



TuS Sillenstede von 1865 e.V.

Parcours

Die Parcours - Gruppe gibt es nun schon seit Aug. 2021. Die ersten beiden Jahre hatten wir zwei Gruppen. Seid her ist es eine große Gruppe, mit insgesamt 50 Kindern, im Alter von 4-10 Jahre. Die Gruppe wird jeden Donnerstag von 17:00 - 18:00 Uhr in der Turnhalle Sillenstede, von drei Trainern betreut. Trainer sind Jocelyn Köditz, Karina Köditz und Lenya Martens, zusätzlich haben wir eine Ersatztrainerin, namens Susan Lacinski.

Wenn gegen 17:00 Uhr dann alle Kinder kommen, haben die die schon umgezogen sind eine „Freispielzeit“. Anschließend wenn alle umgezogen sind, wird das Lied „Wer hat an der Uhr gedreht?“ gespielt, so wissen die Kinder das wir uns gemeinsam in einem Kreis treffen. Nach dem Lied wird mit einer Anwesenheitsliste geschaut, wer alles da ist. Danach machen wir gemeinsam mit den Kindern eine Blitz-Umfrage, welches Bewegungs-Anfangsspiel wir gemeinsam spielen wollen. Außerdem entscheiden wir uns hier schon welches Abschlusspiel wir am Ende gemeinsam spielen wollen. Nach der Abstimmung spielen wir das Anfangsspiel. Im Anschluss gibt es eine kurze Trinkpause und dann dürfen die Kinder an den aufgebauten Parcours. Nach ca. 40 Minuten wird das Lied „Wer hat an der Uhr gedreht?“ wieder gespielt und wir treffen uns in einem Kreis. Wenn alle da sind, werden wir noch einmal kurz besprechen was wir spielen und (wenn nötig) bestimmte Spielfiguren vergeben. Anschließend spielen wir das Abschlusspiel. Wenn wir das Spiel beendet haben, nehmen wir uns alle an die Hände und stellen uns in einen Kreis auf. Die Turnstunde beenden wir mit einem lauten „und tschüss“ und rennen gemeinsam in die Kreismitte. Anschließend können die Kinder sich umziehen und danach gibt es für jeden einen Sticker.

STICKER: Die Kinder bekommen am Ende jeder Turnstunde einen Sticker für ihr Stickerheft. Nach 15 Stickern, also 15-mal da sein, gibt es eine Überraschung aus der Schatztruhe.

Im Jahr 2024 haben wir mit den Parcours Kids neben den „normalen“ Turnstunden, auch beim Frühjahrsputz in Sillenstede teilgenommen.



TuS Sillenstede von 1865 e.V.

Dort waren wir anschließend auch in der Zeitung. (Bild auf der nachfolgenden Seite)

Außerdem haben wir im Dezember 2024 eine Weihnachtsfeier mit Zaubershow in der Turnhalle veranstaltet. (Bilder dazu auf der nachfolgenden Seite)

Wie auch in den Jahren zuvor haben wir mit den Kids Fasching und Halloween gefeiert.



Parcours



In Jever reinigte das Graffitierteam die Wallanlagen. Sogar zwischen den Kopfsteinpflaster wurden Plastik und Zigarettenstummel herausgekratzt. BILD: HENNING KARASCH



Die Parcoursgruppe vom TuS Sillenstede hat ebenfalls tatkräftig mit angepackt. BILD: HENNING KARASCH



Frühjahrsputz 2024



TuS Sillenstede von 1865 e.V.



