



Ziel der Lektion: geführte Lektion mit dem Seil & Strumpfschlangen mit vielen Partnerübungen erleben.

Einleitung:

Ritual:



Muki-Anfangsritual

Neugierde:

als Konstantin aus der Schachtel kriecht sieht er viele verschiedene Schlangen. „Wo bin ich gelandet“, fragt Konstantin. „Du bist in der mexikanischen Wüste - bei uns regnet es selten und ist immer sehr heiss“.

Aufwärmen:

Konstantin liegt in seiner Schachtel, er möchte endlich wieder raus!

(CD Chrüsimüsichräbs Lied: 16 „Zabble mit de Bei“)

Lied interpretieren!



Konstantin kriecht aus der Schachtel, es ist heiss und sehr trocken - alles ist dürr! (Strumpfschlangen)

Konstantin streckt und reckt sich - schüttelt seine Beine und Arme und erkundet dann die Wüste!

- Wir strecken uns - machen uns ganz gross.
- dann schütteln wir die Beine und die Arme.
- Kinder nehmen Erwachsene und laufen um die Strumpfschlangen.
- Wir laufen rückwärts um die Strumpfschlangen.
- Im Grätschgleichschritt um die Strumpfschlangen gehen.
- Seite wechseln.



er staunt über die vielen Schlangen doch diese flüchten sobald Konstantin in die Nähe kommt.

- Kind zieht Schlange am Schwanz hinter sich am Boden her und macht Schlangenbewegungen.
- Erwachsene folgen der Schlange.



Konstantin ruft den Schlangen zu: „he wartet, ich mach euch doch nichts“!

- Erwachsene ziehen Schlange am Boden nach.
- Kind versuchen sie zu fangen.
- Wechsel.



doch da bleibt endlich eine Schlange stehen und dreht sich ein.

- Mit dem Fuss versuchen die Schlange einzudrehen - Kopf in der Mitte.

und lässt sich von Konstantin hochheben.

- Alle heben die Schlange mit den Füßen hoch.



Da erzählt er Konstantin, dass sie sich vor den Cowboys mit ihren wilden Lasso und den schnellen Pferden in Acht nehmen müssen, um nicht unter die Hufe zu gelangen.

Schon hören sie das Gestampfe der Hufe und die Pferde sausen an ihnen vorbei!

- Erwachsene nehmen Kind Huckepack und laufen zwei grosse Runden.



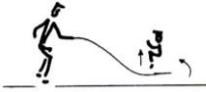


Hauptteil:

Die Cowboys versuchen wilde Pferde einzufangen.

Dabei schwingen sie ihre Lassos - doch die Pferde sind schlau und lassen sich nicht erwischen.

- Erwachsene halten das Seil an einem Ende- das andere Ende ist am Boden.
- Nun lassen sie das Seil in einem grossen Bogen am Boden kreisen.
- Kind (Pferd) versucht darüber zu springen.
- Wechseln.



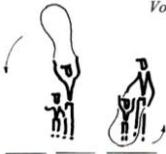
So langsam werden die wilden Pferde etwas ruhiger und es geht nicht mehr lange, sind sie zahm.

- Erwachsene halten das Seil an beiden Enden etwas vom Körper entfernt.
- Kind (Pferd) übersteigt nun das Seil.



- Kind überspringen nun das Seil beidbeinig,
- einbeinig,
- oder mit Anlauf.

Vorsicht!



- Kind steht vor Erwachsene - beide sehen in dieselbe Richtung.
- Erwachsene schwingen nun das Springseil über den Kopf nach vorne und beide überspringen das Seil wie beim Seilspringen.

Doch nun müssen wir den Wildpferden noch Hufeisen anlegen!

Rössli bschlaa!

Rössli bschlaa, Rössli bschlaa, wie viel Nägeli bruchts den da?

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9

Jetzt hanni eis z'viel i'gschlaage! Jetzt muess ich's wieder ussäzieh!!!

