

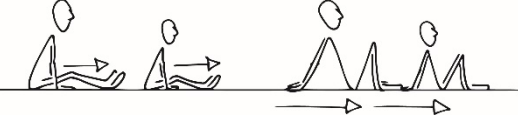


Kriechen-Schlüpfen

Grundtätigkeiten:	Spiel, Übung/Partnerübung, Gerätestation:	Material:	Skizze
Kriechen-Schlüpfen	<p>Spiel «Gärtner und Maulwürfe» (Fangspiel): 2-4 Fänger (Gärtner), alle anderen sind Maulwürfe. Auf einem Maulwurfhügel (Teppichrest) ist man sicher, man darf aber nur so lange darauf bleiben, bis sich der nächste Maulwurf in Sicherheit bringen will. Wer gefangen wurde, kann sich erlösen indem er einmal durch den Kriechtunnel kriecht. Nach einer gewissen Zeit neue Gärtner bestimmen.</p>	Spielbündel für Gärtner Kriechtunnel Einige Teppichreste als Maulwurfhügel	
Kriechen-Schlüpfen	<p>Partnerübung «Stute und Fohlen»: Erw geht auf allen Vieren (Hände und Füsse, nicht Knie) und macht sich dabei so gross, dass das Ki unter ihm Platz findet, so dass sich beide zusammen fortbewegen können.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fortbewegung im Diagonalschritt nacheinander rechte Hand, linker Fuss, linke Hand, rechter Fuss 2. Fortbewegung im Passgang (wie zum Beispiel: Kamel, Giraffe, Elefant) rechte Hand und rechter Fuss gleichzeitig, dann linke Hand und linker Fuss gleichzeitig 		
Kriechen-Schlüpfen	<p>Partnerübung «Hindernislauf»: Erw stellt sich im Grätschstand hin, Ki schlüpft durch den Tunnel dann kauert das Ki hin und der Erw überwindet das Hindernis mit einem Grätschsprung.</p>		

<p>Kriechen-Schlüpfen</p>	<p>Partnerübung «Doppelweier»: Ki und Erw sitzen mit angewinkelten Knien hintereinander. Fortbewegung durch</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beine strecken, Fersen aufsetzen 2. Stütz mit Händen, Gesäss zu den Fersen schieben oder heben 3. usw. <p>Varianten: Hände weg vom Boden (kann auch mit einem Tuch gemacht werden) Hände und Füße weg vom Boden: rechte und linke Gesässhälfte im Wechsel bewegen (schwierig)</p>	<p>Eventuell 1 Tuch/Person</p>	
<p>Kriechen-Schlüpfen</p>	<p>Gerätestation «Tunnel»:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zwei Langbänke (LB) mit der Breitseite nach oben ganz nahe nebeneinander stellen, dazwischen Reifen einklemmen. Nun wird im Slalom über die LB durch die Reifen geschlüpft. Erw voraus, Ki hinterher. Rollentausch 2. Zwei LB mit der Breitseite nach oben so nebeneinander stellen, dass im Wechsel dünne Matten (M) quer und Reifen darauf gelegt werden können. <p>Auf diese Weise kann die Robbe (Ki) abtauchen (unter M durchschlüpfen) und Luft holen (durch Reif auftauchen), am Schluss bekommt sie vom Erw einen Fisch, der von einem Depot geholt werden muss. Rollentausch.</p> <p>Oder der Maulwurf schiebt immer wieder Erde an die Oberfläche, oder der Biber taucht mal an einem, mal an einem anderen Ausgang seiner Höhle auf, oder...</p>	<p>2 LB, 5-6 Reifen 2 LB, 4M, 3 Reifen</p>	