

## Kreisendes Seil

9.

Die Lehrperson schwingt in der Mitte eines Kreises das Langseil so um sich herum, dass dessen Ende knapp den Boden berührt. Die Kinder stehen verteilt um den Kreis herum, nähern sich dem geschwungenen Seil und versuchen es zu überspringen. Wer sich im Seil verfängt, löst eine Zusatzaufgabe (z.B. 20 Schritte auf einer Bodenlinie gehen, die Sprossenwand auf der untersten Sprosse queren, eine Runde um den Kreis laufen usw.).

Variationen:

- Je zwei Kinder halten sich an den Händen und überspringen das Seil gemeinsam als Paar.
- Die Lehrperson lässt das Seil schneller oder langsamer kreisen.
- Wer mutig ist, springt möglichst nahe beim Kreiszentrum.

*Schlagentanz:* Das eine Seilende wird an der Sprossenwand befestigt. Das andere Ende hält die Lehrperson in der Hand und erzeugt damit horizontale oder vertikale Schlängelbewegungen. Die Kinder überspringen das Hindernis ohne Seilberührung und laufen danach eine Runde um ein markiertes Feld oder durch einen Parcours.

Material: 1 Langseil, evtl. Pylonen oder Malstäbe



**Ziele:** Geschicklichkeit fördern  
Sprungerfahrungen sammeln