

Spielen und Bewegen

**für den Gruppenraum,
den Bewegungsraum
und zu Hause**



Kindergarten & Grundschule

DAS TRANSPORT-SPIEL

Material:

Wäscheklammern, kleine Gegenstände (z.B. Murmeln, Würfel u.ä.)

Anleitung:

Das Grundprinzip ist, dass die Gegenstände nur mit der Wäscheklammer von einem zum nächsten Ort transportiert werden ohne fallengelassen zu werden. Es gibt dafür verschiedene Spielformen:

- Die Gegenstände werden auf Zeit zum Bestimmungsort transportiert.
- Es muss unterwegs ein kleiner Parcours absolviert werden, in dem z.B. über etwas balanciert oder drüber gestiegen werden muss.
- Die Gegenstände sind farblich sortiert und müssen an farblich passende Orte gebracht werden.
- Der „Transporter“ bekommt vom Mitspieler gesagt, welcher Gegenstand wohin gebracht werden soll.
- Die Gegenstände müssen jeweils mit den Wäscheklammern untereinander weitergegeben werden.

So könnte es aussehen:



INDOOR-PARCOURS

Material:

Decken, Kissen, Stühle, Tische, Sofa, Wäscheständer ...

Anleitung:

1. Platz schaffen, d.h. alles was nicht gebraucht wird und kaputt gehen kann wegräumen.
2. Aus Stühlen, Decken, Tischen u.ä. kann nun ein Parcours zum drüber klettern, durch krabbeln, balancieren oder springen gebaut werden.
3. Mögliche Aufgabenstellungen:
 - Der Fußboden darf nicht berührt werden.
 - Die Hände dürfen nicht benutzt werden.
 - Mit verbundenen Augen (alleine oder mit Anweisungen vom Partner).

So könnte es aussehen:



- 1: Durchkrabbeln
2: Balancieren



- 3: Drüber steigen
4: Durch krabbeln



HÖHLE BAUEN

Material:

Decken, Kissen, Stühle, Tische, Sofa ...

Anleitung:

1. Einen Platz für die Höhle bestimmen (z.B. Sofaecke), alles was nicht gebraucht wird wegräumen und Stühle, Kissen etc. platzieren.
2. Decken drüber legen und leicht befestigen z.B. in Sofaritzen einklemmen, schwere Bücher auf Stühle und Decken legen.
3. Einfach reinschlüpfen und lesen, spielen, Musik hören u.v.m.!

So könnte es aussehen:

1



2



3



DAS FISCHER-SPIEL

Anleitung:

Alle setzen sich gemeinsam in einen Kreis auf den Boden oder an einen kleinen Tisch. Alle außer eine Person (der Fischer) legen ihre Hände auf den Boden/Tisch. Alle sagen zusammen den folgenden Spruch auf:

„Ich hab gefischt, ich hab gefischt,
ich hab die ganze Nacht gefischt
und keinen einzigen Fisch erwischt,
außer diesem einen Goldfisch.“

Der Fischer lässt seine Hände über denen der anderen schweben und bei dem Wort Goldfisch schlägt er*sie auf eine der Hände. Aber Vorsicht, nicht zu doll! Nun kann der*die Nächste Fischer sein!

SPIELEN MIT FLUMMI

Anleitung:

Hier gibt es zahlreiche lustige Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten:

- Der Flummi kann im Kreis mit einmaligem aufditschen auf dem Boden, durch rollen oder werfen weitergegeben werden.
- Der Flummi wird hochgeworfen, prallt einmal auf den Boden und muss aufgefangen werden, es darf nicht zweimal nacheinander die gleiche Person fangen.
- Den Flummi fallen lassen und sich im Takt des Flummis bewegen.

SPIELEN MIT LUFTBALLON

Anleitung:

Es gibt viele lustige Möglichkeiten, Spiel und Bewegung zu vereinen:

- Den Luftballon in der Luft halten: mit den Händen /Füßen, durch pusten, mit dem Kopf...
- Den Luftballon balancieren: auf einem Löffel, dem Kopf...
- Einen Luftballon in einen andern stecken und ein wenig Wasser in den inneren füllen. Diesen gut verknoten und ganz hineinstecken. Den äußeren Ballon aufpusten und verknoten. Lasst euch überraschen was passiert!



DAS SPIEGEL-SPIEL

Anleitung:

Dieses Spiel kann zu zweit oder auch mehr Personen gespielt werden. Eine Person sitzt oder steht den Anderen gegenüber und macht Bewegungen vor. Die Anderen machen diese Bewegungen nach, allerdings spiegelverkehrt, so als würden sie sich im Spiegel betrachten.

So kann man die Anderen lustige Bewegungen ausführen lassen!

Als Spielform mit „Gewinner“ kann die vormachende Person am Ende auch Platzierungen verteilen, wer das „beste Spiegelbild“ war, diese Person ist als Nächste*r an der Reihe.

Hinweis:

Wenn die Bewegungen sehr langsam ausgeführt werden, können die „Spiegelbilder“ die Bewegungen möglichst zeitgleich nachahmen. Die Geschwindigkeit sollte aber durchaus variiert werden. Schnelle Bewegungen fördern neben der Konzentration auch die Reaktionsfähigkeit!

FARB-WÜRFELSPIEL

Material:

Malvorlage mit Zahlen, Buntstifte, Zahlenwürfel, Farbwürfel

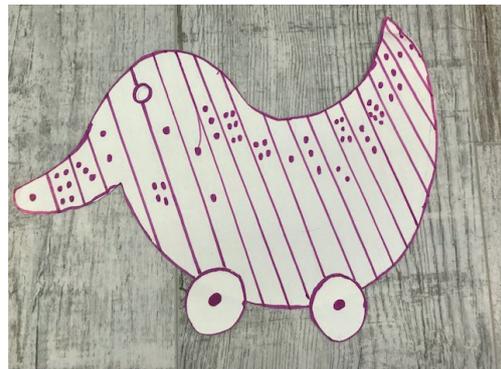
Anleitung:

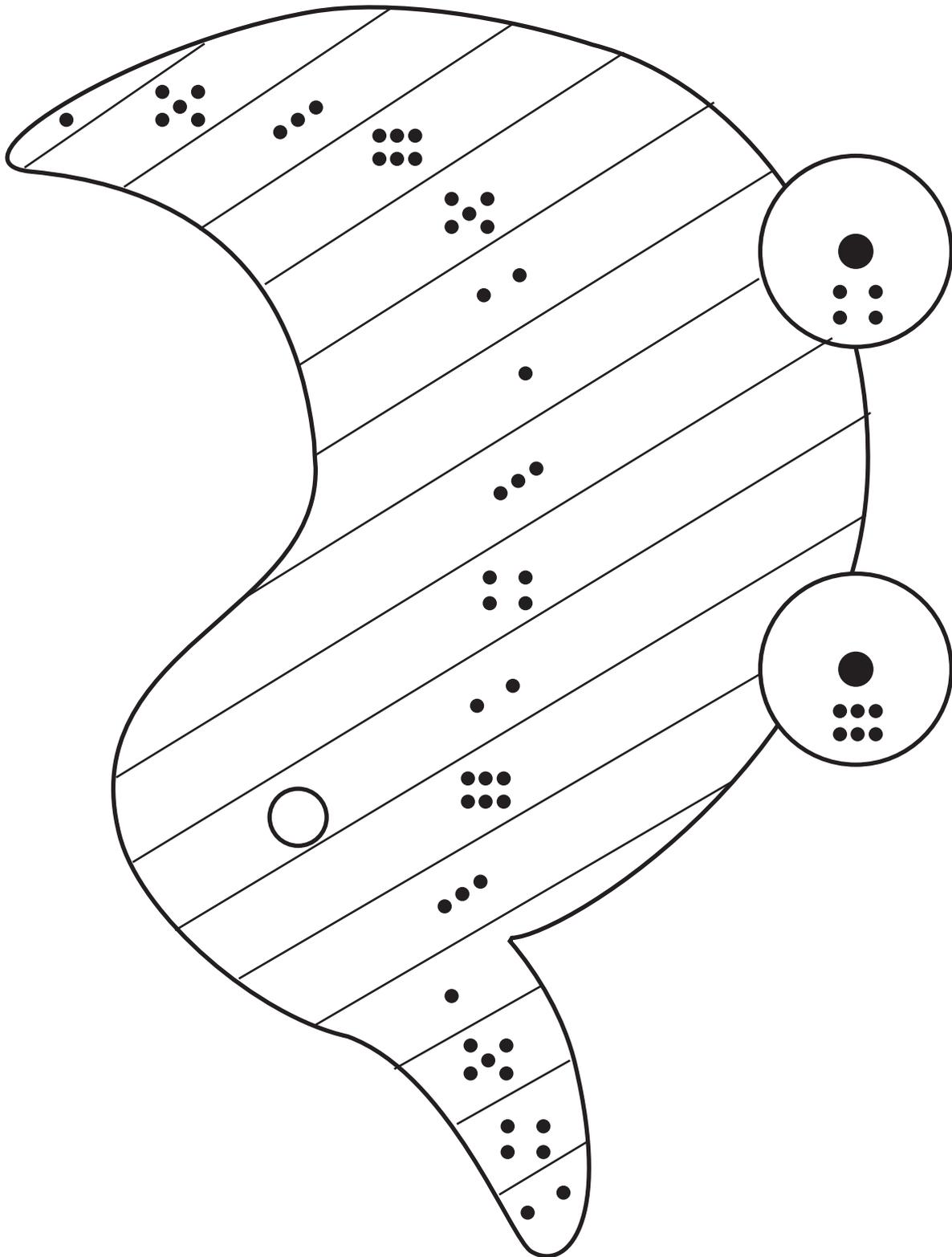
1. Die Malvorlagen kann ausgedruckt werden oder es wird selbst eine gestaltet, die Buntstifte und die Würfel bereit legen.
2. Der jüngste Spieler beginnt und würfelt nacheinander mit dem Zahlen- und dem Farbwürfel.
3. Ein Feld mit der entsprechenden Zahl darf in der gewürfelten Farbe angemalt werden.

