

Good Practice – Bewegungsgrundformen: Laufen, Springen – Tierparade

Die Kinder probieren verschiedene Lauf- und Springarten aus. Sie trainieren die Bewegungswahrnehmung und -steuerung. Sie machen Gegensatzerfahrungen im Laufen und Springen.

Mehr Bewegungsgrundformen «Laufen, Springen»

2er-Teams: Ein Kind wählt ein Tier aus und läuft, springt und hüpft in dessen Gangart möglichst rasch um eine Markierung (Pantomimen-Lauf). Das andere Kind errät das Tier, wartet auf die Übergabe und startet seinen Lauf, sobald es das richtige Tier genannt hat.



Bewegungsgrundform: Laufen, Springen

einfacher

- Tiere vorgeben (z. B. mit Bildern, Memorykarten o. ä.)
- Ein Kind wählt ein Tier, alle anderen ahmen es nach
- Pantomimen-Lauf darf mit Tiergeräuschen unterstützt werden

schwieriger

- Es dürfen nur bestimmte Tiere dargestellt werden (z. B. schnelle, langsame, grosse, kleine, vierbeinige, zweibeinige etc.)
- Beim Zurücklaufen das Tier im Rückwärtsgang vorspielen
- In Stafettenform

Material: Evtl. Tierbilder, Memorykarten

Quelle: J+S Manual Grundlagen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO