

Lektion Ski mit Ballonen

Thema: Festigen - Anwenden und Variieren Parallelschwung

Einstieg/ Warm Up:

Geschichte mit Bewegungsimitation vom Aufstehen, Morgenessen, Zähneputzen etcetc. Mit Fahrt zum Jahrmarkt, Ballon als Eintrittskarte mit langem (der Grösse angepasst!) befestigen.

Hauptteil:

- Wir fahren auf einer kleinen Bahn auf Schienen durch den Jahrmarkt und staunen alle Attraktionen an -> der jeweilige Arm zeigt aus der Kurve auf das neue Objekt (KB Drehen)
- Wir nehmen den Ballon zwischen die Beine und versuchen ihn beim Fahren zu verstecken vor anderen Kindern (Hüftbreit fahren)
- Ballon hinten schleifen lassen, PartnerIn versucht, in der Schrägfahrt den Ballon des Vorfahrers zwischen den Füßen zu haben (Geschwindigkeit anpassen)
- Geisterbahn, ebenfalls auf Gleisen: abwechselnd erschrecken (hoch) und in Tunnels fahren (Tief) -> beugen-strecken
- Geschicklichkeits-Stand: Zu viert zusammen, einer versucht möglichst 4 Ballone irgendwo einzuklemmen und so zu fahren, die anderen sammeln ein was verloren geht
- Ballon Fangis: Ballon nicht um Handgelenk, sondern nur locker an der Schnur am Ende halten -> wer erwischt die meisten Ballone

Schluss:

Wir verabschieden uns vom Jahrmarkt und gehen nach Hause, die Ballone sind ein Geschenk