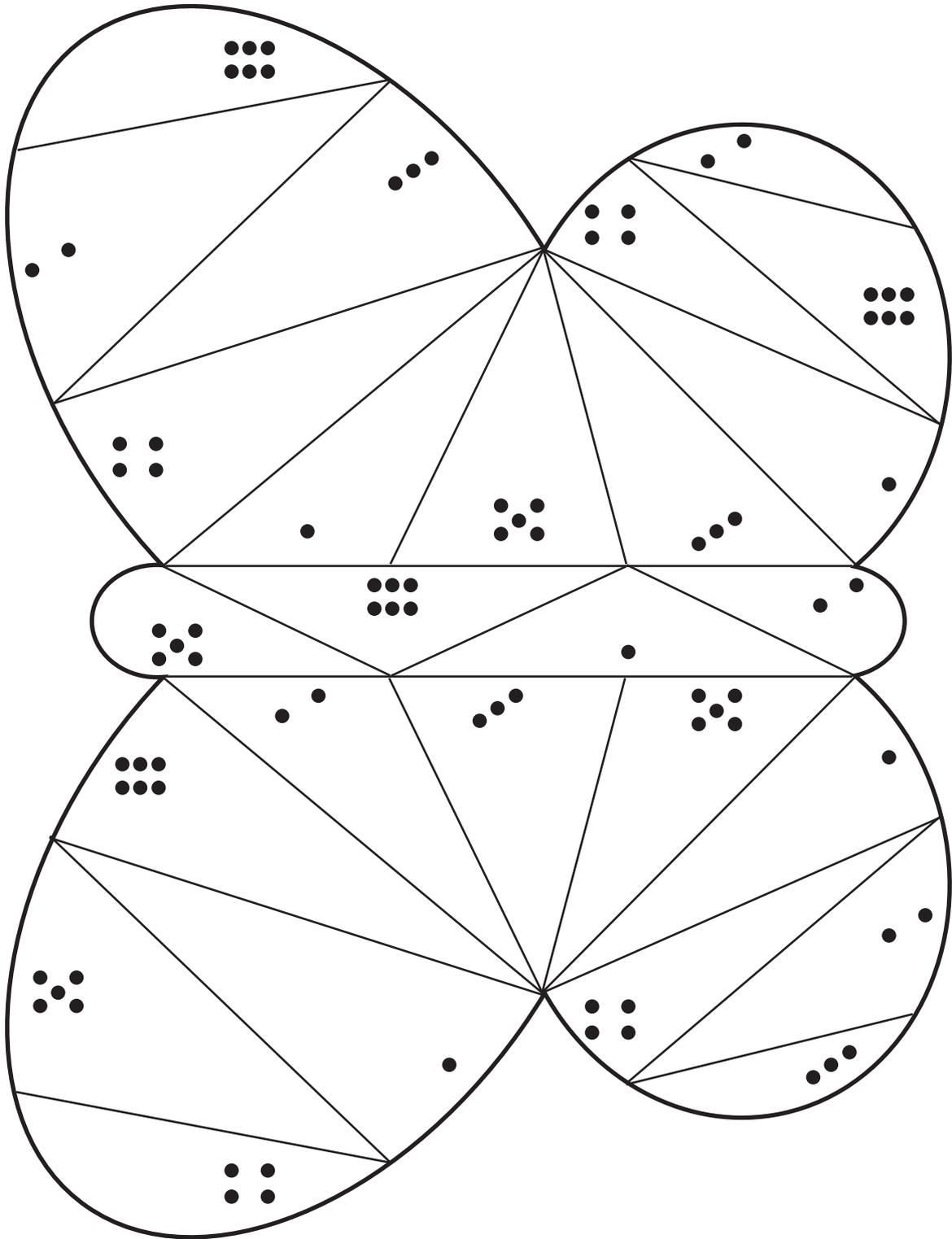
Hinweis:

Wer keinen Farbwürfel zu Hause hat, kann den Zahlen von 1-6 jeweils vorab eine Farbe zuordnen oder man darf sich die Farbe einfach aussuchen.

Das brauchst du:







SALIBONANI - GUTEN MORGEN

Material:

Die Musik zum Mitsingen und Tanzen steht auf der Homepage bereit!

Anleitung:

Salibonani bedeutet Guten Morgen in der Sprache des Ndebele Volks in Simbabwe/ Südafrika und ist der Titel eines bekannten Begrüßungslieds.

Man kann mit diesem Lied herrlich singend, spielend und tanzend in den Tag starten und es lässt sich auf vielfältige Weise gestalten:

Zum Lied kann mit den Füßen gestampft getrommelt oder mit den Händen geklatscht sowie getanzt werden.

Aber Vorsicht: Salibonani schleicht sich ein und bleibt im Ohr!

Der Einstieg:

1. Das Lied erst vorsingen, anschließend gemeinsam singen.
2. Im Rhythmus dazu klatschen, stampfen oder trommeln
3. Tanzschritte (Step Touch: Schritt nach rechts, schließen, nach links wiederholen) hinzufügen.

Das brauchst du:

Text und Melodie:

sa - LI - bo - NA - NI
 sa - li - bo - na - ni P
 sa - LI - bo - NA - NI
 sa - li - bo - na - ni P
 SA - LI - sa-a - LI -
 sa - li - bo - na - ni P
 SA - LI - sa-a - LI -
 sa - li - bo - na - ni P



Großbuchstaben: Lange Betonung
 Kleinbuchstaben: Kurze Betonung
 P: Pause

Tipp: Schaut euch einfach das Video dazu an und macht mit!