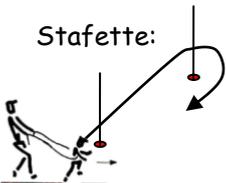
Versli:



Dann reiten wir sie das erste Mal zusammen aus.

- Kind ist Pferd (Seil um Nacken und unter Schultern durchlegen).
- Erwachsene halten es an den Seilenden unter leichtem Zug fest.
- Zusammen durch die Halle galoppieren.
- Wechseln.

Stafette:



Wettreiten (4 Gruppen bilden, 8 Malstäbe)

- Kind ist Pferd (Seil um Nacken und unter Schultern durchlegen).
- Erwachsene halten Seilende.
- Zusammen laufen sie um den Malstab und wieder zurück.



Kann das Pferd auch schon eine Kutsche ziehen? (Laufstrecke verkürzen)

- Erwachsene sitzen am Boden und halten die Seilenden.
- Kinder versuchen die Erwachsenen an dem Seil vorwärts zu ziehen, diese Helfen mit den Füssen nach.

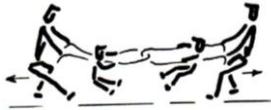
Da beginnen die Wildpferde wieder zu bocken und wollen sich nicht an den Zügeln führen lassen.

- Beide sitzen am Boden und halten das Seil.
- Erwachsene im Grätschsitz.
- Kinder halten Füsse leicht vom Boden ab.
- Nun versuchen die Erwachsenen die Kinder zu sich zu ziehen!





- Ausgangsposition wie oben.
- nun lehnen wir uns ganz leicht zurück und setzen uns wieder auf.



nun ziehen beide ganz fest - wer wird wohl siegen?

- Mukipaare stehen einander gegenüber - die Kinder sind innen die Erwachsenen aussen.
- Seile werden ineinander eingehängt.
- Jedes Paar fasst die Seilenden rechts und links vom Körper und versucht so das andere Paar vom Platz zu ziehen.

Versli:



die Cowboys reiten die Wildpferde nach Hause!

Cowboy chasch au ryte?

Ja, ja, ja

Hesch d'Bei uf beide Syte?

Ja, ja, ja

Hesch am Rössli z'ässe gä?

Nei, nei, nei

Hesch am Rössli z'trinke gä?

Nei, nei, nei

Dänn macht diis Rössli tripp und trapp und wirft die ganz schnell hinä ab!

Ausklang:

Spiel:

Schlangen suchen Schutz unter grossen Stein

1 Springseil / Mukipaar am Boden zu einem Kreis hinlegen (ein Seilkreis weniger).

Leiterin ist Wildpferd und versucht, auf eine Schlange zu stehen (fangen).

Jedes Schlangenpaar ist unter einem Stein (im Seilkreis stehend). Die flüchtigen Schlangen können unter jeden Stein kriechen, welcher von einem anderen Schlangenpaar (nur die stehenden) besetzt ist. Dann müssen diese sich einen neuen Stein (Seil mit stehenden Mukis) suchen.



- Wenn das Schlangenpaar unter einem neuen Stein (Seil) ist, setzen sie sich.
- Unter diesen Stein können keine weiteren Schlangen mehr kriechen.
- Erwischt ein Wildpferd ein Schlangenpaar, wechselt es und der Fänger wird zum Schlangenpaar, das Schlangenpaar zum neuen Fänger!
- Spiel ist beendet, wenn alle Schlangen unter einem neuen Stein **sitzen!**
- **Variante:** Schlangen unter dem Stein flüchten nicht, sondern werden zum Fänger, und Fänger zum neuen flüchtenden Schlangenpaar!

Vitamin Z:



Riite uf de Chnöö (Chrüsümüsichräbs Lied: 24)

Kinder sitzen den Erwachsenen auf den Knien.

Lied interpretieren und am Schluss mit Kind kuscheln.

Ritual:

Muki-Schlussritual