

3 Fliegen

Am liebsten möchte ich fliegen

Für einen Zeitraum den tragenden Boden verlassen – «fliegen»; das ist der Traum jedes Menschen. Den Kindern können solche Bewegungserlebnisse dank ihrer Fantasie und mit einfachen Hilfsgeräten (auch mit Partnerhilfe) ermöglicht werden.

Wie ein Vogel fliegen

Vogelwelt: In der Halle oder im Raum sind verschiedene «Vogel-Landeplätze» aufgestellt. Die Kindergärtnerin vereinbart mit den Kindern Fortbewegungsformen, die zu entsprechenden Vogelarten passen. Die Kinder dürfen so – mit ausgebreiteten Armen – durch den Raum fliegen und auf geeigneten Landeplätzen ausruhen.

- Alle fliegen wie ein Adler, wie eine Schwalbe, wie eine Möve, wie ein Sperling...
- A fliegt vor, B fliegt nach.



🕒 Vogelwelt; Vogelarten; Vogelgeschichten; Flug- und Landarten der einzelnen Vögel.

Adler kreisen, starten und landen: Zu dritt oder viert ein Kind, das den Körper gut spannt, herumtragen.

- Auf eine weiche Sprungmatte sanft und waagrecht hineinwerfen oder auf eine dünne Matte ablegen.
- Auf ein Zeichen von Höhen (Sprunghöhe begrenzen) abspringen, wie ein Adler sehr weich landen und im Raum umherfliegen. Auf ein Signal hin wieder auf den Bäumen landen.
- Weichmatten dienen als Landeplätze. Landen auf dem Gesäss, auf dem Rücken, auf dem Bauch.
- Aus grösserer Höhe fusswärts auf einer Niedersprungmatte landen, z.B. von der Sprossenwand, vom Klettergerüst, vom Schwedenkasten...

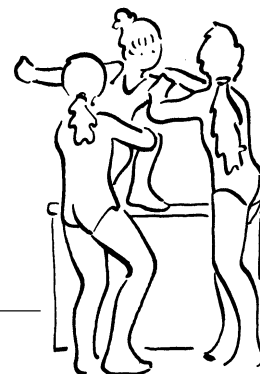


🕒 Adlergeschichte einbauen.

⚠ Landetechniken üben (Abfedern, Abrollen)

Von Hügel zu Hügel: Die Kinder bewegen sich in 3er-Gruppen in einer Hügellandschaft (natürliche Hindernisse, Geräte usw.). Beim Sprung auf den Hügel helfen zwei Kinder dem dritten, das Hindernis «anzufiegen», bzw. anzuspringen (Klammergriff an den Oberarmen).

- Gelingt es, einen Hügel (Hindernis) «fliegend» (mit einem Sprung) zu erreichen?
- 2 Kinder unterstützen das dritte, um mit möglichst wenig Bodenberührungen (Sprüngen) von einem Hügel zum anderen zu «fliegen».



🕒 Höhe und Risiko einschätzen lernen.

🕒 Fluggeschichten erfinden, vorführen und nachmachen.

Fliegender Teppich: Ein Kind wird von 3–4 anderen Kindern auf einem fliegenden Teppich getragen.

- Zuerst mit Gegenständen das rückschonende Tragen üben (gerader Rücken, in die Knie gehen).
- Das getragene Kind steuert die tragenden Kinder durch Anweisungen wie: schneller, langsamer, rechts, hoch, tief, schräg usw.
- Blinder Passagier: Das fliegende Kind schliesst die Augen. Die anderen Kinder tragen den fliegenden Teppich durch den Raum und landen sanft. Weiss «der blinde Passagier», wo er ist? Raten lassen!
- Laufwettbewerb und einfacher Hindernisparcours auf dem fliegenden Teppich durchführen.
- Den Teppich ganz sorgfältig über den Boden ziehen.



🕒 Wolldecken, leichte Turmatten als «fliegende Teppiche» benutzen.

🕒 Verantwortung übernehmen; Vertrauen gewinnen.