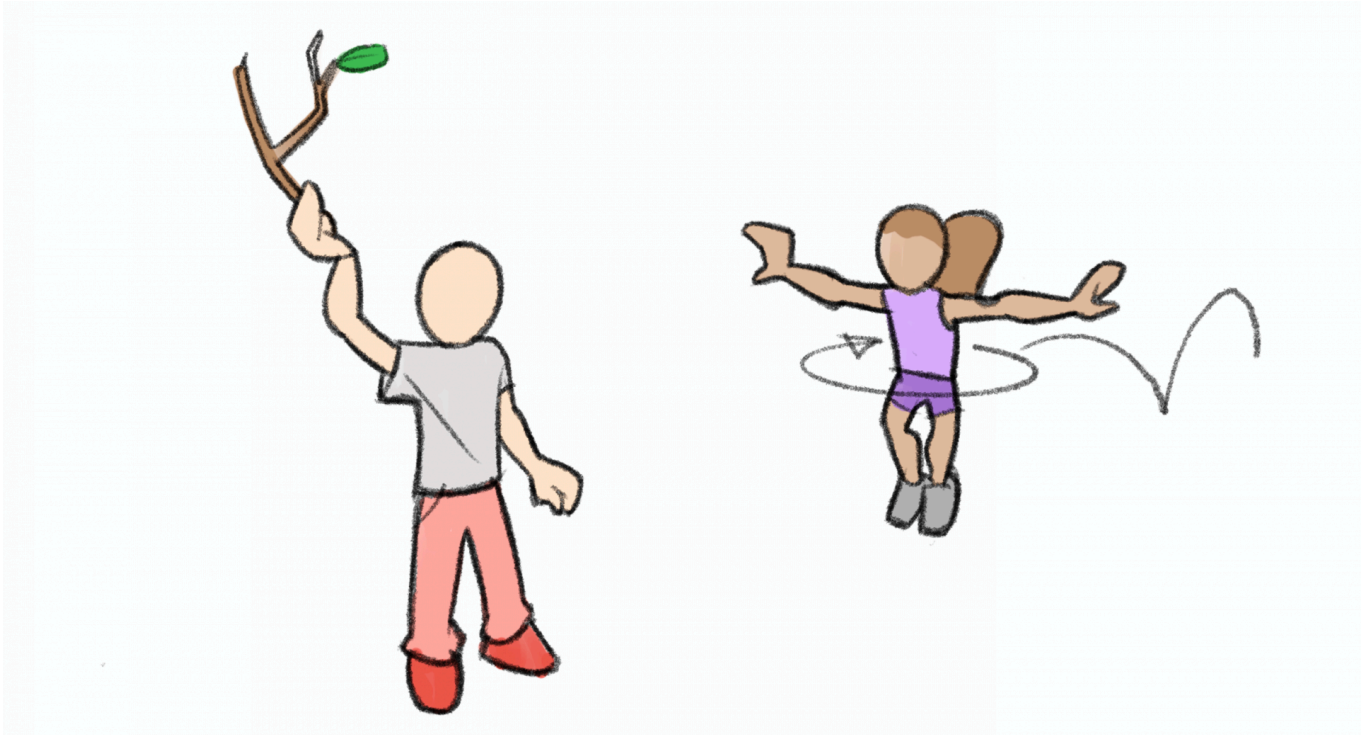


Ab nach draussen!: Good Practice – Öffentlicher Raum – Kreativität anregen

Die Kinder drücken sich mit Körper und Materialien aus, erfinden zusammen eine Bewegungsfolge oder springen, werfen, balancieren an einem selbst gestalteten Parcours an verschiedenen Posten.

