

Bewegungskanon

The printable version is no longer supported and may have rendering errors. Please update your browser bookmarks and please use the default browser print function instead.

Bewegungskanon

Art der Methode	Spiel
Stufe	GuSp
Schwerpunkt	
Schlagwörter	Auflockerung
Gruppengröße	
Vorbereitungsaufwand	
Dauer	15 Minuten
Ort	drinnen
Autor*in	
Status	Entwurf
Letzte Änderung	am 3. 10. 2022 von GeraldS.
Export	PDF

Inhaltsverzeichnis

Kurzbeschreibung

Inhalte

Material

Detailbeschreibung

Wir brauchen dazu:

So geht es:

Wann einsetzen:

Weblinks

Kurzbeschreibung

Action - Schwitzen im Sitzen

Inhalte

Rhythmisches Bewegungsspiel im Sitzen

Material

Detailbeschreibung

Bewegungskanon ist ein Auflockerungsspiel

Wir brauchen dazu:

Sitzkreis (ohne Stühle), mindestens zwölf Leute

So geht es:

Die OE-Tutorin bittet im ersten Durchgang alle, ihre Bewegungen nachzumachen:

1. 3x in die Hände klatschen
2. 3x auf die Oberschenkel schlagen
3. 3x die Hände in die Luft strecken
4. 3x mit beiden Füßen auf den Boden stampfen

Wenn der Grundablauf sitzt, wird es zunehmend schwieriger: Die Tutorin teilt die Gruppe in zwei Hälften. Dann beginnt der Kanon: Die erste Hälfte beginnt mit dem dem Klatschen. Wenn sie sich zum ersten Mal auf die Schenkel schlägt, beginnt die zweite Gruppe mit dem In-die-Hände-Klatschen. Wenn auch das sitzt, kommt die schwierigste Stufe: Die Tutorin teilt die Teilis in vier Gruppen und dirigiert.

Wann einsetzen:

Zur allgemeinen Auflockerung und Erheiterung

Weblinks

Action - Schwitzen im Sitzen

Diese Seite wurde zuletzt am 3. Oktober 2022 um 21:59 Uhr bearbeitet.