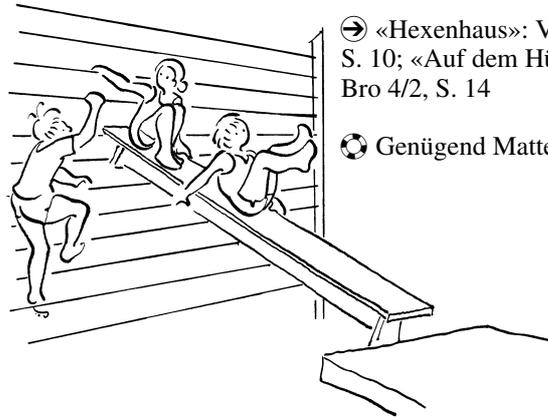


**Langbänke:** Die Bänke zu viert tragen, abstellen, Platz wechseln, weitertragen. Dazwischen auf verschiedene Arten absitzen. Jede Gruppe sucht dabei ihre eigene Variante. Die Kinder bewegen sich frei im Raum, auf ein akustisches Zeichen setzen sie sich auf eine andere Bank, (allein oder gruppenweise entscheiden). Die Bänke können frei überquert werden.

- Bänke vw, rw, sw überqueren.
- Langsam, schnell fortbewegen (Laufen, Hüpfen) oder mit einem Fuss immer den Boden berühren.
- Zu zweit, mit Kreuzen auf der Bank, sich gegenseitig ziehen und stossen.
- Gruppenweise die Bank in die Sprossenwand einhängen und als Rutschbahn, Sprossenwand als Aufstieg benutzen.

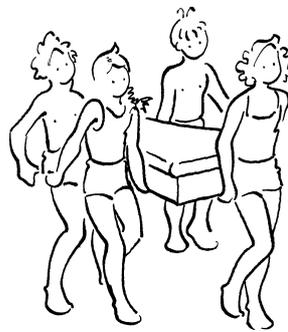


➔ «Hexenhaus»: Vgl. Bro 5/2, S. 10; «Auf dem Hühnerhof»: Bro 4/2, S. 14

🌀 Genügend Matten legen.

**Schwedenkasten:** Die Kästen in ihre Teile zerlegen, in der Halle frei verteilen. Die Kinder bewegen sich frei um die Kastenteile. Auf ein akustisches Signal in einen Kastenteil stehen oder sitzen.

- Die Kastenteile tragen, heben, senken etc.
- 2–3 Kinder stellen sich in einen Kastenteil, heben ihn hüfthoch an und bewegen sich als Auto, Tram...
- Kombination, die Tramwagen formieren sich zu einem Zug.
- Kastenteile auf Längsseite stellen und ohne Geräteberührung durchschlüpfen.
- Verschiedene Höhen als Treppe zusammenstellen, aufsteigen, abspringen.



🌀 Matten auslegen und «richtig» tragen.

🌀 Gesunde Hebe- und Tragtechniken: Vgl. Bro 1/1, S. 28

**Matten:** Auch das Tragen sollte mit den Kindern geübt werden. Miteinander vom Wagen herunterziehen, zu viert (bei jedem Griff ein Kind) die Matte tragen, ablegen, sich darauf tummeln, weitertragen.

- Zu viert die Matte hochstemmen.
- Schildkröte: Die Kinder kriechen unter die Matten.
- Die Matten in der ganzen Halle verteilen: sich um, über und unter den Matten bewegen, von einer Matte zur anderen springen, froschhüpfen etc.
- Eigene Bewegungsarten erfinden.
- Kinder als Hindernisse zwischen den Matten platzieren und darüberspringen.
- Bewegungsaufgaben auf den Matten vorgeben: z.B. Rückenschaukel mit anschließendem Strecksprung; Rollen seitwärts li und re; Rolle vorwärts.
- Mattenberg bauen: so viele Matten aufeinander-schichten, dass ein «Berg» entsteht zum Purzeln, Rollen, Rutschen.



➔ Mattenberg auch als Lern- bzw. «Geländehilfe» für Rolle vorwärts gebrauchen.

**Material aufräumen:** Die Bewegungsbaustelle muss natürlich auch wieder abgebrochen werden.

- Besonders gelungene «Bauwerke» wenn möglich stehen lassen und in einer weiteren Bewegungsstunde weiterbauen.
- Alle Kinder helfen beim Aufräumen, auch bei «fremden» Baustellen.
- Nach dem Aufräumen den Feierabend, z.B. mit einer Entspannungsübung, zelebrieren.



🌀 Ämtli: Wer sorgt für Ordnung auf dem Mattenwagen, im Schrank, bei den Bällen...?