

# Jahresbericht 2014/2015

## Muki Turnen

Das tolle Angebot wird immer noch mit voller Begeisterung genutzt, was jedoch dazu führte, dass mir die Anzahl der Mitturner (26 Kinder) über den Kopf gewachsen ist.

Aus diesem Grund habe ich mich nach einer weiteren Leitperson umgesehen.

Dank der tollen Unterstützung vom TSVS konnten wir am 13.01.2015 mit einer weiteren Lektion MukiTurnen starten.

Die Dienstags Stunde wird von Luzi Vomstein geleitet, er ist Verheiratet und hat 3 Kinder.

Als gelernter Fitnesstrainer bringt er neue Ideen mit in die Turnstunde, was ich super interessant finde.

Vielen Dank an dieser Stelle dem TSVS für die Unterstützung und auch Luzi, dass er sich dieser Verpflichtung angenommen hat.

Trotz einigen Abgängen sind wir jetzt bei 23 Kindern (8 am Dienstag und 15 am Donnerstag). Jetzt geht's wider rund, alle Kinder haben wieder den nötig Platz um sich zu verwirklichen, ich kann wider in normaler Lautstärke kommunizieren und wir haben die Möglichkeit, mehrere Varianten in die Turnstunde einzubauen.

Mit dem neuen Konzept von Luzi, werden durch kurze und einfache Übungen sogar unsere Mamis fitter.

Da wir **ein** Muki Turnen anbieten, dass einfach an 2 verschiedenen Tagen ausgeführt wird, werden wir die Stunden identisch gestalten.

Der Grösste Teil einer Lektion besteht immer noch mit Geräte Posten, was die Kleinen super, super toll finden. Spielerisch werden Motorik, Balance, Kraft und auch das Sozialverhalten der Kinder gestärkt und gefördert. Man merkt sehr schnell, wie die Kinder von Stunde zu Stunde aufblühen und immer flinker und mutiger werden.

Letztens durften die Kinder ihre Bobbycars mitnehmen, wow was für ein Erlebnis. Und vor den Fasnachtsferien kamen alle im Kostüm und wir machten eine kleine Fasnachtsparty. Die Turnstunden sind jedoch nicht immer in der Halle, wir gehen auch in den Wald und erkunden alles mit unseren Füßen oder lassen uns blind durch den Wald führen.

Ich verpacke die Turnstunde meistens in ein Thema und dieses Thema zieht sich dann wie ein roter Faden durch die Turnstunde.

# Beispiel einer Turnstunde

## Die Reise zum Nordpol

Zum Aufwärmen ziehen wir uns warm an, was wir pantomimisch darstellen.

Dann steigen wir ins Flugzeug und fliegen los (alle strecken die Arme aus und sausen durch die Halle)

Auf dem Nordpol angekommen müssen wir über das Eis gehen. Teppichstücke sind dann unsere Eisschollen auf denen wir noch zu Fuss weiter gehen müssen, jedes Kind bekommt 2 Stück, auf einem steht man und das zweite wird vorne hingelegt, dann nimmt man das hintere Stück wieder usw. Achtung im Wasser schwimmt ein hungriger Eisbär (das wäre dann ich) der die Kinder fängt, wenn sie ins Wasser fallen.

Auf festem Eis angekommen wird geschlittelt, die Mamis ziehen ihre Kinder auf dem Teppich durch die Halle dann kommen wir zu einem Eisberg, Eisspalt, Frackteile, Eisschollen und einem Eiskanal ...

### Die Posten: (gemeinsames Aufbauen)

Eisberg: Hinauf klettern und runterspringen

(Grosse Matte an Kletterstangen, Seile zum hinaufklettern, dahinter auch eine Grosse Matte)

Eiskanal: Sprossenwand hochklettern und runterrutschen

(Bank an Sprossenwand)

Frackteile reiten: in das Kastenteil sitzen und schaukeln

(Kastenteil in die Ringe hängen)

Eisscholle: auf der Eisscholle balancieren

( blaue Matte auf kleine Bälle, rundum mit grünen einzäunen)

Eisspalt: sich von einer Kante auf die andere Schwingen, am besten noch den Fisch mit den Füßen mitnehmen.

(zwei Kastenoberteile rechts und links von einem Ringpaar stellen, Lapen (Fisch) auf die Kasten legen)

### Zum Abschluss

Schneeballschlacht mit Zeitungspapierkneul oder Ballons

Und schon ist die Stunde vorbei. Und alle freuen sich schon auf die nächste Muki Turnstunde

Zwei Wochen nach dem ich diesen Bericht geschrieben habe, hat sich Luzi aus beruflichen Gründen dazu entscheiden müssen, den Leitungsposten wider abzugeben.

Ich werde bis auf weiteres die zweite Turnstunde ebenfalls leiten.

Tanja Stoehr-Eichenberger