



Ziel der Lektion: alle Grundtätigkeiten in einer geführten Lektion kennenlernen

Einleitung:

Ritual:  Anfangsritual

Neugierde: Yakari unter Tuch verstecken. Wisst ihr von wem ich diese Nacht geträumt habe? Ich war auf einmal bei den Indianern dem Stamm von Yakari. Jetzt möchte ich euch aber von meinem Traum erzählen.

Fingervers:



De Indianer seit; „lueg d'Sunnä lacht“.
 De seit; „ich weiss, ich han vor Freud en Handstand gmacht“.
 De, halted grad en chline Pfuus.
 De Viert, bürschtet sie Rössli us.
 Und dä chlinschti Indianer sitzt bim Mami uf em Schoss;
 „wo isch eigentlich mis Ross“?

Aufwärmen:



Im Indianerland angekommen, gehen wir zusammen durch die Prärie!

- Alle gehen kreuz und quer durch die Turnhalle.

Wir sehen **Wildgänse**.

- mit ganz kleinen Schritten (Gänseschritte) gehen.

Wir sehen einen **Cowboy**.

- mit grossen Schritten gehen.

Wir sehen einen **Riesen**.

- mit riesen Schritten gehen.

Wir sehen einen **Bär**.

- mit Trampel-Schritten (fest auf den Boden stampfen) gehen.

Wir sehen einen **Storch**.

- mit Storchenschritten (Knie auf Hüfthöhe hochheben) gehen.

In der Prärie sehen wir aber auch ganz viele Tiere!

Wir sehen einen **Hasen** vor uns davon hüpfen.

- Hände versetzt hintereinander, mit beiden Füßen vor Hände springen.

Ein **Frosch** hüpf von Seerosenblatt zu Seerosenblatt.

- Beine und Arme sind gleichzeitig in der Luft, dabei werden Arme nach oben gestreckt. Bei der Landung sind die Beine ausserhalb der Arme.

Zwei **Störche** hüpfen nebeneinander im Nest.

- ein Bein angewinkelt, mit einer Hand am Knie gehalten, anderer Arm hält Partner, zusammen vorwärts hüpfen.



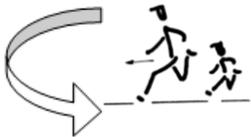


Hauptteil:



Da springen plötzlich viele Wildpferde über Baumstämme davon und verschwinden in einem Felsloch!

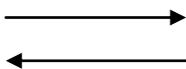
- Erwachsene liegen auf dem Bauch am Boden.
- Kinder springen über die Erwachsenen.
- Erwachsene befinden sich in Brettposition.
- Kinder springen über die Füße der Erwachsenen.



Wohin fliehen sie so schnell? Wir laufen ihnen ganz schnell hinterher.

- Wir springen so schnell es geht zwei grosse Hallenrunden.

Spiel:



Sie fliehen wohl vor den Cowboys, welche sie einfangen wollen.

(wer hat Angst vor dem Cowboy?)

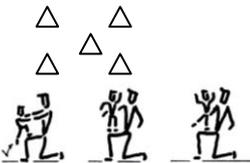
Leiterin ist Cowboy auf einer Hallenseite - Muki's sind Wildpferde auf der anderen Hallenseite.

- Wer hat Angst vor dem Cowboy?
- Wir nicht!
- Dann fang ich euch jetzt ein!
- Kannst du nicht - denn wir laufen schnell davon!



Wir kommen vor einen grossen Berg und müssen über viele Steinbrocken `steigen!

- Erwachsene bilden eine Menschentreppe.
- Kinder steigen darüber hinweg.



Standbein fixieren! Mit den Händen absichern!

Wir steigen auf einen grossen Stein und halten Ausschau nach den Wildpferden.

- Erwachsene knien am Boden, dabei haben sie ein Bein aufgestellt.
- Kind steigt auf das Bein.



Wir sehen noch nichts, darum müssen wir noch die Felswand hoch klettern!

- Alle klettern an der Sprossenwand hoch und halten Ausschau.



nun schlüpfen wir den Wildpferden durch das Felsloch nach!

- Erwachsene machen eine Nackenbrücke - Kinder schlüpfen unter der Nackenbrücke durch.



- Immer zwei Erwachsene zusammen liegen auf dem Rücken, Füße gegeneinander und in die Höhe gestreckt.
- Kinder schlüpfen unter den Beinen durch.



was sehen wir dort? Indianer! Wir schleichen uns noch näher heran.

- Am Boden lautlos vorwärts schleichen - schlüpfen.



wir sehen die Wildpferde mit ihren Fohlen auf der Weide.

