



## Heute geht's in den Zoo...

Heute geht es in den Zoo. Wie kommen wir denn in den Zoo?

- Mit dem Auto:
  - *Das Kind läuft voran und du hinterher.*
  - *Du läufst voran und das Kind hinterher.*
  - *Halte mit deinen Händen ein imaginäres Lenkrad.*
  - *Verändere die Straße: Autobahn schneller laufen, Stadtfahrt ganz langsam*
  - *Rote Ampel stehen bleiben*
  - *Im Haus könnt ihr auch auf der Stelle laufen*
- Mit dem Flugzeug:
  - *Breite deine Arme wie Flügel aus.*
- Mit dem Fahrrad:

So nun sind wir angekommen. Vor dem Eingang siehst du schon eine lange Schlange und wir müssen warten.

- *Das Kind soll ruhig stehen bleiben.*

Endlich am Kassenhäuschen bezahlt ihr den Eintritt.

- *Einklatschen*

Was sollen wir uns denn als Erstes anschauen.

[Es werden nun nacheinander Zootiere nachgeahmt. Die Übungszeit ist 90 Sekunden und etwa 30 Sekunden Wechselzeit.]

Zuerst kommen wir am Affengehege vorbei.

**Dein LEBEN in GESUNDHEIT!**



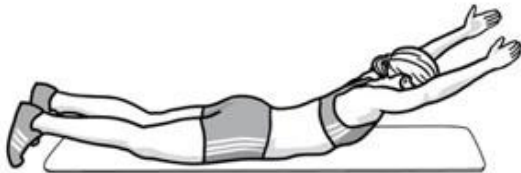
## 1. DER AFFE:



- Beine angewinkelt aufstellen und Oberkörper anheben und wieder absetzen
- Wenn sich der Affe aufrollt
  - o *Isst er eine Banane*
  - o *Kratz er sich am Kopf*
  - o *Winkt den Zoobesuchern*
  - o *Vielleicht macht er auch ein Geräusch.*

Wie lustig die Affen sich bewegen. Nun geht's weiter. Das nächste Tier ist ein Pinguin.

## 2. DER PINGUIN:



- Bauchlage
- Arme (Flügel) heben und senken
- *Ui ... der Pinguin rutscht über eine Rutschbahn*

Als nächstes seht ihr einen dicken großen Bären. Ist der riesig!

## 3. DER BÄR:



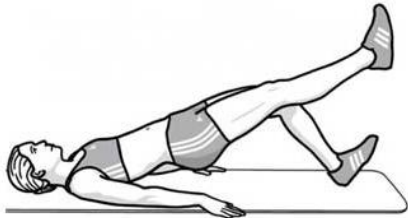
- Beine hüftbreit öffnen
- tief setzen bis Hüfte auf Kniehöhe
- immer auf der Ferse bleiben!!!
- Der Bär:
  - *Hebt die Pfoten nach oben (90 Grad Winkel in den Ellbogen und spreize die Finger wie Krallen)*
  - *Brüllt laut und furchterregend*
  - *Kommt 2 Schritte nach vorne und zurück*

**Dein LEBEN in GESUNDHEIT!**



Nach einer kurzen Pause geht's zum nächsten Tier. Ohh – was ist denn da: ein Krebs.

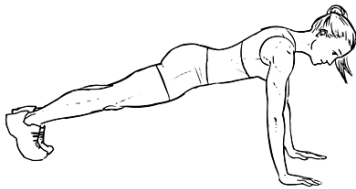
#### **4. DER KREBS:**



- Beine angewinkelt aufstellen und Po heben
- *Der Krebs winkt mit den Scheren* (im Wechsel rechtes und linkes Bein heben)

Nun geht's zum Krokodil.

#### **5. DAS KROKODIL:**



- Brettstütz
  - *Das Krokodil ist in Lauerstellung. Immer wenn ein Zoobesucher das Krokodil besucht, versucht es mit den Zähnen (Händen) den Besucher zu beißen. Hebe schnellkräftig im Wechsel den rechten und linken Arm nach vorne.*

Schaut mal, was ist denn da hinten? (schnell auf der Stelle laufen)

**Dein LEBEN in GESUNDHEIT!**

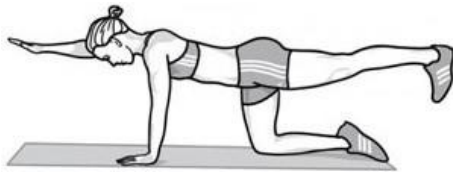


## **6. DER FLAMINGO:**

- Einbeinstand

Nun geht's zum letzten Tier. Dieses Gehege ist mit Elektrozäunen gesichert. „Hier wohnt ein Tiger“, steht auf einem Schild. Du musst gar nicht lange suchen, da hast du den Tiger schon entdeckt. Er liegt ganz entspannt auf einen Felsen. Oh warte – jetzt bewegt sich der Tiger: er streckt sich mit den Pfoten weit nach vorne. Zuerst die rechte und anschließend die linke Pfote.

## **7. DER TIGER**



- Rechtes Bein anheben, linken Arm ausstrecken
- Im Wechsel

Leider ist der Zoo-Besuch schon wieder vorbei und es geht ab nach Hause. Wie kommen wir denn nun heim? Mit dem Auto, dem Fahrrad, dem Flugzeug oder Bus?

- Wie bei der Hinfahrt:
  - *Schnell und langsam laufen*
  - *Rote Ampeln...*

Und nach etwa 2 Minuten sind wir zu Hause angekommen.

Was für ein toller Ausflug.

Nach der Bewegungsgeschichte können die Kinder die Tiere ausmalen.

**Dein LEBEN in GESUNDHEIT!**