

Lektion

Kunterbunte Diamanten





In dieser Lektion werden die Kraft und die Beweglichkeit auf spielerische Weise geschult und mit koordinativen Fähigkeiten angereichert. Als Hilfsmittel dient der Alltagsgegenstand Flaschendeckel.

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer: 45 Minuten
 Stufe: Kindergarten–3. Klasse
 Alter: 5–10 Jahre

Lernziele

- Den eigenen Körper wahrnehmen und spielerisch kräftigen
- Sich in der Gruppe orientieren, schnell reagieren, differenzieren, rhythmisieren und das Gleichgewicht halten.

		Thema/ Aufgabe/Übung/ Spielform	Organisation/ Skizze	Material
Einstieg	10'	Farbenmagnet: Die Flaschendeckel (verschieden farbige Diamanten) werden auf dem Boden verteilt. Die Kinder laufen um die Diamanten herum. Die Spielleitung ruft eine Farbe und nennt einen Körperteil. Die Kinder berühren so schnell wie möglich einen Diamanten der passenden Farbe mit dem genannten Körperteil (z. B. Nasenspitze auf Gelb, Bauchnabel auf Blau oder Zeigefinger auf Rot). Die Fortbewegungsart wechseln: vorwärts oder rückwärts laufen, hüpfen, auf allen Vieren gehen usw.		Flaschendeckel
	2'	Achterbahn: Die Diamanten müssen transportiert werden. Jedes Kind hält einen Flaschendeckel in der Hand. Die Beine werden gegrätscht und der Oberkörper nach vorne gebeugt. Der Flaschendeckel wird nun in Form einer Acht um die gestreckten Beine herumgegeben. Seite wechseln.		Flaschendeckel
	3'	Geheimbotschaft: Jedes Kind bekommt einen Flaschendeckel (Diamanten), der zuerst in die rechte Hand genommen und hinter dem Rücken in die linke weitergegeben wird. Der rechte Arm geht dabei über die Schulter, der linke Arm kommt von unten her. Seitenwechsel. Auf welcher Seite sind die Kinder besser? Die Übung einige Male wiederholen. Bei der Deckelübergabe kann einige Minuten inne gehalten werden, um zu spüren welche Muskeln gedehnt werden.		Flaschendeckel
	3'	Diamantenübergabe: Die Kinder legen sich auf den Bauch. Jedes Kind bekommt einen Flaschendeckel (Diamanten). Abwechselnd wird der Diamant hinter dem Rücken und vor dem Gesicht in die andere Hand übergeben. Dabei müssen die Arme gestreckt bleiben. Der Oberkörper wird dabei ganz wenig und langsam angehoben und wieder gesenkt.		Flaschendeckel

	Thema / Aufgabe / Übung / Spielform	Organisation / Skizze	Material
Hauptteil	7' Flaschendeckeltrick: Es werden kleine Gruppen gebildet, die sich auf einer Spielseite aufstellen. Auf der anderen Seite liegen pro Gruppe 20 Flaschendeckel (Diamanten). Ein Kind nach dem anderen läuft nach vorne und nimmt sich zwischen 1 und 3 Diamanten. Das Spiel gewinnt, wer den letzten Diamanten nehmen kann.		Flaschendeckel
	5' Diamantenklang: Die Diamanten haben einen schönen Klang. Die Füsse stampfen abwechselnd im Grundtakt (links–rechts–links–rechts). In den Händen wird je ein Flaschendeckel gehalten, mit denen der Galopp- Rhythmus geklopft wird (ta tam, ta tam, ta tam). Wer kann es umgekehrt? Wer kann mit den Flaschendeckeln zwischen den Beinen, hinter dem Rücken, auf den Boden usw. klopfen, ohne den Rhythmus zu verlieren?		Flaschendeckel
	10' Zauberdiamantfangis: Je nach Gruppengrösse werden 3–4 Fänger bestimmt, mit einem Spielbändel markiert und nach draussen geschickt. Die Spielleitung verteilt 4–5 anderen Kindern einen Flaschendeckel (Zauberdiamant), ohne dass dies die Fänger sehen. Sie sind die geheimen Erlöser. Wird ein Kind gefangen, bleibt es auf einem Bein stehen und verschränkt die Arme. Die Erlöser müssen nun die verzauberten Kinder heimlich erlösen, indem sie die Kinder beim Vorbeispringen mit dem Flaschendeckel berühren. Wird ein Erlöser gefangen, muss dieser den Flaschendeckel abgeben und spielt als neutraler Spieler weiter. Sind alle Erlöser aufgefliegen, gewinnen die Fänger. Sind nach einer gewissen Zeit immer noch verzauberte Kinder im Spiel und Erlöser unterwegs, gewinnen die Erlöser zusammen mit den verzauberten Kindern.		Flaschendeckel, Spielbändel
Ausklang	5' Körperteile: Die Kinder finden sich in Paaren zusammen. Kind A legt sich mit dem Rücken/Bauch auf den Boden und schliesst die Augen. Kind B legt 1–5 Flaschendeckel (Diamanten) auf den Rücken/Bauch von A. A versucht herauszufinden, wie viele Flaschendeckel auf seinem Rücken/Bauch sind.		Flaschendeckel