

Rüeblichrut Ernährung / Bewegung Mein Körper		Geländespiel			
Leitung	RC Leiter	Datum		Ort	Spielwiese
Zeit	2 Stunden	Methode(n)			
Grundidee / Ziele					
<p>Die Kinder erfahren, dass Ernährung und Bewegung zusammenhängen. Eigene Leistungen erfahren und körperliche Grenzen ausloten. Wichtig erscheint uns nicht das Verbot, sondern der massvolle Umgang und bewusste Konsum. Die TN werden sich über die Herkunft unserer Lebensmittel bewusst.</p>					
Kurzbeschreibung / Anmerkungen					
Die TN machen ein Geländespiel zum Erspielen der Zutaten für den Schoggibrunnen, den sie anschliessend in Betrieb nehmen.					
Einkleidung					
Dem Wetter angepasste Kleidung und gutes, sportliches Schuhwerk.					
Zeit / Ort	Was				Wer
00:00 Spielwiese	<p>Einstieg Rätsel mit verschiedenen Fragen. Die Frage ist 25 Meter von der Gruppe entfernt, ein Teilnehmender muss zur Frage rennen und dann die Frage zurück in die Gruppe rufen. Die Gruppe hat vier mögliche Antworten vor sich. Die Gruppe entscheidet sich für eine Antwort. Der Leitende kontrolliert. Ist die Antwort falsch, wird sie am Schluss wieder gestellt. Ist die Antwort richtig, wird die Frage aussortiert. Der nächste TN darf zu den Fragen losrennen, wenn das andere Kind zurück ist (Handabklatschen). Die Gruppe, die zuerst alle Fragen richtig beantwortet hat, gewinnt und darf sich zuerst die Base aussuchen.</p> <p>Fragen: Wie lange muss ein Kind mit 30kg Seilspringen, um die Energie eines Stücks Apfel mit Schokolade überzogen zu verbrauchen: Antworten: 2 Minuten / 3 Minuten / 6 Minuten / 10 Minuten</p> <p>Wie lange muss ein Kind mit 45kg rennen, um die Energie eines Stücks Banane mit Schokolade überzogen zu verbrauchen: Antworten: 2 Minuten / 3 Minuten (750m) / 6 Minuten / 10 Minuten</p> <p>Wie lange muss ein Kind mit 35kg Frisbee spielen, um die Energie eines Marshmallows mit Schokolade überzogen zu verbrauchen: Antworten: 2 Minuten / 3 Minuten / 6 Minuten / 10 Minuten</p> <p>Wie lange muss ein Kind mit 35kg Volleyball spielen, um die Energie eines Stücks Ananas mit Schokolade überzogen zu verbrauchen: Antworten: 2 Minuten / 3 Minuten / 6 Minuten / 10 Minuten</p> <p>Wie lange muss ein Kind mit 45kg Fahrrad fahren, um die Energie eines Stücks Orange mit Schokolade überzogen zu verbrauchen: Antworten: 2 Minuten (1km) / 3 Minuten / 6 Minuten / 10 Minuten</p> <p>Wie lange muss ein Kind mit 30kg Rugby spielen, um die Energie eines Stücks Melone mit Schokolade überzogen zu verbrauchen: Antworten: 2 Minuten / 3 Minuten / 6 Minuten / 10 Minuten</p>				

