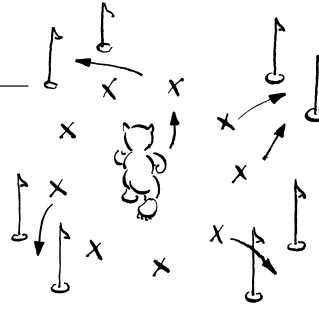


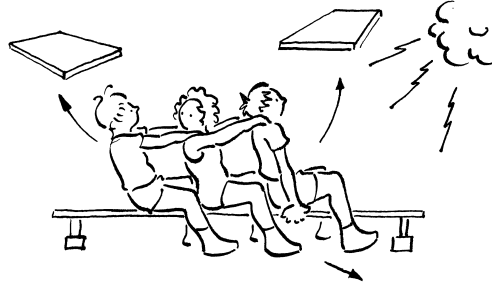
Der Bär ist los: In der Mitte eines Kreises sitzt ein Bär (1 Kind, mit Bändel bezeichnet). Alle anderen sitzen auf der Kreislinie und sind auf der Hut, um nicht vom Bären gefangen zu werden. Dieser darf auf den Ruf «Der Bär ist los!» eines der flüchtenden Kinder fangen. Wer vor der Berührung ein Freimal (Gegenstände, Linien) erreicht, ist gerettet. Neuer Bär ist, wer gefangen wurde.



Bringt euch in Sicherheit: Die Kinder sitzen in Ruderbooten (Langbänke) mit den Händen auf den Schultern der vorderen Kinder und bewegen sich rudern rhythmisch vor und zurück. Auf den Ruf «Sturm, bringt euch in Sicherheit!» stürzen alle aus ihren Booten und versuchen, so schnell als möglich das Festland zu erreichen (hinter Linien, Matten, Malstäbe). Der Steuermann wählt einen neuen «Kapitän» aus, der im nächsten Durchgang das Kommando gibt.

Verschiedene Fortbewegungsarten vorschreiben:

- Laufen, Hüpfen, Kriechen.
- Auf dem Bauch «schwimmen».
- Schrittlänge variieren.
- Rhythmus variieren.

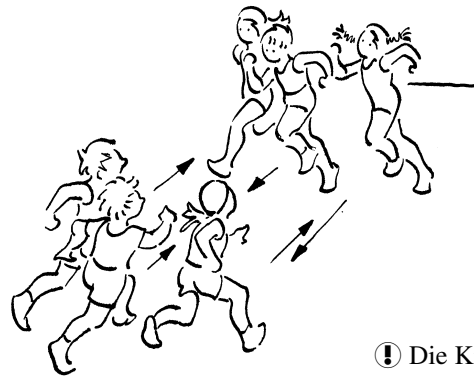


⚠ Das Festland muss so liegen, dass niemand über die Langbänke strauchelt.

➔ Das benötigte Material während der ganzen Lektion verwenden; siehe auch nächste Spielform oder Hinderislaufen.

Wechselt die Seiten: Je die Hälfte der Klasse steht sich auf Linien gegenüber. Auf das Kommando «Wechselt die Seiten!» laufen alle Kinder so schnell wie möglich auf die Gegenseite.

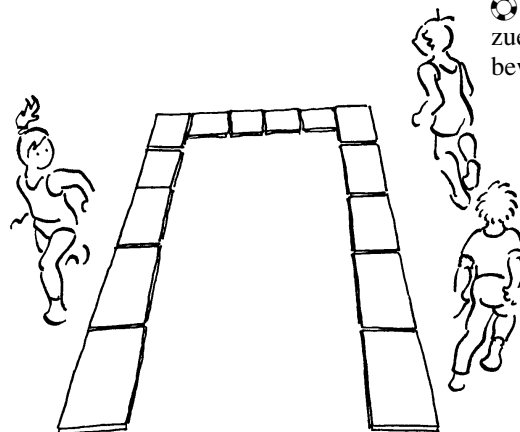
- Welche Gruppe ist zuerst auf der Gegenseite?
- Ausgangs- und Schlusspositionen variieren (stehend, liegend, aus dem Sitz ...und weitere Ideen der Kinder).
- Unterschiedliche Fortbewegungsarten vorgeben und von den Kindern bestimmen lassen.
- Die Kindergärtnerin oder ein Kind haben 2-3 verschiedenfarbige Tücher. Für jede Tuchfarbe wird eine Fortbewegungsart vorgegeben; z.B. rot: laufen, blau: auf allen vieren, gelb: hüpfen. Kinder sind in einer Startposition und schauen, welches Tuch hochgehalten wird und bewegen sich dann in der entsprechenden Fortbewegungsart auf die andere Seite.



⚠ Die Kinder müssen genügend Platz haben.

Lücke überstehen: Langbänke oder Matten sind in einem Viereck angeordnet, wobei eine Seite frei bleibt. Die Kinder laufen nach Tamburinschlägen locker um das Viereck. Wenn die Schläge aufhören, müssen alle stehen bleiben. Niemand darf bei der Lücke sein.

- Wer bei der Lücke steht, erhält eine kleine Zusatzaufgabe oder darf diese selber bestimmen.
- Wer nicht bei der Lücke steht, darf eine neue Gangart vorschlagen bzw. vorzeigen.
- Gelingt es, nie bei der Lücke zu stoppen?
- Auch zu zweit mit Handfassung.
- Mit verschiedenen Fortbewegungs- und Laufarten, z.B. rückwärts laufen.



⊙ Seitenwechsel zuerst ohne Wettbewerb üben.