

Mini-Sportabzeichen Sachsen-Anhalt

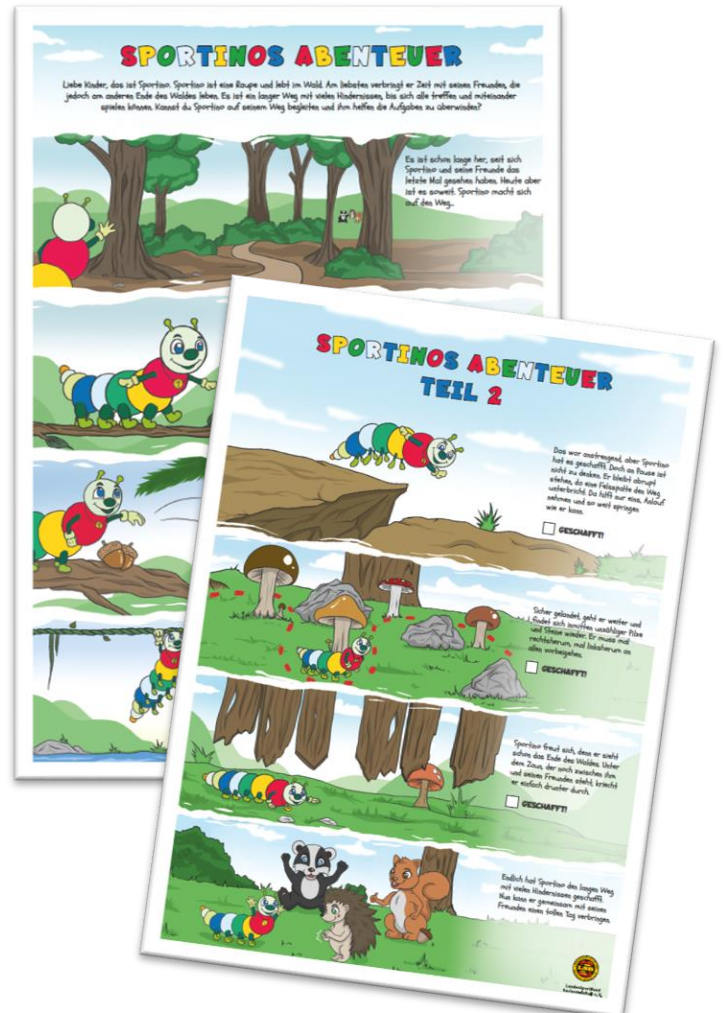


Aktiv sein von Kindesbeinen an, Spaß haben am Toben, Klettern, Spielen und alles freudvoll verpackt in eine Bewegungsgeschichte – das ist das Mini-Sportabzeichen Sachsen-Anhalt.

Die Materialien zum Mini-Sportabzeichen wurden für Übungsleiterinnen und Übungsleiter von Sportvereinen erstellt. Aber auch Kooperationen mit Kindergärten sind wünschenswert. Die Umsetzung des Mini-Sportabzeichens bietet sich sowohl für das wöchentliche Sportprogramm mit Kindergruppen als auch für größere Veranstaltungen an.

Wir begleiten in unserer Geschichte Sportino bei seinem Weg durch den Wald. Er möchte sich mit seinen Freunden treffen, die allerdings auf der anderen Seite des Waldes wohnen. Immer wieder stellen sich ihm Hindernisse in den Weg, die er überwinden muss. Wir können ihm dabei helfen.

Die Bewegungsgeschichte vereint spielerisch verschiedene Grundfertigkeiten wie Laufen, Balancieren oder Werfen, die jedes Kind im Laufe seiner Entwicklung erwirbt. Dabei können die Übungen in verschiedenen Varianten absolviert und auf den jeweiligen motorischen Entwicklungsstand der 3-6-jährigen Kinder angepasst werden. Zur Durchführung können Materialien verwendet werden, die jeweils vor Ort verfügbar sind.



Die Übungen

1. Balancieren, Laufen, Krabbeln

Material: Bank, Seil, Linie

Übung: vorwärts-, rückwärts-, seitwärtsgehen oder krabbeln

2. Werfen

Material: Ball, Bohnensäckchen, evtl. Kasten, Ring, Reifen, Behältnis

Übung: Weitwerfen oder Zielwerfen

3. Hangeln, Ziehen, Schwingen

Bei dieser Übung können die Kinder selbst kreativ werden und eine Lösung finden. Es gilt eine Strecke zu überwinden, ohne den Boden zu berühren.

Material: a) Ringe, abgehangtes Seil
b) Springseil, Rollbrett, Teppichfliese
c) Sprossenwand

Übung: a) Hangeln oder Schwingen an Ringen, Schwingen am Seil
b) Auf einem Rollbrett oder Teppichfliese sitzend zum Ziel ziehen
c) An einer Sprossenwand von einer Seite zur anderen Seite klettern

4. Springen, Hüpfen

Material: Materialien zur Abgrenzung von Start und Ziel wie z. B. Seile, Teppichfließen, Klebeband

Übung: beidbeinig, einbeinig springen

5. Laufen, Orientieren

Material: Hütchen, Bohnensäckchen, Hindernisstangen, Stühle etc.

Übung: im Slalom vorwärts oder rückwärts um die Gegenstände herumlaufen

6. Kriechen, Krabbeln, Rollen

Material: Kriechtunnel, Bank

Übung: unter oder durch Hindernisse durchkriechen

Alle Kinder erhalten nach den Übungen die Urkunde zum Mini-Sportabzeichen Sachsen-Anhalt.

Der LSB Sachsen-Anhalt wünscht Euch viel Freude mit Sportino und seinen Freunden!