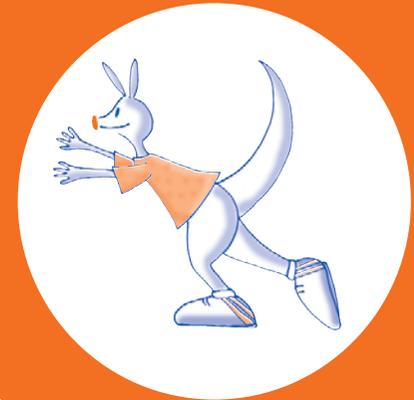


Niedersächsisches
Kultusministerium

Leichter lernen durch Bewegung

Spielideen zur täglichen Bewegungszeit in der Grundschule



Niedersachsen

Liebe Lehrerinnen und Lehrer, Liebe Kinder!

Balancieren, Hüpfen, Laufen und Springen machen Spaß und sind zugleich wichtige Hilfen für die geistige und körperliche Entwicklung unserer Schulkinder sowie für eine ausgewogene Lernatmosphäre im Unterricht. Wer weiß das nicht? Dennoch sind aktuelle wissenschaftliche Untersuchungsergebnisse dazu immer wieder sehr aufschlussreich. So belegen neueste Studien, dass Kinder mit einem gut entwickelten Gleichgewichtsgefühl deutlich bessere Lernleistungen, etwa im Mathematikunterricht, zeigen.

Mit dem Grundsatzterlass für die Grundschule gibt es seit 2004 die verpflichtende tägliche Bewegungszeit im niedersächsischen Schulalltag zusätzlich zum wöchentlichen Sportunterricht. Die Einbindung von Bewegung auch im Fachunterricht unterstützt alle Beteiligten bei der Gestaltung eines gut strukturierten, harmonischen Schultages und gewährleistet Lernfreude und Lernerfolge. Anthropologen, Soziologen und Pädagogen erkennen Bewegung als ein entscheidendes Tor zum Lernen, weil die kindliche Weltaneignung immer ein bewegtes Lernen ist. Lernen ist „Lernen mit allen Sinnen“. Das ist eine verbreitete lerntheoretische Erkenntnis.

„Leichter lernen durch Bewegung“ – diese Handreichung will zu entsprechenden Konzeptideen in den niedersächsischen Grundschulen beitragen. Sie liegt seit dem Frühjahr 2006 in jeder Grundschulklasse vor. Als Lehrkraft können Sie damit auf einfache und praktikable Vorschläge zugreifen und die tägliche Bewegungszeit am Schulvormittag für die niedersächsischen Grundschul Kinder selbstverständlich werden lassen.

Für die Schulkinder ist das Kalenderblatt in dieser Broschüre gedacht. Es kann kopiert und immer wieder neu im Klassenraum ausgehängt werden. Mit Hilfe des Kalenders können die Kinder dokumentieren, wann und in welchem Fach die Bewegungszeit angeboten wurde.

Lernen braucht Bewegung – Bewegung tut gut!
Ich wünsche Ihnen, liebe Lehrkräfte, und den Schulkindern viel Freude dabei.



Elisabeth Heister-Neumann
Niedersächsische Kultusministerin



Leichter lernen durch Bewegung

Diese Handreichung mit beigelegtem Kalendarium möchte die Umsetzung der täglichen Bewegungszeit erleichtern. Sie macht direkt umsetzbare Spiele und Bewegungsideen in allen Grundschulklassen verfügbar. Einige Anregungen eröffnen darüber hinaus handlungsorientierte Zugänge zu Fachinhalten.

Zu den Zielen:

- Kontraste zu Tätigkeiten schaffen, die gerade ermüden,
- Abwechslung ermöglichen,
- lange Sitzzeiten kompensieren,
- Gesundheitsförderung durch „Bewegungsrituale“ in die Alltagsroutine integrieren,
- Bewegung und Spiel als entlastendes Rhythmisierungsprinzip des Schulalltags erfahren,
- tägliche Bewegungszeiten einhalten und dokumentieren,
- Anregungen über den Schultag hinaus vermitteln,
- Schülerinnen und Schüler beteiligen.

Zur Handhabung der Broschüre:

Die Broschüre nimmt eine Zuordnung der Spiele und Bewegungsideen zum Alter der Schülerinnen und Schüler, zu Räumen und zu Inhalten vor. Die Zuordnung erfolgt auf jeder Seite über Einkerbungen im seitlichen Markierungsbalken.

Das angegebene Alter stellt immer das Mindestalter dar.