Zaubershow (Weihnachtsfeier)

Teens & funny Games

Das Turnen für die „großen“ gibt es seit Jan. 2025. Wir sind derzeit 17 Kinder, im Alter von 9-13 Jahre. Diese können sich jeden Donnerstag von 18:15 – 19:15 Uhr in der Turnhalle Sillenstede auspauern. Gemeinsam mit ihren Trainern Jocelyn Köditz und Joshuar Ralle gestalten sie jede Turnstunde unterschiedlich. Das bedeutet wir machen immer zwei Wochen Spiele und/oder „Wettbewerbe“ gemeinsam. Die dritte Woche ist dann immer eine Freispiel-Woche. In dieser so genannten Freispiel-Woche werden die großen aufgebauten Geräte vom Parcours nicht abgebaut und die Kinder können diese nutzen. In den beiden Wochen zwischen den Freispiel-Wochen werden wir verschiedene Bewegungsspiele spielen oder kleine Wettbewerbe (zwei Teams, gegeneinander antreten oder verschiedenes Aufbauen) veranstalten.

Eine Turnstunde beginnt damit das die Kinder sich alle in den Umkleiden umziehen und anschließend in die Turnhalle kommen. Wenn alle da sind, werden wir uns kurz in einem Kreis oder auf einer Bank treffen und die Anwesenheit zu kontrollieren. Anschließend besprechen wir kurz, was in der heutigen Turnstunde gemacht werden soll. (Meistens Stimmen wir gemeinsam ab) Im Anschluss spielen wir dann das ausgewählte Spiel oder die Kinder können ihre Freispiel-Stunde so nutzen wie sie mögen. Am Ende der Turnstunden setzen wir uns noch einmal gemeinsam hin und besprechen, was sie in der darauffolgenden Woche machen möchten. Dann dürfen die Kinder sich umziehen und die Stunde ist beendet.



TuS Sillenstede von 1865 e.V.

Teens & funny Games

von 2 bis 13 Jahre

Donnerstags 18:15-19:15 Uhr

Ab dem 09.01.2025 in der Sillensteder Turnhalle
Anmeldungen gerne ab sofort

Jocelyn Köditz
& Joshuar Ralle

Handy: 01578 9129396

Kunterbunter Kleinkindkreis

Das Turnen für die ganz Kleinen und ihre Eltern gibt es seit Sep. 2022. Jeden Freitag von 15:45 – 16:45 Uhr können die Kleinen im Alter von 1-4 Jahre mit Mama/Papa/Oma oder Opa sich richtig austoben. Als „Trainerin“ dabei ist Jocelyn Köditz.

Sie baut immer eine große Matteninsel auf, dort drauf sind dann Bällebad, Rutsche, Klettergerüste und Wippen. Zum Spielen und Fühlen werden bunte Tücher, Kirschkernkissen, große Bälle und Ringe auf und neben der Matteninsel verteilt. Um die große Matteninsel herum sind verschiedene Tunnel, Höhlen und Kletter- und Balanciermöglichkeiten aufgebaut, außerdem sind ein bis zwei Barfußpfade da.

In den unterschiedlichen Turnstunden gibt es dann abwechselnd Ringe (von der Hallendecke), Klettertaue oder auch große Wippen aus umgedrehten Bänken und großen Matten.

Die Turnstunden sind vom Aufbau her leicht gestaltet. Zu Beginn können zuerst alle ankommen, anschließend treffen wir uns in einem Kreis (Buntes großes Tuch und Yogamatten (zum Sitzen)). Dort singen wir am Anfang „Hallo, Hallo, schön, dass du da bist“ und am



TuS Sillenstede von 1865 e.V.

Ende „Alle Leut“. Zwischen dem Singen und zusammensitzen, können die Kinder mit ihrer Begleitperson dort spielen und klettern, wo sie mögen. Der Fokus liegt darin sich auszutoben, zu klettern, rutschen, spielen, rennen und einfach nur Spaß zu haben. Nach dem schon genannten Abschlusslied bauen und räumen wir alle gemeinsam ab. Anschließend ist die Turnstunde beendet.

Das Jahr 2024 haben wir gemeinsam mit den Kindern aus der Parcours Gruppe beendet. Dort gab es eine Große Weihnachtsfeier mit Zaubershow. Außerdem gab es für jedes Kind eine kleine Weihnachtsüberraschung. Die Kinder haben alle eine kleine Tüte bekommen, gefüllt mit Kreide für draußen und einem Badeschaum.