	<p>Wie lange muss ein Kind mit 40kg tanzen, um die Energie eines Stücks Orange mit Schokolade überzogen zu verbrauchen: Antworten: 2 Minuten / 3 Minuten / 6 Minuten / 10 Minuten</p>	
<p>00:15 Spielwiese</p>	<p>Hauptteil Die Gruppen verteilen sich auf die Basen, welche unterschiedlich weit vom Zentrum entfernt sind. Die Gruppen müssen an einem Ort auf dem Spielfeld das «Gold» suchen. Dies machen sie, indem sie auf einem abgesteckten Feld nach Haselnüssen/Korkzapfen graben/suchen. Die Haselnüsse müssen sie mit einer Menschengarett zum Posten: „Haselnuss/Korkzapfen zu Schoggieintausch“ bringen. Dort bekommen sie Schokoladenstücke für die abgelieferten Haselnüsse. Die Schokoladen werden zum Schoggibrunnen gebracht, dort bekommen sie für die Schokoladenstücke Geld. Mit dem Geld können sie sich die Teilnahme an einem Posten erkaufen. Jeder Posten ist ein Land. Dort müssen sportliche Aufgaben gemacht werden und dafür gibt es eine typische Frucht aus diesem Land. Ecuador: Bananen → Gleichgewichtslauf (= Besoffenenlauf, danach muss man eine krumme Strecke laufen) Italien: Orangen → Wasser in einen löchrigen Becher von A nach B transportieren. Schweiz: Äpfel → Menschenpyramide USA: Marshmallows → 25 Zündhölzli so nahe an einander in den Boden stecken, dass wenn man eines anzündet, das erste Zündholz das nächste anzündet und so weiter. Spanien: Pfirsich → Pingpongball auf Löffel balancieren und Strecke abrennen. (Es darf ergänzt und verändert werden)</p> <p>Die Früchte müssen nun in der Base geschnitten werden. Das Feld zwischen den Posten ist «Kampfzone» für das Geld. Jeder hat ein Bündeli hinten in der Hose festgemacht. Wer das Bündeli rausgezogen bekommt, muss beim Schoggibrunnen ein neues holen. Die Person darf nicht mehr weiterspielen, bis sie ein neues Bündeli hat und muss alles Geld dem Bündelieroiberer abgeben. Ein neues Bündeli bekommt man für kleine, sportliche Aufgaben (10x Seilspringen, balancieren, Liegestütze, Heubürzel für kleinere Kinder) Gewonnene Bündeli kann man bei einem Leitenden abgeben. Für diese bekommt man Dekorationen, um die Früchteplatte schön zu gestalten. Sobald der Schoggibrunnen fertig gefüllt ist, wird das Spiel beendet. Die Leitenden schmelzen die Schokolade (siehe Anleitung unten) ein, während die Gruppen noch Zeit haben, um die Früchteplatte fertig zu dekorieren. Die Gruppen bringen die Früchteplatten zum Schoggibrunnen. Die Gruppe mit dem schönsten Früchtebuffet gewinnt.</p> <p>Schickt uns ein Foto von dieser Früchtebuffet-Präsentation bis spätestens 22.08.2018. Damit nehmt ihr an der Verlosung des Hauptpreises teil. Das Foto sendet ihr an Gämschi per Whatsapp (0793363309) mit folgenden Angaben: Abteilung/Schar und Name der Kontaktperson. Die Vergabe des Hauptpreises folgt Ende August.</p>	<p>Verkleidete Leiter</p>

01:45 Spielwiese	Ausklang: Essen. Alle TN sind auf ihrer Base, immer eine oder zwei Personen pro Base gehen auf einmal zum Schoggibrunnen, tunken ihre Frucht und gehen zurück, während die nächsten gehen können.			
02:00	Ende			
Anzahl	Material/Literatur	Wer besorgt es	Von wo:	Kosten
4	Wolle in verschiedenen Farben			
1	Schoggibrunnen	Rüeblichrutleitende/r	Rüeblichrut	
1	Blatt mit ausgedruckten Fragen (Einstieg)			
Viele	Haselnüsse/Korkzapfen			
Viel	Spielgeld			
50g	Milchschokolade pro Person			
1	Liter Sonnenblumenöl			
1	Pfanne/Topf			
1	Banane pro Person pro 5 Kinder			
1	Apfel pro Person pro 5 Kinder			
1	Packung Marshmallows			
1	Orange pro 5 Kinder			
5	Becher mit Löcher			
1	Pfirsich pro 5 Kinder			
5	Pingpong Bälle			
5	Löffel			
viele	Zündhölzer			
5	Seile (zum Seilspringen)			
	Verkleidung			
10000	Dinge um die Früchteplatte schön zu gestalten			
Total				000.00 Fr.
Vorbereitung				
Schokolade in Stücke brechen.				
Handouts				
Tenue und Material der Teilnehmer				
Sportliche Kleidung, dem Gelände und Witterung angepasst. Leiter nach Land verkleidet.				
Feedbackpunkte				
Sicherheitskonzept				
Teilnehmende nicht unbeaufsichtigt mit den Zündhölzern spielen lassen.				
Schlechtwetteralternative				

Wenn die Teilnehmenden und Leitenden wasserdicht/regendicht sind, kann man das Geländespiel auch bei Regen durchführen.

