

Kontaktloses Kinderturnen

Outdoor mit dem Zollstock

Rund um den Zollstock

Material Zollstöcke (geöffnet als Stab, als Kreis...)

Aufgabe Kinder legen Zollstöcke vor sich ab. Der Zollstock kann unterschiedliche Formen annehmen: ausgeklappt als langer Stab, Zickzack-Linie, zu einem Kreis geformt

Stab:

- Hasenhüpfer
- Pferdchensprünge
- Seitgalopp
- vw./rw. Über Metermaß springen
- etc.
- einbeinig
- beidbeinig
- über Zollstock balancieren (vorwärts, seitwärts, rückwärts)

Kreis:

- beidbeinig hinein- und herausspringen
- einbeinig hinein- und herausspringen
- über Kreise hinwegspringen
- Mit Händen im Kreis abstützen und mit den Füßen außen herumlaufen
- Mit Füßen im Kreis stehen und mit Händen außen herumlaufen
- Wechselsprünge (ein Fuß im Kreis, den anderen außerhalb)
- In Kreis hereinsteigen, Zollstock anheben und über den Kopf wieder vor sich ablegen
- über Metermaß balancieren

Weitsprung

Material Zollstock

Aufgabe Die Kinder legen den Zollstock ausgeklappt auf den Boden und stellen sich hinter dem Zollstock auf. Wie weit können die Kinder aus dem Stand springen?

- vorwärts
- rückwärts
- seitwärts
- einbeinig
- beidbeinig
- ...

Kontaktloses Kinderturnen

Outdoor mit dem Zollstock

Zollstockwettlauf

Material Zollstock pro Kind, für jedes Kind leichte und griffige Gegenstände zum Transport (kleines Kuscheltier, offene PET-Flasche, Papiertüte, Zeitung...)

Aufgabe Alle Kinder erhalten einen Zollstock und unterschiedliche Gegenstände. Diese müssen nun nacheinander mit dem Zollstock transportiert werden. (Aufgespießt, zu offenem Dreieck (Pinzette) geformt...). Anschließend werden die Gegenstände getauscht, bis jedes Kind jeden Gegenstand einmal transportiert hat.
Welches Kind ist in Summe das schnellste, und kann die meisten Läufe für sich entscheiden?
Liegen die gleichen Gegenstände vor, kann der Wettlauf auch direkt erfolgen.

Schätzen

Material Zollstock, pro Kind ein Gegenstand (Flasche, Kuscheltier, Schuh, etc.)

Aufgabe Die Gegenstände werden im Gelände platziert. Jedes Kind gibt einen Tipp zur Größe (Höhe, Breite, Länge) der Gegenstände ab. Anschließend darf jedes Kind zu einem vorher festgelegten Gegenstand laufen und die tatsächliche Größe mit dem Zollstock abmessen.

Balanceakt

Material mind. 4 Zollstock/Kind, PET-Flasche/Kind

Aufgabe Für jedes Kind werden Zollstock und Flasche einem gewissen Abstand voneinander aufgestellt. Die Kinder starten auf der Seite der Zollstöcke, auf Kommando greifen sie sich einen Meterstab, laufen auf die gegenüberliegende Seite zur Flasche und legen den Zollstock auf der Flasche ab. Liegt der Zollstock sicher, rennen die Kinder zurück, holen den nächsten Meterstab und platzieren diesen nun auf dem ersten, abgelegten Zollstock. Das Kind, das zuerst alle Zollstöcke gestapelt hat, hat gewonnen.
Die Länge des Zollstocks (ganz zusammengefaltet, halbiert, ganz aufgeklappt, nur eine Seite geöffnet...) kann verändert werden, was mehrere Durchgänge ermöglicht.