

Bewegungsspiele in kleinen Räumen

Angebote im Kindergarten

Begrüßung international

Material: Musikanlage

Zur Musik durch den Raum gehen/ laufen.

Bei Musikstopp zur Begrüßung mit einer anderen Person berühren sich folgende Körperteile:

Ellenbogen	beide Hände
Fuß	Schulter
Knie	kleiner Finger
Po	Fußsohle
Rücken	

Zusätzlich eine Aktion:

- Hände überkreuz fassen - sich gemeinsam drehen
 - Hände fassen - gemeinsam Kniebeugen
 - Hände fassen - hüpfen
 - Rücken an Rücken - in die Knie gehen
- Mit gegrätschten Beinen Rücken an Rücken stehen und durch die Beine die Hand geben
- HO HA: - Ausfallschritt rechts + rechten Arm heben
Ausfallschritt links + linken Arm heben
Ein Kind kann beide Ho und Ha durchführen
- oder: ein Kind geht auf ein anderes zu und macht HO
Dann antwortet das andere mit HA

Klopfmassage, wir sagen unserem Körper „Guten Morgen“

Material: evtl. Matten

Körperteile mit einer lockeren Faust oder flacher Hand abklopfen und dabei benennen.

Ich packe meinen Koffer“

Material: -

Die Kinder stehen im Kreis. Ein Kind macht eine Bewegung vor, das nächste Kind wiederholt diese und fügt eine neue hinzu. Reihum geht es weiter bis das erste Kind noch einmal alle Bewegungen wiederholt.

Reaktionsspiel 1,2,3....

Material: Musikanlage

- 1 : hinstellen, an die Nase fassen
- 2 : zwei Kinder fassen sich an die Hände, hüpfen
- 3 : auf den Bauch legen
- 4 : auf Oberschenkel klatschen
- 5 : Hände berühren den Boden
- 6 : ein Kind kniet im Päckchen, das zweite steigt rüber

Zwischen den Kommandos am Platz marschieren, mit und ohne Musik möglich.

Alles hört auf mein Kommando

Material: -

Die Kinder laufen oder gehen quer über die Wiese, abwechselnd gibt die Erzieherin oder später auch die Kinder Kommandos:

- Nase klebt
- Po klebt
- rechtes Knie klebt
- linke Schulter klebt...

Es bleibt den Kindern überlassen, ob sie die genannten Körperteile mit einem oder mehreren Kindern zusammenkleben. In dieser Position bewegen sich die Kinder, bis das nächste Kommando fällt.

Variante:

Diesmal gibt ein Spielleiter Kommandos, die ändern müssen versuchen, die Aufgaben zu erfüllen:

- "Klatscht in die Hände,
- bildet mit den Händen einen Kreis, indem sich jeweils Daumen und jeweils Zeigefinger berühren,
- berührt so wenig wie möglich den Boden,
- stellt ein Bein in die Luft,
- berührt mit einem Bein ein anderes in der Luft,
- formt ein L (es gehen auch viele andere Buchstaben)...
- berührt etwas grünes,
- berührt etwas hartes,
- berührt zu zweit etwas weiches....

Schreispiel

Alle bilden mit gefassten Händen einen Kreis und summen einen Ton. Geht die Gruppe langsam in die Mitte, wird der Ton immer lauter. Beim Hinausgehen werden wieder alle leise. Verschieden Arten von Tönen ausprobieren.

Wer bist Du?

Material: -

Die Kinder stellen, legen, setzen sich in fantasievollen Posen. Ein Kind versucht nun mit geschlossenen Augen zu ertasten:

- a) wer dieses Kind ist
- b) was dieses Kind darstellt (z.B. einen Stuhl)

Blinder Floh

Material: evtl. ein Tuch bzw. Schal

Evtl. einem Spieler werden die Augen verbunden oder einfach nur schließen. Die anderen Mitspieler verwandeln sich in Flöhe und springen um den „blinden Floh“ herum. Dabei darf jeder Floh nur 10 Sprünge machen. Wer vom „blinden Floh“ gefangen wird, muss selbst der „blinde Floh“ sein.

Ballstraße

Material: Soft- oder Wasserball

Die Kinder sitzen in zwei Reihen, mit langen Beinen Fuß an Fuß. Ein ball wird nun ohne Hände vom Anfang der „Ballstraße“ bis zum Ende geführt.

Würfelrechnen (für Schulkinder)

Wir fangen bei der Zahl 20 an. Spielregel ist, jede gerade Zahl wird addiert und jede ungerade Zahl wird subtrahiert. Nun geht der Würfel reihum und der 1. Würfler muss rechnen. Alle anderen passen auf, dass er keinen Fehler macht, dann geht der Würfel weiter und der nächste rechnet mit dem Ergebnis des Vordermannes weiter. Wer die wenigsten Fehler macht gewinnt.

Ein Baum sein

Material: evtl. Musikanlage

Die Kinder stehen mit gegrätschten Beinen fest auf dem Boden, schließen, wenn sie wollen die Augen, atmen gleichmäßig ein und aus. Die Erzieherin spricht langsam folgenden Text:

Stell dir vor, du bist ein Baum, aus deinen Füßen wachsen ganz lange Wurzeln in den Boden, sie halten dich ganz fest und du stehst sicher, ein leichter Wind kommt auf, stark stehst du im Wind, der Wind rüttelt ein bisschen an deinen Zweigen, spürst du den Zauberwind?

(Dem Kind sanft in den Nacken pusten) Öffne nun wieder deine Augen recke dich und strecke dich, du bist nun wieder in unserem Gruppenraum.

