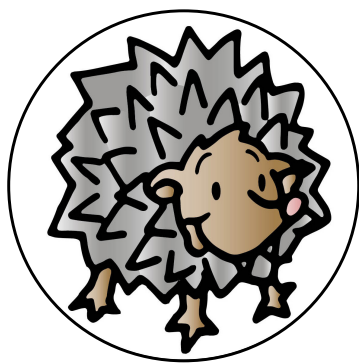


► Stafetten



Quelle:
 unbekannt

Igel

Über em Wasser s'Morgerot,
 Familie Igel macht en Usflug mit em Boot.

Hände formen, wie zum Wasser schöpfen.

Und die Chliine juuchzed froh,
 denn es Boot, das schauklet so.

Das Hand-Boot schaukeln lassen.

«Nid so fesch», seit Mami Igel,
 Spielerisch mit dem Finger drohen.

«denn mir hend doch keni Flügel.

Mit den Armen Flügel machen.

Wenn dänn ein is Wasser fällt –

huch, döt isch es nass und chalt.»

Schütteln und umarmen.

EINFÜHRUNG	STUFE 1	STUFE 2
<p>Handschlag Bewegen in vorgegebenem Raum. Einander mit Handschlag begrüßen und weiterlaufen.</p>	<p>Bewegen in vorgegebenem Raum. Einander einen Gegenstand übergeben.</p>	<p>Gruppe stellt sich im Kreis auf. Ein Paar ist Läufer, diese laufen im Kreis und klopfen einem andern Paar auf die Schulter. Beide Paare laufen nun in entgegengesetzter Richtung um den Kreis. Wenn sie sich kreuzen, geben sie sich die Hand.</p>
	<p>Hilfsmittel: z.B. Chiffontuch, Murmel etc.</p>	



► Stafetten

FORM	EINFÜHRUNG	STUFE 1	STUFE 2
Übergaberaum	Reifen in Halle verteilen (ein Reif weniger als Paare). Paar ohne Reif rennt zu einem Paar mit Reif und «vertreibt» dieses. «Vertriebenes Paar» läuft zum Nächsten etc.	Paare sitzen verteilt in der Halle am Boden. Ein Paar steht und rennt zu einem sitzenden Paar und setzt sich. Das bereits sitzende Paar steht auf und sucht sich einen neuen Platz etc.	Singspiel: «Lueged ned ome, de Fochs goht ome ...»
Übergaberaum bei Rundlauf	Zwei Paare stehen vis-à-vis an den Hallenenden. Ein Paar rennt los. Nach ca. $\frac{2}{3}$ der Strecke liegt ein Reif. Sobald das erste Paar im Reif steht, kehrt es und rennt zum Start zurück. Zweites versucht Erstes zu fangen.	Gruppen aus zwei Paaren. Das Erste steht am Start, das Zweite in einem Reif nach ca. $\frac{1}{2}$ der Strecke und wartet in Laufrichtung. Das erste Paar rennt bis zum Reif, sobald es in diesem steht, rennt das Zweite bis zum Ziel.	Gruppen aus zwei Paaren. Das Erste steht am Start, das Zweite steht auf der Mittellinie in Laufrichtung wartend. Das Erste rennt los, klopft den Wartenden auf die Schulter, dieses rennt nun bis zum Ziel.
Pendelstafette	Gruppen mit ca. 6 Paaren bilden. $\frac{1}{2}$ der Gruppe steht am Start, $\frac{1}{2}$ vis-à-vis. In der Mitte der LS steht ein LB quer zur LR. Auf Kommando laufen die Ersten los. Sobald diese auf Bänkli stehen, läuft Paar vis-à-vis los. Bis alle zweimal gelaufen sind.	Gruppen mit ca. 6 Paaren bilden. $\frac{1}{2}$ der Gruppe steht am Start, $\frac{1}{2}$ vis-à-vis. In der Mitte der LS steht für jede Gruppe ein Glöggli. Auf Kommando laufen die Ersten los, klingeln – erst dann startet Paar vis-à-vis. Bis alle zweimal gelaufen sind.	Gruppen mit ca. 6 Paaren bilden. $\frac{1}{2}$ der Gruppe steht am Start, $\frac{1}{2}$ vis-à-vis. Mitte der LS ist eine Linie (mit Pylonen gekennzeichnet). Auf Kommando laufen die Ersten los, wenn diese über ML sind, startet Paar vis-à-vis. Bis alle zweimal gelaufen sind.
Rundlauf	4 Gruppen bilden. Pro Gruppe eine Farbe Bändel. Gruppe steht in die entsprechend markierte Hallenecke. Auf Los starten die ersten der Gruppe und laufen eine Runde, dann starten die Zweiten etc.	4 Gruppen bilden. 4 Übergaberräume (jede Hallenseite) markieren (Pylonen). Pro Gruppe ein Übergaberaum. Auf Los starten die ersten der Gruppe. Zweite machen sich bereit. Sobald die Ersten den Übergaberaum betreten, starten die Zweiten etc.	4 Gruppen in 4 Farben bilden. Ein Übergaberaum (für alle Gruppen) markieren (Pylonen). Auf Los starten die Ersten jeder Gruppe. Zweite machen sich bereit. Sobald die Ersten den Übergaberaum betreten, starten die Zweiten etc.
Holen und bringen	2–3 Gruppen bilden. Pro Gruppe eine Farbe Bändel. Vis-à-vis vom Start steht Pylon mit Bündeln (Mannschaftsfarbe). Auf Los starten die Ersten, holen einen Bändel und bringen ihn zurück. Dann starten die Zweiten etc.	2–3 Gruppen bilden. Pro Gruppe eine Farbe Bändel. Kastendeckel mit div. farbigen Bündeln. Auf Los rennen die Ersten los und holen aus dem Kastendeckel einen Bändel ihrer Mannschaftsfarbe. Die Zweiten starten etc.	Puzzelauf: Alle Mannschaften erhalten eine Vorlage eines einfachen Puzzles. Pro Lauf darf ein Puzzleteil geholt werden. Sind alle Teile im Ziel, muss das Puzzle noch zusammengesetzt werden.

LB=Langbank
LR=Laufrichtung
LS=Laufstrecke
ML=Mittellinie