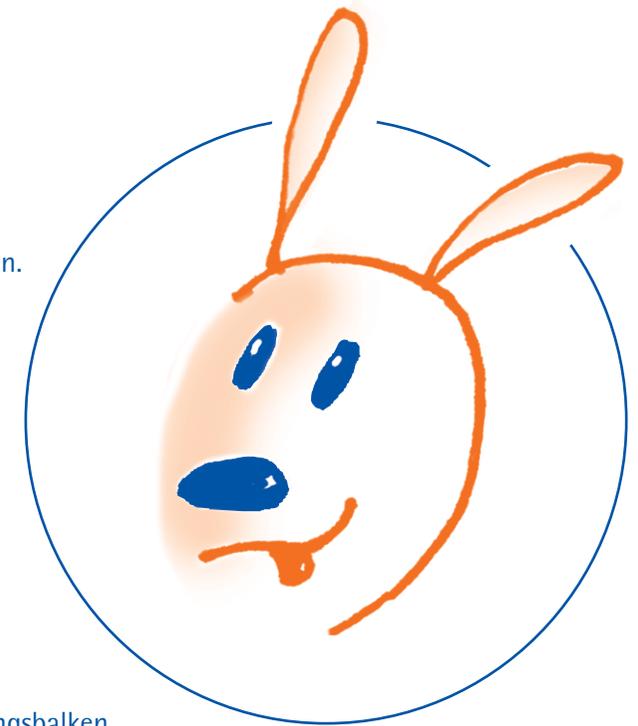
Die Spiele eignen sich je nach Entwicklungsstand der Klasse bzw. der Schülerinnen und Schüler natürlich auch für darauf folgende Altersstufen.

Die Einteilung in Innen- und Außenräume berücksichtigt, dass Schulgebäude über ganz unterschiedliche Räume verfügen, die als natürliche Bewegungsräume genutzt werden können. Unter Innenräumen werden Räume wie Aula, Flure, Klassenräume, Eingangsräume und Pausenhallen verstanden. Außenräume können Schulhöfe, Innenhöfe oder auch Außengelände sein.

Die Inhalte erleichtern den Einsatz der Vorschläge im Unterrichtsgeschehen. Spiele zur An- und Entspannung helfen den Kindern, ihren Körper wahrzunehmen und ihre Muskeln zu spüren. Sie müssen Kraft einsetzen, um ihre Muskeln anzuspannen. Tipps zur Kooperation und zum Körperkontakt unterstützen neben dem Spüren des eigenen Körpers die Wahrnehmung anderer, die Kontaktaufnahme untereinander und den vertrauten und verantwortungsvollen Umgang miteinander. Ideen zur Einstimmung und Aktivierung bringen die Kinder in Bewegung, lassen kurzfristig das Sitzen vergessen oder führen die Kinder zu einem Thema, das anschließend im Unterricht behandelt werden soll. Anregungen zur Stärkung der Aufmerksamkeit beanspruchen jene Lernwege der Kinder, die der übliche Unterricht eher nicht anspricht. Die Kinder spüren ihre Konzentration auf neue Art und sammeln Kräfte für weitere Aufgaben. Mit allen Vorschlägen kann man den Schultag oder die Unterrichtsstunde beginnen, den Unterrichtsablauf rhythmisieren aber auch einen langen Tag ausklingen lassen. Sie haben sich im Unterrichtsalltag bewährt und werden sicherlich das Schulleben bereichern.

Das beigelegte Kalendarium verhilft zur Dokumentation der täglichen Bewegungszeit. So können alle Beteiligten sehen, ob die Bewegungszeit bereits angeboten wurde oder noch eingefordert und durchgeführt werden sollte.

Am Ende der Handreichung gibt es alle Spiele auf einen Blick, gesammelte Literaturhinweise und eine Materialliste zur Gestaltung eines Bewegungsregals.



Viel Spaß bei viel Bewegung!

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Rot oder spitz

Beschreibung:

Im Klassenraum sind verschieden farbige und große Objekte verteilt. Die Lehrkraft ruft nun einen Begriff wie z. B. „Rot“, „Weich“, „Hart“, „Spitz“, „Rund“ etc. Die Kinder müssen diesen Begriff einem Objekt im Klassenzimmer zuordnen und sich zu diesem Objekt bewegen (gehen, auf Zehenspitzen gehen, rückwärts gehen, ...).

Die Kinder stellen sich dann um das gefundene Objekt herum.

Hinweise/Variationen:

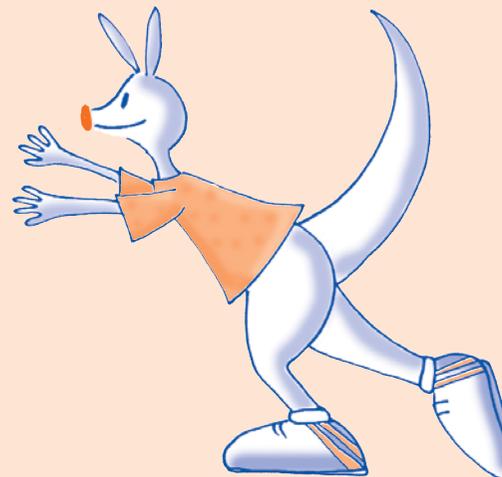
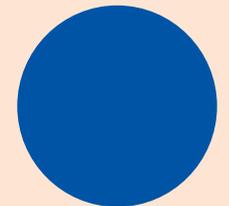
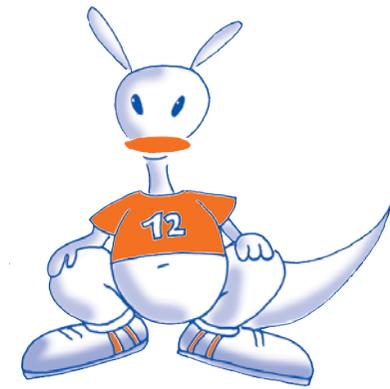
Wenn genügend Materialien vorhanden sind, können die Begriffe miteinander kombiniert werden (z. B. „Blau“ und „Hart“).

