



Erlebnisturnen

Die Idee des Erlebnisturnens entspringt dem Ziel nach individueller Förderung der körperlichen Entwicklung.

Alltagssituationen und Phantasiewelten werden mit seinen Herausforderungen ausprobiert und erforscht. Die Wahrnehmung der körperlichen und sozialen Erfahrungen stellen Anreize für weitere selbstbestimmte Bewegungsaktivitäten.

[Individuelle Förderung der körperlichen Entwicklung mit Erlebnisturnen \(pdf\)](#)

Grundlagen des Erlebnisturnens mit Stationskarten

Wichtige Voraussetzungen für das Gelingen einer Stunde mit Stationskarten sind feste Regeln, das sichere Transportieren der Geräte und Materialien, der Auf- und Abbau der Geräte, deutliche Vorlagen und klare Ansagen. Die Form der Bewegungsstationen muss mit den Kindern erarbeitet, besprochen und geübt werden.

[Grundlagen des Erlebnisturnens mit Stationskarten \(pdf\)](#)

Methodik

Die Handhabung der Stationskarten und die Organisation erfordert Übung und Gewöhnung. Bevor die Karten ausgehändigt werden, bespricht die Übungsleitung die einzelnen Stationen mit den Kindern. An dieser Stelle kann eine Spannung erzeugt werden, die die Kinder motivieren soll. Gibt es Geräte, die einer Erklärung hinsichtlich Aufbau und Handhabung bedürfen, werden diese auch in der Großgruppe vorab erläutert.

[Methodische Aspekte des Erlebnisturnens mit Stationskarten \(pdf\)](#)

Reflexion

Am Ende der Stunde kann anhand der Stationskarten eine Schlussbesprechung stattfinden. Die Kinder können so ihre Erlebnisse und Erfahrungen äußern und auf Schwierigkeiten eingehen. Sie können durchaus auch neue Bewegungsideen vorstellen.

Umsetzung

Bei der Umsetzung, mit Stationskarten zu arbeiten, ist es hilfreich, mit den Kindern Sportregeln aufzustellen und diese mit Hilfe eines Plakates gut sichtbar aufzuhängen. Die Kinder sollten diese Regeln auf dem Plakat unterschrieben, als Zeichen der Akzeptanz. So kann wenn nötig immer wieder auf dieses Regelwerk verwiesen werden.

[Umsetzung des Erlebnisturnens an Stationen \(pdf\)](#)

Sicherheitsmaßnahmen

Für den Auf- und Abbau der Stationen sind allgemeine und spezielle Sicherheitsmaßnahmen zu beachten, auf die die ÜL unbedingt zu achten hat.

[Sicherheitsmaßnahmen für das Erlebnisturnen \(pdf\)](#)