Erreichte Ziele und Änderungen

Anhänge

Anleitung zum Schokolade schmelzen:

Die Schokolade soll in einen Topf mit Sonnenblumenöl gegeben und das Gemisch auf kleinster Stufe geschmolzen werden. Wenn die Schokolade zu heiss bekommt, ist sie nicht mehr füssig, sondern bekommt «Möckli» (Ev. Vorher testen!).

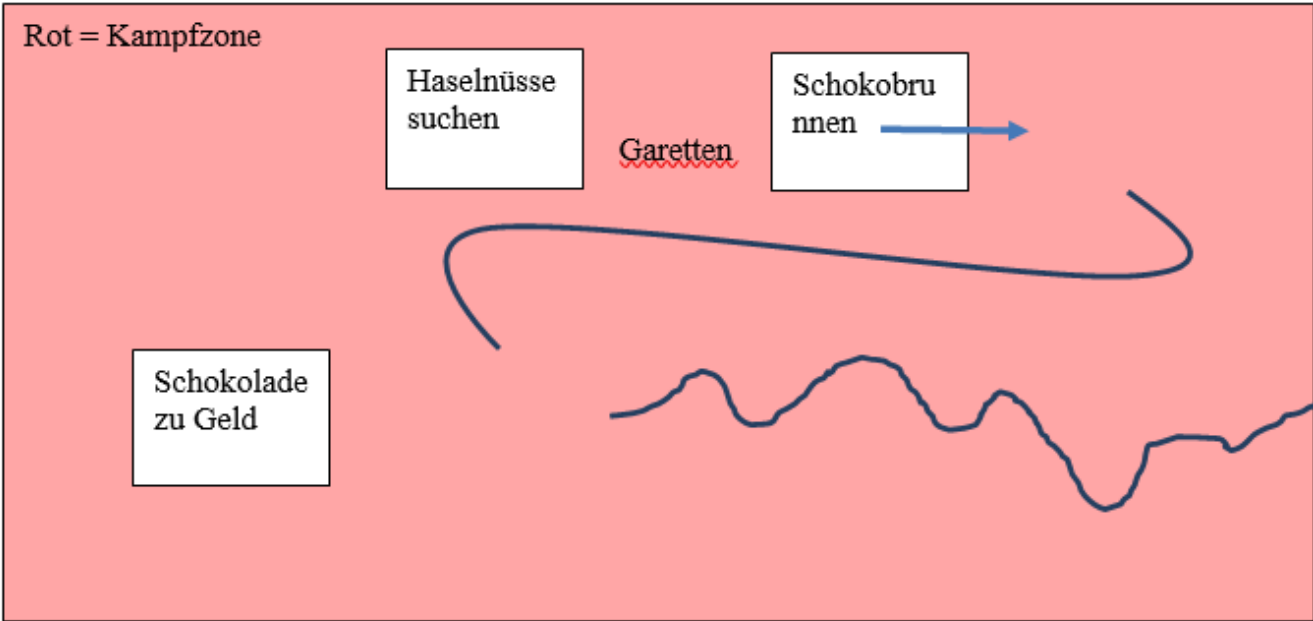
ACHTUNG: Über dem Feuer wird es nicht einfach sein, dass die Schokolade nicht zu heiss bekommt.

Tipp: Genug Zeit einberechnen, da auf keiner Stufe viel Schokolade zu schmelzen einen Moment dauert.

Base Gruppe 4

Base Gruppe 2

Base Gruppe 1



Bändeliabgabe gegen Dekomaterial für die Früchteplatte

Base Gruppe 3

Gegen eine kurze Sportaktivität bekommt man ein neues Bändeli

- Posten Orange
- Posten Apfel
- Posten Pfirsich
- Posten Banane
- Posten Marshmallow

