

BEWEGUNGSGESCHICHTE MIT DEM SCHWUNGTUCH

„Ein Tag am Meer“

MATERIAL:

- Schwungtuch
- Strandbälle
- Eimer ohne Henkel
- Kleiner, weicher Ball, der in den Eimer passt

TEXTVORSCHLAG

AKTION

1

Es ist ein wunderschöner Tag. Die Sonne lacht vom Himmel und keine einzige Wolke ist zu sehen. Weil es in der Sonne so heiß ist, legen wir uns im Schatten auf unser bunt gestreiftes Badetuch.

Damit wir keinen Sonnenbrand bekommen, cremen wir uns mit Sonnenmilch ein.

- Schwungtuch ausbreiten und darauflegen.

- Arme, Beine, Füße, Gesicht, Rücken des Nachbarn eincremen.

2

Habt ihr jetzt Lust zusammen baden zu gehen? Dann steht mal auf und klopft euch den Sand vom Po.

Unser Badetuch nehmen wir in die Hand und schütteln es aus.

Dann lasst uns gemeinsam zum Wasser gehen. Wir müssen über die Dünen laufen.

- Aufstehen, Sand vom Po klopfen.

- Schwungtuch in die Hand nehmen, Sand abschütteln.

- Schwungtuch in eine Hand nehmen, im Kreis laufen, langsam (Düne hinauf) und schnell (Düne hinab).

3

Jetzt sind wir am Meer angekommen und sehen viele kleine Wellen.

- Stehen bleiben, beide Hände ans Tuch, kleine Wellenbewegungen mit dem Schwungtuch machen: hoch und runter.



STARKE PARTNER
SEIT ÜBER 50 JAHREN

TEXTVORSCHLAG

AKTION

4 Nun wollen wir aber endlich ins Wasser gehen. Wir toben und planschen, können gar nicht genug bekommen.

Aber sicherer ist es, wenn wir nicht allein im Wasser sind. Also kommen unsere Freunde auch dazu.

5 Jetzt bekommen wir große Lust tauchen zu gehen. Dazu verlassen wir das Wasser, um unsere Tauchausrüstung zu holen.

Wir ziehen unsere Taucherbrille, unseren Schnorchel und unsere Flossen an und gehen wieder ins Wasser.

Jetzt machen wir unsere ersten Tauchversuche. Da aber nicht alle Kinder gleichzeitig tauchen können, nenne ich jetzt die Kinder, die tauchen dürfen. Die genannten Kinder tauchen unter dem Wasser hindurch und suchen sich einen neuen Platz.

Als erstes tauchen alle Kinder, die...

Bei der dritten großen Welle geht es los.

- Ein Strandball wird auf das Schwungtuch gelegt. Es wird hoch und runter bewegt, sodass der Ball auf dem Tuch auf und ab springt.
- Weitere Bälle auf das Tuch legen, das Schwungtuch hoch und runter bewegen, sodass die Strandbälle hochfliegen.

- Strandbälle vom Schwungtuch nehmen.
- Taucherbrille, Schnorchel, Flossen anziehen.

- Kinder mit Brille, weißen Socken, mit einem Zopf, blauer Hose, die ein Haustier haben, die sich heute Morgen nicht die Zähne geputzt haben, die heute noch nicht getaucht sind, ...
- Alle zählen zusammen bis drei. Bei drei halten alle das Schwungtuch nach oben und die genannten Kinder laufen unter dem Schwungtuch durch und suchen sich einen neuen Platz.



STARKE PARTNER
SEIT ÜBER 50 JAHREN

TEXTVORSCHLAG

AKTION

6

Nach dem Tauchen bekommen wir wieder große Lust, ins Wasser zu gehen.

Wir ziehen unsere Bahnen und schwimmen immer im Kreis herum.

Da man nicht allein im Wasser sein sollte, kommt unser Freund, der Eimer, dazu.

Wir spielen Fangen. Wenn wir gefangen wurden, rufen wir ganz laut: „Hab dich!“

So langsam wird uns kalt. Wir bekommen schon blaue Lippen und fangen an zu frieren.

Also gehen wir aus dem Wasser raus.

7

Damit wir wieder warm werden, müssen wir uns gut trocken rubbeln.

Und wir rubbeln los.

Damit auch die Haare trocken werden, föhnen wir noch etwas.

Seid ihr wieder trocken? Ist euch warm? Dann kommt doch alle wieder raus und zeigt eure lustigen Frisuren.

- Kleinen Ball auf das Schwungtuch legen und im Kreis rollen lassen. Dazu hocken sich die Kinder hin, wo der Ball als nächstes hin rollen soll, bzw. dort wo der Ball sich gerade befindet, wird das Tuch angehoben, damit der Ball weiterrollt.
- Eimer auf das Schwungtuch legen.
- Durch vorsichtige Auf- und Abwärtsbewegung des Schwungtuchs wird versucht, den Ball in den Eimer zu lenken.
- Kinder zittern.
- Eimer und Ball werden vom Schwungtuch genommen.

- 2-5 Kinder werden pro Durchgang ausgewählt, die sich unter das Tuch hocken.
- Achtung:** Nicht unter das Loch in der Mitte des Schwungtuchs hocken.
- Alle anderen Kinder hocken sich hin und bewegen das Schwungtuch hin und her.
 - Schwungtuch leicht auf und ab bewegen.
 - Das Schwungtuch wird hochgenommen und die Kinder kommen wieder hervor.



TEXTVORSCHLAG

AKTION

8 Am liebsten würden wir noch bis zum Abend am Wasser bleiben, so schön ist es hier. Aber dunkle Wolken schieben sich vor die Sonne und es wird stürmisch. Die Wellen werden höher.

Der Sturm wird immer größer, er wird zu einem Orkan. Riesige Wellenberge türmen sich auf.

- Schwungtuch hoch und runter bewegen und große Wellen machen.
- Kuppeln bauen:
Alle zählen bis drei, bei drei wird das Schwungtuch nach oben bewegt und alle gehen zwei Schritte in die Mitte, danach wieder zwei Schritte zurück.

9 Ein Gewitter zieht auf und der Wind wird noch stärker. Bei Gewitter darf man nicht mehr in der Nähe vom Wasser sein. Also laufen wir schnell nach Hause und bringen uns in unserem Haus in Sicherheit.

Aufgepasst: Hier ist eine Straße. Wir schauen, ob nichts kommt: Links, rechts, links. Alles frei, also laufen wir schnell weiter.

- Alle drehen sich in die gleiche Richtung, halten das Schwungtuch mit einer Hand fest und laufen los (langsam, schnell).
- Beim Überkreuzen der Straße anhalten und links, rechts, links schauen.

10 Zu Hause gehen wir in die warme Badewanne.

Während es draußen regnet und dicke Regentropfen gegen das Fenster klopfen, sitzen wir in der warmen Badewanne.

- Iglu bauen:
Alle zählen bis drei. Bei drei nehmen alle das Schwungtuch hoch, gehen zwei Schritte in die Mitte, ziehen das Schwungtuch hinter dem Rücken runter und setzen sich darauf.
- Unter dem Schwungtuch gegen das Schwungtuch tippen (Regentropfen).
- Gemeinsam hin- und herbewegen unter dem Schwungtuch.

11 Kommt alle aus der Badewanne raus. Das Unwetter ist vorbei.

- Alle kommen unter dem Schwungtuch hervor.

