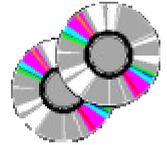


Sitzboogie

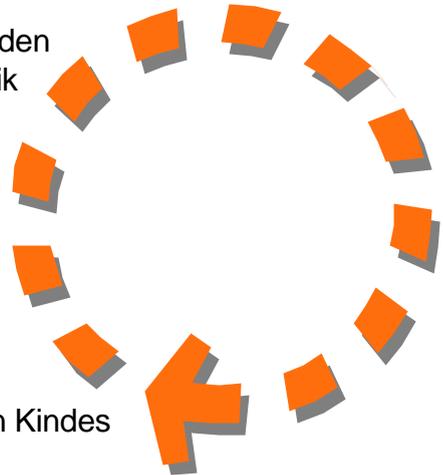


Alle Kinder der Klasse setzen sich mit ihren Stühlen in einen Kreis. Dabei müssen sie so eng nebeneinander sitzen, daß sie mit ihrer linken Hand bis zum linken Oberschenkel ihrer linken Nachbarin / ihres linken Nachbarn und mit ihrer rechten Hand bis zum rechten Oberschenkel ihrer rechten Nachbarin / ihres rechten Nachbarn reichen kann.

Mit dem Einsetzen der Musik geht es los. Die Lehrkraft zeigt den Beginn an und alle Kinder versuchen den Rhythmus der Musik beizubehalten.

Dabei klatschen alle Kinder mit beiden Händen wie folgt:

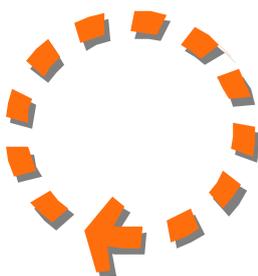
- 1 ---> zweimal auf die eigenen Oberschenkel
- 2 ---> zweimal auf die Oberschenkel des linken Kindes
- 3 ---> zweimal auf die eigenen Oberschenkel
- 4 ---> zweimal auf die Oberschenkel des rechten Kindes



Dies wiederholt sich mehrere Male, bis die Lehrkraft beim Mittelteil der Musik andere Bewegungen vormacht und die Kinder sie dem Vorbild entsprechend nachmachen:

- 5 ---> zweimal auf die eigenen Oberschenkel
- 6 ---> zweimal klatschen
- 7/8 ---> viermal jeweils einmal auf die Oberschenkel und klatschen

Dies wiederholt sich nun mehrere Male. Zum Schluß werden 5, 6, 7/8 insgesamt dreimal nacheinander durchgeführt.



Wenn Sie über einen Kassettenrecorder verfügen, bei dem man unterschiedliche Laufgeschwindigkeiten einstellen kann, können Sie am Anfang die Musik langsamer laufen lassen. Dann fällt es den Kindern leichter, sich in die Bewegungsform einzugewöhnen. Später, wenn es 'fast automatisch' geht, kann man die Musik auch schneller laufen lassen. Dann macht er noch mehr Spaß, der 'Sitzboogie'!



unbekannt, nach einer Idee des Kollegen Gerhard Becker, Solingen