



Die Löwenjagd

Anleitung zum Rap mit Bewegungen

Stand: September 2020, Verfasser: Johanna Säger

Wir gehen heut´ auf Löwenjagd

Und haben keine Angst.

Huh!

(Im Takt zum Text auf die Oberschenkel klatschen – laut und kurz: HUH sprechen – beim HUH den Kopf nach vorne strecken, wie wenn „der Löwe“ erschreckt werden soll.)

Wir haben einen Stock dabei und auch ein langes Schwert.

Huh!

(Mit der einen Hand umschließen wir einen imaginären Stock und halten ihn senkrecht auf Brusthöhe. Mit der anderen Hand heben wir das imaginäre Schwert hoch über unseren Kopf – laut und kurz: HUH sprechen - beim HUH stoßen wir den gedachten Stock in unserer Faust mit einem schnellen Ruck direkt vor uns.)

Wir kommen an ein hohes Gras.

So!

(Beide Handinnenflächen sind offen und aufeinander gelegt. Wir führen beide flach und schnell aneinander reibende Handflächen vor unserem Körper langsam hoch und runter. Wir deuten so an, wie hoch das Gras gewachsen ist.)

Wir können nicht oben drüber.

(Beide Arme strecken sich weit nach oben. Die Handflächen sind offen.)

Nein!

(Wir schütteln den Kopf.)

Wir können nicht unten durch.

(Beide Arme strecken sich mit geöffneten Handinnenflächen Richtung Boden. Der Oberkörper geht nach vorne und deutet die Bewegung Richtung „unten durch“ an.)

Nein!

(Wir schütteln den Kopf.)

Wir können nicht außen herum.

(Wir strecken den rechten Arm lang nach rechts und bewegen uns mit dem Oberkörper auf die rechte Seite mit. Direkt anschließend strecken wir den linken Arm nach links und bewegen uns mit dem Oberkörper auf die linke Seite mit.)

Nein!

(Wir schütteln den Kopf.)

Wir müssen mittendurch.

(Wir legen beide Handinnenflächen aufeinander und strecken beide Arme in Brusthöhe lang und schnell nach vorne, so als wollten wir etwas zerteilen.)

Wir schneiden das Gras mit dem Schwert ab.

Chchcht...chchcht...chchcht!

(Mit beiden flachen Händen deuten wir die Schneidebewegungen in der Luft an.)

Geschafft!

(Mit beiden Händen gleichzeitig auf die Oberschenkel klatschen.)

Wir gehen heut' auf Löwenjagd.

Und haben keine Angst.

Huh!

(Im Takt zum Text auf die Oberschenkel klatschen – laut und kurz: HUH sprechen – beim HUH den Kopf nach vorne strecken, wie wenn „der Löwe“ erschreckt werden soll.)

Wir haben einen Stock dabei und auch ein langes Schwert.

Huh!

(Mit der einen Hand umschließen wir einen imaginären Stock und halten ihn senkrecht auf Brusthöhe. Mit der anderen Hand heben wir das imaginäre Schwert hoch über unseren Kopf – laut und kurz: HUH sprechen - beim HUH stoßen wir den gedachten Stock in unserer Faust mit einem schnellen Ruck direkt vor uns.)

Wir kommen an einen breiten Fluss.

So!

(Beide Handinnenflächen sind in Brusthöhe flach und senkrecht aneinander gelegt und bewegen sich auf Brusthöhe nach rechts und links auseinander. Wir deuten an, wie breit der Fluss ist.)

Wir können nicht oben drüber.

(Beide Arme strecken sich weit nach oben. Die Handflächen sind offen.)

Nein!

(Wir schütteln den Kopf.)

Wir können nicht unten durch.

(Beide Arme strecken sich mit geöffneten Handinnenflächen Richtung Boden. Der Oberkörper geht nach vorne und deutet die Bewegung Richtung „unten durch“ an.)

Nein!

(Wir schütteln den Kopf.)

Wir können nicht außen herum.

(Wir strecken den rechten Arm lang nach rechts und bewegen uns mit dem Oberkörper auf die rechte Seite mit. Direkt anschließend strecken wir den linken Arm nach links und bewegen uns mit dem Oberkörper auf die linke Seite mit.)

Nein!

(Wir schütteln den Kopf.)

Wir müssen mittendurch.

(Wir legen beide Handinnenflächen aufeinander und strecken beide Arme in Brusthöhe lang und schnell nach vorne, so als wollten wir etwas zerteilen.)

Wir schwimmen durch.

Schwimm...schwimm...schwimm!

(Schwimm-Bewegungen mit beiden Armen machen.)

Geschafft!

(Mit beiden Händen gleichzeitig auf die Oberschenkel klatschen.)

Wir gehen heut' auf Löwenjagd.

Und haben keine Angst.

Huh!

(Im Takt zum Text auf die Oberschenkel klatschen – laut und kurz: HUH sprechen – beim HUH den Kopf nach vorne strecken, wie wenn „der Löwe“ erschreckt werden soll.)

Wir haben einen Stock dabei und auch ein langes Schwert.

Huh!

