

VARIADU / MINI-PDF

Linienkarten

Acht Stufen für das Gehen auf der Linie – vom leisen Schritt bis zum Becher mit etwas Wasser

Für Kita, Vorschule und Klasse 1–2

Klebe eine Linie auf den Boden, führe sie mit Karte 1 ein und nimm jede Woche eine Karte dazu. Die Karten liegen sichtbar neben der Linie, ältere Kinder wählen ihre Stufe selbst. So bleibt die Übung spannend, ohne dass du sie jedes Mal neu erklären musst.

So richtest du die Linie ein

Einmal eingerichtet, trägt die Linie über Wochen – wenn sie wächst.

1 Linie kleben

Malerkrepp oder farbiges Klebeband als Ellipse auf den Boden, etwa vier mal zweieinhalb Meter, mit Platz für alle in zwei Schritten Abstand. Kein Platz? Eine Gerade an der Wand entlang reicht.



2 Vormachen statt erklären

Geh die Linie einmal selbst, langsam, Ferse an Zehe. Sag nur: „Schaut, wie leise meine Füße sind. Jetzt ihr."



3 Ankommen statt abbrechen

Beende die Übung mit einem Klang. „Wo ihr gerade steht, bleibt ihr stehen wie eine Statue. Jetzt setzt ihr euch genau dort hin."



Sicher und für alle

Barfuß oder in Stoppersocken. Becher nur aus Kunststoff, anfangs zu einem Drittel gefüllt, Handtuch bereit. Fällt etwas herunter: Aufheben und an derselben Stelle weitergehen, niemand muss zurück zum Start. Kinder im Rollstuhl fahren die Linie mit derselben Regel, Kinder mit unsicherem Gleichgewicht gehen an der Wand entlang und dürfen sie berühren.

Linienkarten 1 bis 4

An den gestrichelten Linien ausschneiden.

Karte 1 · Stufe 1

LEISE FÜSSE

Ohne Gegenstand, Ferse an Zehe. „Eure Füße sind so leise, dass die Linie nichts merkt.“

Karte 2 · Stufe 2

GLÖCKCHEN

Ein Glöckchen in der Hand, es darf nicht klingeln. „Klingelt es, einfach langsamer weiter.“

Karte 3 · Stufe 3

KASTANIE

Ein Esslöffel mit einer Kastanie. „Die Kastanie fährt mit. Sie mag keine Kurven.“

Karte 4 · Stufe 4

BLICK ZUM STERN

Die Augen bleiben bei einem Papierstern an der Wand. „Die Füße finden die Linie allein.“

Linienkarten 5 bis 8

An den gestrichelten Linien ausschneiden.

Karte 5 · Stufe 5

ZEITLUPE

Jeder Schritt dauert bis drei. „Eins … zwei … drei … nächster Fuß.“

Karte 6 · Stufe 6

KLANG-STATUE

Beim Klang bleiben alle stehen, beim nächsten Klang geht es weiter. „Hört ihr den Klang, werdet ihr zur Statue.“

Karte 7 · Stufe 7

WASSERBECHER

Ein Kunststoffbecher mit etwas Wasser, mit beiden Händen getragen. „Ihr bestimmt, wie ruhig das Wasser ist.“

Karte 8 · Stufe 8

ZWEI DINGE

Glöckchen in der einen, Löffel mit Kastanie in der anderen Hand. „Doppelt tragen – nur wer möchte.“