Hund | Katze; Kasperl | Gretel, Punkt|Strich etc. So merken sich die Kinder schneller, zu welcher Mannschaft sie gehören. Evtl. kann man auch ein Symbol auf den Handrücken malen.