(Mit der einen Hand umschließen wir einen imaginären Stock und halten ihn senkrecht auf Brusthöhe. Mit der anderen Hand heben wir das imaginäre Schwert hoch über unseren Kopf – laut und kurz: HUH sprechen - beim HUH stoßen wir den gedachten Stock in unserer Faust mit einem schnellen Ruck direkt vor uns.)

Wir kommen an ein großes Feuer.

So!

(Wir strecken beide Arme lang nach vorne und „flackern“ wackelnd und zuckend mit den Fingern. Die Arme bewegen sich dabei nach oben und unten, nach rechts und links.)

Wir können nicht oben drüber.

(Beide Arme strecken sich weit nach oben. Die Handflächen sind offen.)

Nein!

(Wir schütteln den Kopf.)

Wir können nicht unten durch.

(Beide Arme strecken sich mit geöffneten Handinnenflächen Richtung Boden. Der Oberkörper geht nach vorne und deutet die Bewegung Richtung „unten durch“ an.)

Nein!

(Wir schütteln den Kopf.)

Wir können nicht außen herum.

(Wir strecken den rechten Arm lang nach rechts und bewegen uns mit dem Oberkörper auf die rechte Seite mit. Direkt anschließend strecken wir den linken Arm nach links und bewegen uns mit dem Oberkörper auf die linke Seite mit.)

Nein!

(Wir schütteln den Kopf.)

Wir müssen mittendurch.

(Wir legen beide Handinnenflächen aufeinander und strecken beide Arme in Brusthöhe lang und schnell nach vorne, so als wollten wir etwas zerteilen.)

Wir stampfen das Feuer aus.**Stampf...stampf...stampf!**

(Wir stampfen mit beiden Füßen abwechselnd auf den Boden.)

Geschafft!

(Mit beiden Händen gleichzeitig auf die Oberschenkel klatschen.)

Wir gehen heut' auf Löwenjagd.**Und haben keine Angst.****Huh!**

(Im Takt zum Text auf die Oberschenkel klatschen – laut und kurz: HUH sprechen – beim HUH den Kopf nach vorne strecken, wie wenn „der Löwe“ erschreckt werden soll.)

Wir haben einen Stock dabei und auch ein langes Schwert.

(Mit der einen Hand umschließen wir einen imaginären Stock und halten ihn senkrecht auf Brusthöhe. Mit der anderen Hand heben wir das imaginäre Schwert hoch über unseren Kopf - laut und kurz: HUH sprechen - beim HUH stoßen wir den gedachten Stock in unserer Faust mit einem schnellen Ruck direkt vor uns.)

Wir kommen an eine Höhle.

(Beide Arme strecken sich über den Kopf, die Fingerspitzen berühren sich, und wir bilden einen Bogen. Es sieht aus wie der Eingang zu einer Höhle.)

Es ist dunkel.

(Wir halten uns die Augen zu.)

Wir fühlen etwas Weiches.

(Unsere Hände streicheln über unseren eigenen Kopf und die Haare **oder** in Absprache über den Kopf und die Haare des Nachbarn/der Nachbarin.)

Wir spüren etwas Warmes.

(Unsere Arme schlingen sich um unseren Oberkörper. Wir wärmen uns selbst. Eine weitere Möglichkeit in Absprache mit den anderen Teilnehmern/-innen: wir streichen über den Rücken und die Arme des Nachbarn/der Nachbarin.)

Huch!!!

(Eine Handfläche oder beide Handflächen legen sich „erschrocken“ auf den Mund.)

Der Löwe!

(Wir rufen „der Löwe“ laut.)

Schnell raus und zurück!

(Wir rennen schnell auf der Stelle.)

Oh!

(Wir stehen einen Moment still. Unsere Hände liegen flach rechts und links auf unseren Wangen, während wir laut „Oh“ sagen.)

Das Feuer ist wieder angegangen.

Wir stampfen es wieder aus.

(Mit beiden Füßen stampfen wir schnell und abwechselnd auf der Stelle.)

Oh!

(Wir stehen einen Moment still. Die Hände liegen rechts und links auf den Wangen, während wir laut „Oh“ sagen.)

Der Fluss ist wieder da.

Wir schwimmen wieder durch.

(Wir machen schnelle Schwimmbewegungen mit den Armen.)

Oh!

(Wir stehen einen Moment still. Die Hände liegen rechts und links auf den Wangen, während wir laut „Oh“ sagen.)

Das Gras ist wieder hoch.

Wir schneiden es wieder ab.

(Wir „schneiden“ mit den flachen Händen schnell durch die Luft.)

Puh!

Geschafft!

(Mit beiden Händen gleichzeitig auf die Oberschenkel klatschen.)

Wir waren heut' auf Löwenjagd.

Und hatten keine Angst!!!

Huh!!!

(Im Takt zum Text auf die Oberschenkel klatschen – laut und kurz: HUH sprechen – beim HUH den Kopf nach vorne strecken, wie wenn „der Löwe“ erschreckt werden soll.)

Viel Spaß „auf der Löwenjagd“

**mit unseren vorgeschlagenen oder mit Euren selbsterfundene
Bewegungen**