

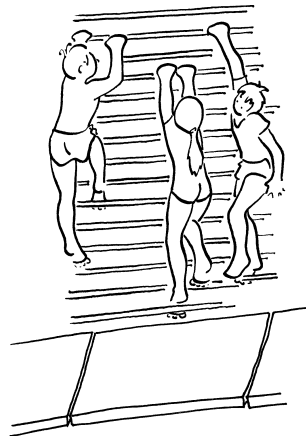
5.2 Wie im Affenkäfig

Die Kinder erfahren ihre eigenen Möglichkeiten und Grenzen, wenn sie versuchen, sich wie ein Äffchen zu bewegen. Die Kraft wird nun eine wichtige Voraussetzung und muss systematisch, aber immer wieder spielerisch gefördert werden.

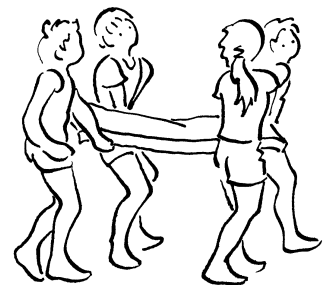
Wir versuchen, uns so zu bewegen wie die Äffchen im Zoo. Ist das so einfach?

Hangeln an der Sprossenwand: Die Kinder sitzen vor der Sprossenwand und halten auf Bauchhöhe eine Sprosse. Langsam mit den Händen hochklettern, bis der Körper gestreckt ist. Dabei den Körper «schwer» nach unten hängen lassen und wieder zurückgreifen.

- Zuerst ganz langsam, dann immer schneller.
- Sich bis zu den Zehenspitzen vollständig strecken, ganz oben fassen, hängen.
- Mit den Händen hin- und herhangeln, Höhe der Sprosse steigern.
- Am Rand links beginnen und sich hangelnd nach rechts bewegen. Gelingt dies auch ohne den Boden zu berühren?
- Hängen und versuchen, leicht nach hinten abzuspringen.
- Einige Sprossen hochsteigen, langsam in den Hang gehen, hangeln, die Füße wieder aufsetzen und niederspringen.



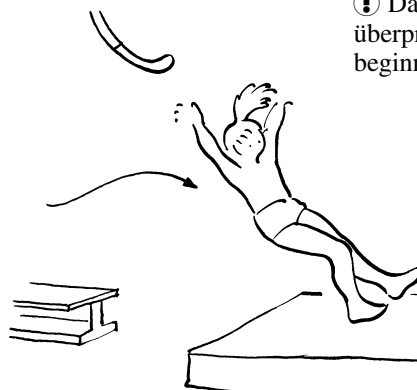
⚠ Vor der Sprossenwand Matten auslegen.



➔ Matten richtig tragen: Vgl. Bro 1/1, S. 28

Hangeln am Tau: Die Kinder pendeln von der Langbank an einem Tau und springen auf der gegenüberliegenden Weichmatte ab.

- Gelingt dies auch erst nach dem zweiten Schaukeln?
- Auf der Weichmatte wird mit Kreide ein Ziel gezeichnet. Wer landet genau dort?
- Wer hat soviel Kraft, dass beim Vorschaukeln die Arme angezogen werden können?
- Gelingt es, sich während des Vorschaukelns um die eigene Achse zu drehen?
- Distanz in einzelnen Gruppen individuell vergrößern und eigene Formen erproben lassen.
- Bumerang: Die Kinder pendeln von der Langbank weg und kehren an den gleichen Ort zurück.
- 2, 3 oder 4 Kinder synchron.
- Als Station in einem Übungsbetrieb die Kinder selbständig üben und spielen lassen.



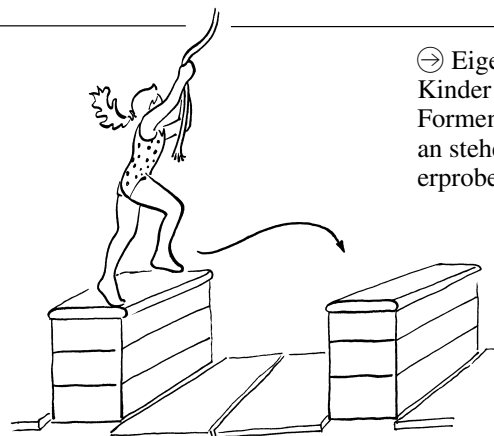
⚠ Das Haltevermögen der Kinder überprüfen; mit wenig Schwung beginnen.

🌀 Bahn des Pendels mit Matten abdecken.

➔ Langbänke leicht schräg anordnen, damit ungleich lange Pendelwege möglich werden.

Im Affenkäfig: Nachdem einige Elemente ohne Risiko beherrscht werden, versuchen die Kinder immer mehr, sich wie die Äffchen im Zoo an den Tauen zu bewegen. Durch die Änderung und Umstellung der Geräte ergeben sich viele weitere Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten. Beispiele:

- Pendeln im Sitz auf zwei verknüpften Tauen und Niedersprung auf die Matte.
- Pendeln von einem Kastelement zum anderen.
- Über eine gespannte Gummischnur schaukeln, ohne diese zu berühren.



➔ Eigenaktivitäten der Kinder fördern. Neue Formen immer zuerst an stehenden Ringen erproben.