

Thema: Geschicklichkeitsparcours (90 min)

Ziel der Lektion: verschiedene Gerätestationen erleben

Einleitung:

Ritual: 1,2,3,4,5,6,7 - wo isch euse kreis ächt bliebä
 1,2,3,4,5,6,7,8 - jetzt isch euse Kids-Kreis endlich gemacht!



Aufwärmen:



Wir gehen heute in die Berge und suchen dort einen Kristall

Chömed ihr mit uf Kristallsuechi? *Alle ja*

Zerscht müemer durchs Wasser laufe.

Witschel, watschel, witschel, watschel *(gehen mit Armrudern)*

Immer wieder vorheriges wiederholen

Denn über dä heissi Sand.

Autsch, Autsch, Autsch *(auf Zehenspitzen gehen)*

Denn über de Chiesweg.

Pieks, Pieks, Pieks *(Hopserhüpfen)*

Denn über d'Holzbrugg

Rumpel, pumpel, rumpel, pumpel *(Galopp)*

Denn dur en tüüfe Bach

Plitsch, platsch, plitsch, platsch *(schnell laufen)*

Denn dur en dunkle Wald

Holperti, stolperti, holperti, stolperti *(Grapevine)*

Und jetzt gömmer in e Höhli innä, det häts sicher en schöne Kristall!

Pssst, pssst, pssst *(im Kauergang leise vorwärts)*

Ow nei, was sind echt seb für zwei **lüüchtigi Augä?**

Das isch sicher ein grosse Bär, schnell wieder zruigg

Holperti, stolperti,.....bis witschel, watschel

Uff gras na gschafft

Stafette:



Bergbachhüpfen:

Immer 8 Kinder zusammen, 2 dünne Matten

- 4 Kinder sitzen auf Matte
- 4 Kinder stehen seitlich von Matte
- Auf los, hüpfen Kinder von Matte auf die nächste, die anderen heben Matte über Köpfe von hüpfenden Kindern und legen sie vor die andere Matte hin, so dass diese wieder eine Matte weiter hüpfen können.
- wechseln

Ausklang:

Spiel:

Insel besetzen (gang weg)

2 Fänger, andere Kinder können sich auf Insel (Matten) in Sicherheit bringen

Fänger könne vor Insel sagen: „Gang weg“, dann müssen alle Kinder von Matte flüchten!

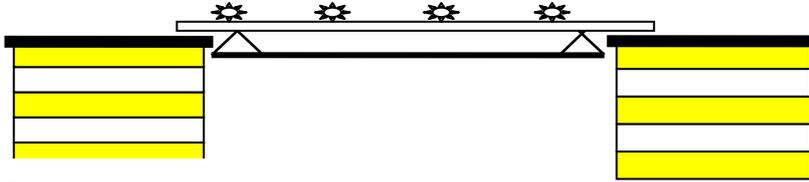
Gefangene werden danach Fänger

Thema: Geschicklichkeitsparcours (90 min)

Hauptteil: (Gerätebahn)

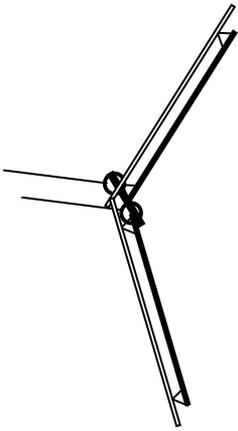
Edelsteine einsammeln

- Schwedenkasten hochklettern, über Langbank balancieren,
- Edelsteine einsammeln, Schwedenkasten runterklettern



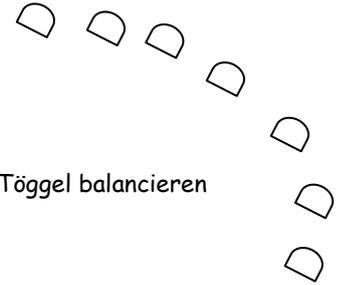
Schaukelbrücke

- Kriechen, sich hochziehen auf Bauch oder Rücken oder darüber laufen



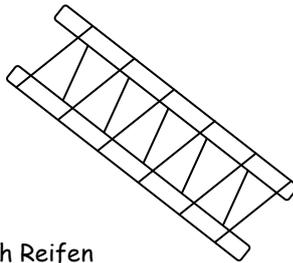
Achtung Krokodile

- Über runde Töggel balancieren



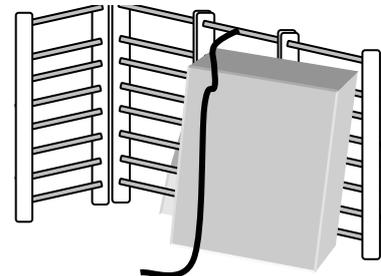
Unter Lianen durchschlüpfen

- Versuchen unter Seilen mit Glöggli durchzuschlüpfen ohne das es Glöggelt
- Sonst kommt Spinne



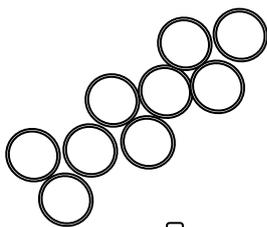
Von Felswand in Teich springen

- Über Sprossenwand klettern und auf der anderen Seite in Teich (dicke Matte) springen



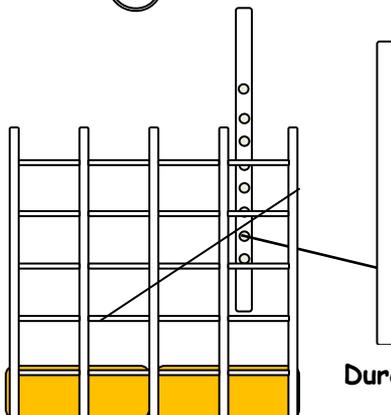
Steinhüpfen

- Im Hampelmann durch Reifen



Über Lianen balancieren

- Auf Reckstange mit Hilfe vom Seil balancieren
- Slackline balancieren

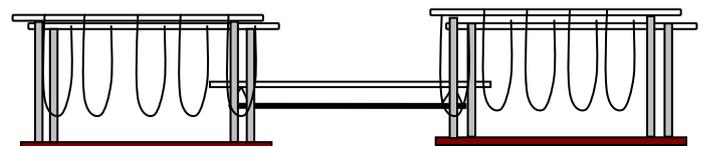


Durch Höhle kriechen

- Zwischen dünnen Matten durchkriechen

Felswand

- Mit Hilfe des Tauseils die dicke Matte hochklettern



Hängebrücke

- Über Seile steigen
- Langbank, kriechen oder laufen