Schneemann

Material: Musikanlage

Stell dir vor, es ist Winter, es hat geschneit und die Kinder aus dem Kindergarten Haben einen dicken Schneemann im Garten gebaut, du bist dieser Schneemann, du stehst im Garten, groß und stark, weiß und kalt, doch die Tage werden immer länger und die Sonne wird immer wärmer, langsam fängst du an, zu schmelzen, dein Kopf wird ganz weich und rollt auf deine Schulter, deine Schultern schmälzen, es tropft von deinen Armen, deine Brust wird ganz weich dein Becken wird weich, dein Po wird weich, deine Beine schmälzen, langsam löst du dich auf und wirst ganz weich, du zerfließt, dann geht die Sonne unter und es kommt die Nacht, es friert und alles wird wieder ganz kalt.

Deine Beine werden wieder hart und fest, (alles in umgekehrter Reihenfolge benennen)

Samen

Material: Musikanlage

Du bist ein ganz kleiner Samen in der Erde, du liegst tief unten und wartest auf den

Frühling, hier bist du ganz geschützt, stelle dir vor, welche du Pflanze du einmal werden wirst.

Langsam wird die Erde wärmer, du streckst dich vorsichtig aus, du wachst und schiebst die schwere Erde beiseite, das gelingt dir ganz leicht, denn in dir steckt eine große Kraft. Immer größer wirst du, größer und größer, langsam schiebst du dich aus der Erde ins Freie, der Sonne entgegen. Du wirst größer und größer, Blätter wachsen, eine Knospe bildet sich, du blühst auf, strahlend streckst du dich der Sonne, dem Licht entgegen. (hier könnte die Übung das erste Mal enden)

Deine Blüte ist ganz aufgeblüht, langsam verblüht sie wieder, die Blütenblätter fallen hinab, es bildet sich eine Frucht, ein Samen, der Samen fällt wieder zur Erde, Deine Blätter verblühen, langsam sinkst du wieder in den Boden hinein, du bist verblüht, aber dein Samen wird im nächsten Frühling wieder wie du auch aus der Erde wachsen. Und neu erblühen.

Gummiband

Material: Matten

Die Kinder sollen Arme und Beine, je nach Anweisung strecken und sich vorstellen sie werden an einem Gummiband gezogen

Übungen mit Partner:/ Varianten

Rücken fühlen

Material: Matten

Zwei Kinder stehen Rücken an Rücken und tasten sich gegenseitig mit ihren Rücken ab. Als Bild kann ein sich schubbernde Kuh oder ein Wildschein verwendet werden.

Hupe suchen

Material: Matten

Ein Kind denkt sich aus an welcher Stelle seines Körpers es eine Hupe versteckt hat, das andere Kind muss durch fühlen diese Hupe finden, berührt es den Richtigen Körperteil, macht das erste Kind ein Hupgeräusch

Feurige Hände

Material: Matten

Lege deine Hände aufeinander und reibe sie ganz doll, bis sie schön warm sind, jetzt lege sie auf deinen geschlossenen Augen

Wärmflasche

Material: Matten

Ein Kind liegt in der Mitte, mehrere Kinder knien um ihm herum, sie legen ihre Hände mit der Vorstellung es wären Wärmflaschen auf die Arme, Beine Rücken etc. Das Kind soll nun spüren, wie warm ihm wird, vielleicht gibt es sogar eine Stelle, die besonders warm wird.

Lustige Essengeschichte

Ein Text wird vorgelesen, immer wenn Essen benannt wird, springen die Kinder auf

- laufen um ihren Platz
- hüpfen mehrfach in die Luft
- springen in der Hocke auf die Hände etc.

Lustige Essengeschichte

Heute Morgen bin ich vom Knurren meines Bauches aufgewacht.

Mmmhhh, jetzt ein dickes Spiegelei, dachte ich und wankte verschlafen in die Küche.

Da fiel ich über einen Sack Kartoffeln.

Ich landete mit der Nase auf einem Apfel, der duftete aber gut, schnell biss ich in den Apfel.

Mit dem Apfel in der Hand ging ich zum Kühlschrank, holte erst einmal die Milch heraus und machte mir einen leckeren Kakao.

Ich biss wieder in den Apfel und suchte die Eier, dann trank ich einen Schluck Kakao und fand noch einen alten Keks, der Keks schmeckte auch noch.

Endlich fand ich die Eier hinterm Joghurt und hinterm Käse. Ich holte drei Eier heraus, nahm die Pfanne und ließ ein bisschen Öl hinein, dann schlug ich das erste Ei auf, dann das zweite Ei und danach das dritte Ei.

Plötzlich fiel mir Eierschale in die Pfanne. Oh, Eierschale schmeckt gar nicht gut. Eier schmecken viel besser. Schnell fischte ich die Eierschale heraus.

Eine dicke Scheibe Vollkornbrot mit Sonnenblumenkernen und Kürbiskernen legte ich auf einen Teller und holte meine drei Eier aus der Pfanne.

Dann setzte ich mich an den Tisch und aß genüsslich meine Eier und das Brot.

Als alles verputzt war holte ich mir noch ganz viele

(z.B. Weintrauben, Erdbeeren, Gummibärchen, irgendeine Kleinigkeit zum Essen, die dann an die Kinder verteilt werden kann.)

Literatur:

Spiele zur Wahrnehmungsförderung, Ingrid Biermann, Verlag Herder

Das Schatzbuch ganzheitlichen Lernens, Charmaine Liebertz, Verlag Don Bosco/Spectra

Bewegung und Entspannung, Renate Zimmer, Verlag Herder