- Erwachsene gehen (laufen) auf allen Vieren mit gewölbten Rücken.
- Kind kriecht unter Erwachsenen mit.



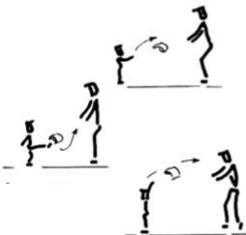
Die Indianer ziehen ein Kanu aus dem Wasser!

- Kind liegt auf dem Rücken am Boden.
- Erwachsene ziehen es an den Händen durch die Halle.
- Wechseln.



Anschliessend stossen sie das Kanu zu ihren Zelten.

- Kind liegt auf dem Rücken am Boden.
- Erwachsene stossen es an den Füßen durch die Halle.
- Wechseln.



was haben sie denn da im Kanu? Reissäcke welche sie ausladen.

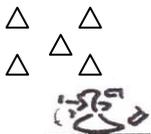
- Reissäckchen weit weg werfen.
- Reissäckchen mit dem Fuss wegwerfen.
- Reissäckchen über den Kopf zuwerfen.



Die Reissäcke bringen sie schnell und geschickt ins Lager.

(2 Gruppen bilden)

- Alle stehen nebeneinander auf einer Linie und werfen ein Reissäckchen zum nächsten.
- Dieses fängt das Reissäckchen und wirft es weiter zum nächsten Indianer.



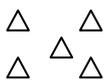
Nun beladen sie ihre Pferde und heben die Reissäcke hoch.

- Erwachsene liegen auf dem Rücken am Boden mit aufgestellten Beinen.
- Kind sitzt auf den Füßen.
- Erwachsene heben nun ihre Füße mit dem Kind auf und ab (sehr anstrengend).



Danach reiten die Indianer mit den Pferden, welche sie auf dem Rücken tragen davon.

- Erwachsene nehmen Kind Huckepack und springen eine grosse Runde in der Halle.



Da erwachen wir jäh aus unserem Traum, denn wir hören wie die Glocken des Kirchturms wie wild schwingen und den Tag einläuten!

- Zwei Erwachsene stehen sich gegenüber und halten die Hände verschränkt zusammen.
- Kind sitzt auf die Hände und wird von den Erwachsenen geschaukelt.



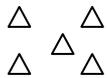
Nun ist es Zeit Kaffee zu machen, dazu müssen wir zuerst die Kaffeebohnen mahlen und drehen die Kaffeemühle ganz fest!

- Erwachsenen sitzen im Längssitz am Boden.
- Kind hält die Füße der Erwachsenen und dreht diese im Längssitz im Kreis.
- Wechseln.



Ausklang:

Neckspiel:



Achtung Moskitos kommen (CD: Sunnestrahl, Fallschirm, Moskitostachel).

Das Moskitonetz (Fallschirm) in die Mitte der Turnhalle legen.

Ein Mukipaar spielt die Moskitos, und hat einen Stachel. Es befindet sich in einer Turnhallenecke!

- Mukis (Bisons) bewegen sich frei zur Musik. Wenn die Musik stoppt, müssen sie sich so schnell als möglich unter den Fallschirm retten, denn dort sind sie vor dem Stachel der Moskitos sicher.
- Wenn ein Moskito mit seinem Stachel einen Bison erwischt hat, wechselt es beim nächsten Durchgang. Das Bisonpaar wird nun zum Moskitopaar.

Fingervers:



„Indianerland“

De Indianer seit;

„lueg d'Sunnä lacht“.

De seit;

„ich weiss, ich han vor Freud en Handstand gmacht“.

De,

halted grad en chline Pfuus.

De Viert,

bürschtet sie Rössli us.

Und dä chlinschti Indianer fräged,

isch dänn jetzt scho Schluss? - S'Mami seit ja, und git ihm en dicke Kuss!.

Vitamin Z:

Massageversli: „Wildpferde-Wäsche“

Ein warmer Sommerregen macht das Fell unserer Pferde ganz nass.

- mit den Fingerspitzen auf und ab.

dann Seifen wir sie doch wieder einmal zümpftig ein.

- mit kreisenden Bewegungen.

wir spülen die Seife aus dem Fell.

- von der Mitte her ausstreichen.

wir lassen unser Pferd mit dem Wind,

- unter T-Shirt blasen und danach mit den Händen Wind erzeugen.

und der Sonne trocknen.

- Hände aneinander reiben und auf den Rücken legen.

danach bürsten wir sein Fell noch glänzend.

- mit gespreizten Fingern.

und schmecken wie fein es wieder riecht.

- das Kind in die Arme nehmen und knuddeln.