

Überbrückungsspiele – Unterwegs: Eins, zwei, drei

Unterwegs sein und z.B. die Wanderung verkürzen mit einem Bewegungsspiel: Das Ziel dieser Übung.



Die Schülerinnen bilden Zweiergruppen und zählen abwechselungsweise auf drei. Dabei zählen sie möglichst schnell und nennen pro Person immer nur eine Zahl (A sagt 1, B sagt 2, A sagt 3, B sagt 1, usw.).

Nun wird eine Zahl durch eine Bewegung (1= klatschen) ersetzt, die Zahlen 2 und 3 werden weiterhin möglichst schnell ausgesprochen: «Klatsch – 2 – 3». Anschliessend wird auch die Zahl 2 durch eine Bewegung ersetzt («Klatsch – Sprung – 3»). Als nächstes wird auch Zahl 3 durch eine Bewegung ersetzt.

Die Schülerinnen reihen nun die Bewegungen in der richtigen Reihenfolge aneinander und erhöhen nach und nach das Tempo.

Variation

- Die Klasse stellt sich in einem Kreis hin. Nun wird im Kreis der Reihe nach durchgezählt. Dabei wird eine Zahl durch eine Bewegung ersetzt. Zum Beispiel «7». Nun werden alle Zahlen der 7-ner Reihe sowie alle Zahlen, in welcher eine 7 vorkommt, mit dieser Bewegung ersetzt. (7, 14, 17, 21, 27, 28...)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO