

Im Urwald

Lektionsziele

Eine neue Welt entdecken und erkunden, sich darin bewegen und spielen. Erwerben, anwenden und gestalten von Bewegungsgrundformen.



Organisation

Die Stationen werden alle miteinander verbunden, sodass der Urwald als Parcours erkundet werden kann. Die Kinder absolvieren den Parcours selbstständig. Die Leiterperson hilft und unterstützt wo nötig. Sie kann die Kinder an einer Station betreuen und bei Bewegungsgrundformen wie Rollen oder Schwingen Hilfestellungen oder Tipps geben. Die Kinder können den Parcours als Ganzes absolvieren oder in Kleingruppen ein Stationentraining an einzelnen Posten absolvieren.

Mögliche Urwald-Stationen

Titel	Ziel	Beschreibung
Kletterwald	Klettern und Stützen	Die Kinder klettern wie Affen entlang der Sprossenwand und pflücken dabei Bananen (Spielbänder sind an den Sprossen auf verschiedenen Höhen befestigt).  Kapitel «Vielseitigkeit fördern», «Klettern und Stützen», «Sprossenwand queren».
Flussüberquerungen im Boot	Rutschen und Gleiten, Muskulatur kräftigen	Die Kinder ziehen sich, auf einem Teppichquadrat sitzend, an einem Seil mehrere Meter weit.  Kapitel «Vielseitigkeit fördern», «Rutschen und Gleiten», «Seilbahn».
Flussüberquerungen via Brücken	Balancieren	Möglichst viele verschiedene Gleichgewichtsstationen und Geräte werden aufgestellt und miteinander verbunden. Die Kinder balancieren über den Gleichgewichtsparcours, ohne den Boden zu berühren!  Kapitel «Vielseitigkeit fördern», «Balancieren», «Achtung Krokodil!».
Insellauf	Laufen und Springen	Matten oder Reifen auslegen. Die Kinder müssen möglichst schnell über die kleinen Inseln oder Steine laufen.
Dichter Wald	Laufen, Schnelligkeit	Die Kinder laufen möglichst schnell wie bei einem Slalom durch die Kletterstangen.
Tarzan	Schaukeln und Schwingen	Die Kinder schwingen wie Tarzan am Tau vor und zurück. Diese Grundform kann mit verschiedenen Aufgaben ergänzt werden.  Kapitel «Vielseitigkeit fördern», «Schaukeln und Schwingen», «Tarzan».
Wasserfall	Rutschen und Gleiten, Rollen und Drehen	Bau einer schiefen Ebene. Die Kindern können diese hinunterrutschen oder hinunterrollen mit Rolle vorwärts, rückwärts und Walze.  Kapitel «Vielseitigkeit fördern», «Rollen und Drehen».

Lektionsablauf

Inhalte	Ziele	Durchführung
<p>Einleitung</p> <p>Hochwasser</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Einstimmung ins Thema «Urwald» • Aufwärmen 	<p>Gemeinsames Aufstellen der Urwald-Stationen.</p> <p>Die Bewegungslandschaft «Urwald» ist bereits aufgebaut und kann für dieses Spiel verwendet werden: Alle Kinder rennen zu Musik oder Tamburin-Rhythmen durch die Halle und dürfen sich nur auf dem Hallenboden fortbewegen. Sobald die Musik stoppt, müssen sie so schnell wie möglich vor dem Hochwasser fliehen und in die Höhe klettern.</p> <p> Kapitel «Vielseitigkeit fördern», «Rhythmisieren und Tanzen», «Hochwasser».</p> <p>Variationen: Zusätzlich zu Hochwasser andere Begriffe einführen. «Achtung Regen»: Alle suchen sich ein Dach oder einen Unterschlupf; «Achtung wilde Tiere»: Die Kinder schleichen herum und sind ganz leise.</p>
<p>Hauptteil</p> <p>Krokodile!</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Erwerben, anwenden und gestalten der Bewegungsgrundformen • Kreativität fördern 	<p>Die Kinder dürfen nun den Hallenboden nicht mehr berühren, da dort überall gefährliche Krokodile schwimmen. Der Urwald-Parcours darf nicht mehr verlassen werden!</p> <p>Die Kinder probieren die vorgegebenen Geräte und Bauten aus und überwinden die Hindernisse. Sie erfinden eigene Bewegungen, wie die Stationen begangen werden können. Gute Ideen werden allen Kindern gezeigt und zur Nachahmung empfohlen.</p> <p>Variation: Alle Kinder verwandeln sich in ein selbst ausgewähltes oder von der Leiterperson vorgegebenes Tier und absolvieren den Urwald-Parcours in der entsprechenden Fortbewegungsart.</p>
<p>Ausklang</p> <p>Urwald-Wetter</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsamer Abschluss der Lektion • Beruhigen und Entspannen 	<p>In Zweiergruppen oder im Kreis wird das Urwald-Wetter imitiert. Ein Kind liegt in Bauchlage entspannt auf dem Boden. Das andere Kind imitiert auf dessen Rücken das Wetter.</p> <p>Leichter Regen: Mit den Fingerspitzen den Rücken antippen. Starker Regen: Über den Rücken streichen. Platzregen: Mit den Handflächen klopfen. Sonne: Hände aneinander reiben, bis sie warm sind und die Wärme übertragen.</p> <p> Kapitel «Voraussetzungen schaffen», «Wettermacher».</p> <p>Gemeinsames Wegräumen aller Geräte.</p>