

7. Hand-Fuss-Spuren



Quelle: Sport-Thieme

Ziele

- Muster erkennen, kopieren oder erstellen und weiterentwickeln können
- Bewegungsablauf darstellen können

Material

- Hand- und Fussabdrücke zum Auslegen
- Vorgegebene Musterkarten (Fotos) in unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad (*/**/***) zum Nachlegen

Bezug zum LP21

Fachbereich/ Kompetenzbereich

MA: Form und Raum

BS: Laufen, Springen, Werfen

MU: Praxis des musikalischen Wissens

Entwicklungsorientierte Zugänge

Körper, Gesundheit und Motorik

Zusammenhänge und Gesetzmässigkeiten

Wahrnehmung

7. Hand-Fuss-Spuren



Quelle: Sport-Thieme

Ablauf

- Musterkarten nachlegen und hüpfen
- Eigene Spurenabfolgen werden von den Kindern oder von der Lehrperson gelegt und von den anderen Kindern nachgehüpft
- Reflexionsrunde mit den Kindern: Wo erkennen sie Muster und wo nicht?

7. Hand-Fuss-Spuren



Quelle: Sport-Thieme

Varianten

Einfacher:

- Nur Fuss-Abfolgen, Hände noch weglassen
- Kürzere Abfolgen mit weniger Elementen

Schwieriger:

- Bewegungen zählen und benennen (z.B. drei Schritte nach vorne, rechte Hand, linke Hand und zweimal Hüpfen nach rechts)
- Füße um 180 Grad drehen (ergibt eine Drehung im Sprung)
- Längere Abfolgen mit mehr Elementen
- Abfolge in regelmässigem Puls hüpfen (schnell – langsam)

7. Hand-Fuss-Spuren



Quelle: Sport-Thieme

Weiterführende Ideen

- Verschiedene Tierspuren legen und darstellen (Hase, Frosch, Känguru, Fuchs)
- Silben klatschen und die passende Anzahl Füße dazulegen
- Die Hand-Fuss-Spuren mit den Kindern herstellen (z.B. Abdrucke auf Packpapier)
- Die Abfolge zur Musik hüpfen