



Für den Sportunterricht

Für die bewegte Schule/Betreuung

Vierfüssler-Fangis	Du schaffst das! (Tanz)
Altersstufe <input checked="" type="checkbox"/> Kiga <input checked="" type="checkbox"/> Ust	Altersstufe <input checked="" type="checkbox"/> Kiga <input checked="" type="checkbox"/> Ust
Sozialform <input checked="" type="checkbox"/> in der Gruppe <input checked="" type="checkbox"/> in der Klasse	Sozialform <input checked="" type="checkbox"/> in der Gruppe <input checked="" type="checkbox"/> in der Klasse
Zeitbedarf 5 Minuten	Zeitbedarf 10 Minuten
Material keines	Material evtl. Video, Lautsprecher
Ziel Kräftigen, Stützen	Ziel Tanzen, Selbstvertrauen aufbauen
Quelle «Jugihit», Schweizerischer Turnverband, 2020	Quelle Lichterkinder, youtube
Beschreibung	Beschreibung
Zuerst wird ein Fänger/eine Fängerin bestimmt. Dann setzen sich alle auf den Boden und versuchen im Krebsgang (= Stütz rücklings, Gesäss ist in der Luft, Bauch zeigt nach oben) vor dem Fänger zu flüchten. Das fangende Kind beginnt im normalen Vierfüssler (= Stütz vorlings, Bauch zeigt zum Boden) und versucht auf allen Vieren die anderen zu fangen. Wer erwischt wird, dreht sich mit dem Bauch zum Boden und hilft mit, ebenfalls auf allen Vieren, den Rest der Spieler einzufangen.	Mit diesem einfachen Tanz zum Mitmachen und Mitsingen lernen die Kinder, Bewegungen gemeinsam aneinander zu hängen und rhythmisch auszuführen. Gleichzeitig geht es um das Aufbauen von Selbstvertrauen mit dem einfachen Text im Refrain: «Du schaffst das»! https://www.youtube.com/watch?v=kUu63OHHqJY
Variationen	Variationen
<ul style="list-style-type: none"> ▪ umgekehrter Start ist auch möglich, dabei mit mehr Fänger*innen (im Krebsgang) starten. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Eigene Sportarten einbauen anstelle von Fussball, Turnen...