Bewegungsfolge entwickeln



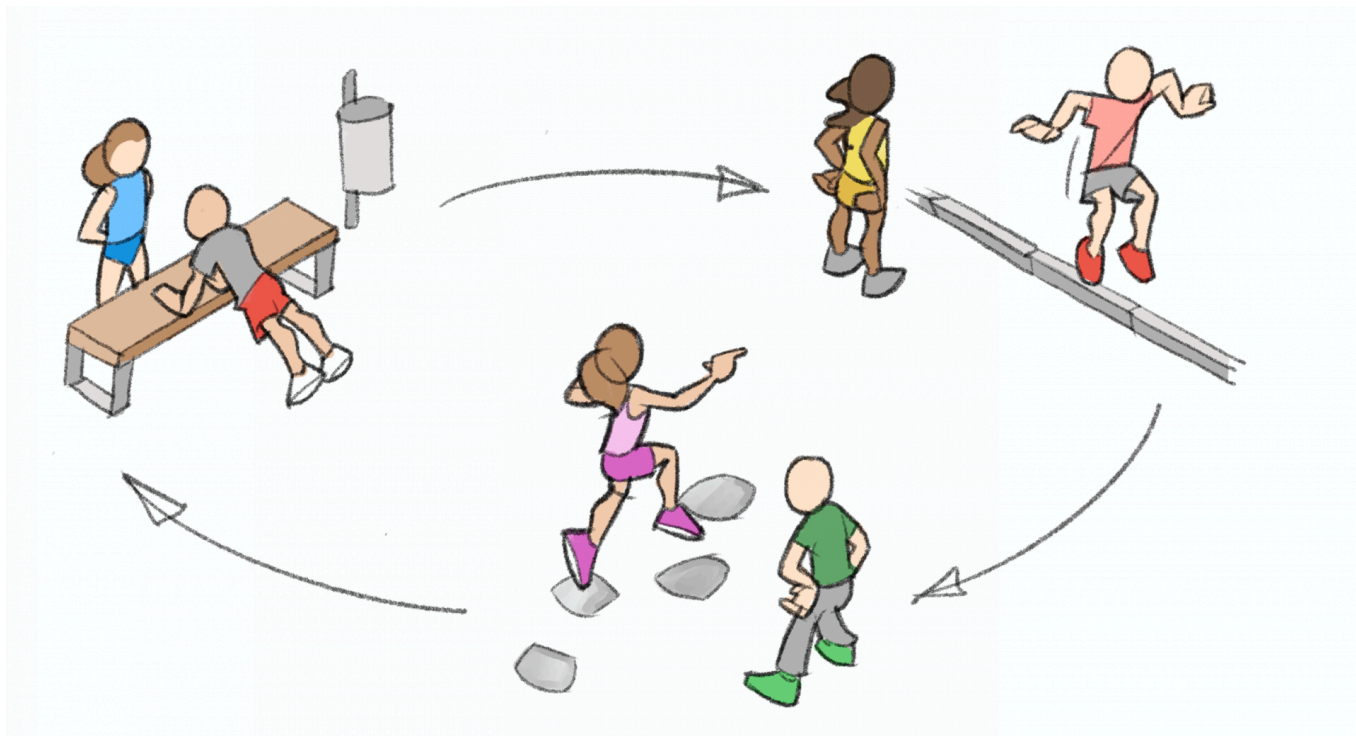
Die Lehrperson sammelt mit den Kindern verschiedene Gegenstände. Ein Gegenstand wird ausgewählt und in die Luft gehalten. Die Kinder erfinden Bewegungen dazu. Nach dem Sammeln/Entwickeln von Bewegungen wird mit allen oder in Kleingruppen komponiert: Eine Auswahl von Gegenständen (also Bewegungen) wird in eine Abfolge gebracht.

Variationen

- Variation anregen: Raum (Formationen, Raumwege/-ebenen), Zeit (schnell/langsam), Energie (gross/klein, weich/eckig usw.) Emotionen (Trauer, Freude, Wut usw.)
- Bewegungen mit Geräuschen erweitern
- Gruppen lehren sich gegenseitig ihre Bewegungsabfolgen
- Eine Gruppenchoreografie erstellen: Zusammenstellen der Bewegungsabfolgen, wobei einzelne Abfolgen von allen synchron oder im Kanon getanzt werden.
- Abfolge mit Musik tanzen

Bemerkung: «Unterwegs» eignet sich das Spiel «Kommando Propeller» (siehe S. 17)

Vita-Parcours



Gemeinsam mit den Kindern werden Posten geplant und eingerichtet. Die Kinder stellen sich gegenseitig die Posten vor (z.B. Uhrzeigersinn) und absolvieren dann den Parcours. Gibt es Wartende bei einem Posten, wird dieser übersprungen. Während mehreren Lektionen wird der Parcours wieder mit kleinen Variationen wiederholt.

Mögliche Posten: Steinplatten springen, stützen auf Parkbänken, balancieren auf Randsteinen, Baumstand (Füsse am Baum, Hände am Boden in Liegestützposition oder Handstand), Slalom um Bäume, Zielwurf mit Naturgegenständen, Treppenspringen, Schulareal-Spiele (siehe S. 6)

Variationen

- Lehrperson gibt Thema oder Bewegung des Postens vor (Arme, balancieren, springen, rückwärts, einbeinig, Vierfüssler usw.)
- Nach jeder Runde einen definierten Gegenstand (z.B. Ahorn-Propeller, Laubblatt) sammeln und auf einen Gruppen-Draht auffädeln



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO