



Für den Sportunterricht

Für die bewegte Schule/Betreuung

Reifenspringen im Takt	Rhythmus Spiel
Altersstufe <input checked="" type="checkbox"/> Alle	Altersstufe <input checked="" type="checkbox"/> Alle
Sozialform <input checked="" type="checkbox"/> in der Gruppe <input checked="" type="checkbox"/> in der Klasse	Sozialform <input checked="" type="checkbox"/> einzeln <input checked="" type="checkbox"/> mit Partner <input checked="" type="checkbox"/> in der Gruppe <input checked="" type="checkbox"/> in der Klasse
Zeitbedarf 10-15 Minuten	Zeitbedarf 5-10 Minuten
Material 24 Reifen, Musik mit klarem Rhythmus (ca. 120bpm)	Material -
Ziel Schulung Rhythmusfähigkeit	Ziel Schulung Rhythmusfähigkeit
Quelle www.mobilesport.ch	Quelle Verlage Modernes Lernen
Beschreibung (mit Video)	Beschreibung
<p>6 Reihen mit je 4 Reifen werden auf den Boden gelegt. Die Kinder stellen sich in zwei Reihen hinter zwei Startreifen auf.</p> <p>Nun wird im vorgegebenen Takt nacheinander und gemeinsam durch die Reifen gehüpft. Das erste Kind springt mit je einem Fuss in die ersten beiden Reifen. Auf jeden Schlag wird ein Sprung ausgeführt. Zwei Sprünge zur Seite, in der ersten Reihe, dann 2 Sprünge zurück bis zur Startposition. Von dort ein Sprung nach vorne in die nächste Reihe. Sobald das erste Kind den Sprung in die dritte Reihe macht, springt das zweite Kind in die erste Reihe und hüpft im selben Takt mit.</p>	<p>Die Kinder üben miteinander folgendes Rhythmus-Muster:</p> <p>Sie klatschen mit beiden Händen einmal auf die Knie, dann einmal in die Hände, und schnipsen dann einmal mit der linken und einmal mit der rechten Hand: Knie, Klatsch, Schnipp, Schnipp, Knie, Klatsch, Schnipp, Schnipp usw. Wenn die Kinder nicht schnipsen können, dürfen sie stattdessen in die Luft schlagen oder Schnapphände machen.</p>
Variationen	Variationen
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Von beiden Seiten gleichzeitig starten ▪ Unterschiedliche Hüpfmuster ausprobieren ▪ Nur drei Reifen pro Reihe ▪ schnellere Takte wählen <p>Geeignete Musik: ca. 120 bpm (Beispiele: A sky full of stars, Coldplay; Thriller, Michael Jackson, Cake by the ocean, DNCE; Get down on it, Kool & The Gang)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Beim ersten Schnipp nennt das startende Kind seinen eigenen Namen und beim zweiten Schnipp den Namen eines anderen Kindes. Dieses Kind sagt wiederum beim ersten Schnipp den eigenen Namen und beim zweiten Schnipp den Namen eines anderen Kindes, das dann an der Reihe ist usw. ▪ Wie oben, aber jedes Kind hat eine Nummer (anstatt Namen nennen) ▪ Wie oben mit der Nummer, zusätzlich wird nach einem Fehler ein Platz weitergerutscht und bekommen die Kinder eine neue Nummer