Material/Geräte:

Bälle, Kartons, Spiele, ...

Literatur:

Günzel, W. (1997): Wahrnehmen und Bewegen. Hrsg: Gesetzliche Unfallkassen. München



„Buchstabenkinder“

Beschreibung:

Zwei Kinder versuchen gemeinsam einen Buchstaben dazustellen, zum Beispiel das „h“. Kind A bückt sich und fasst auf die Füße des aufrecht stehenden Kindes.

Hinweise/Variationen:

Nach den ersten Versuchen sollten die Kinder die Positionen tauschen. Mit mehreren Handgeräten (Büchern, Stäben, Lineal, Seilen, Bleistiften) wird in Kombination mit dem eigenen Körper (Arme, Beine, Hände) ein Buchstabe oder ein kurzes Wort „gebaut“.

Material/Geräte:

Bücher, Stäbe, Lineale, Seile, Bleistifte

Literatur:

Lütgeharm, R. (2003): Was tun? Bewegung als Therapie für bewegungs- und verhaltensauffällige Kinder. München: Domino Verlag



A B C D

Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

2.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Storch im Nest

Beschreibung:

Die Kinder stehen mit angelegten Armen (Flügeln) auf beiden Fußspitzen/auf einem Bein in ihrem Storchennest (ausgelegtes Seil).

Sie sollen versuchen, das Gleichgewicht so lange wie möglich zu halten.

Wenn es verloren zu gehen droht, können sie es durch Ausgleichbewegungen der Arme („Flügelschlagen“) wiederherstellen.

Hinweise/Variationen:

Die Übungen mit geschlossenen Augen wiederholen

Material/Geräte:

Seile

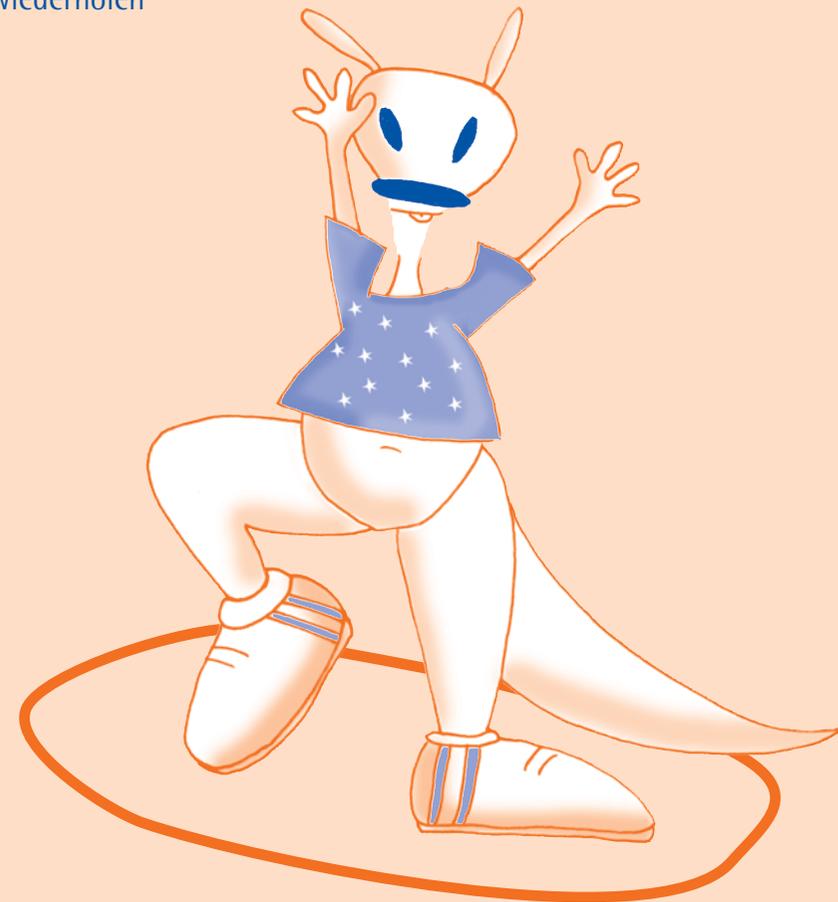
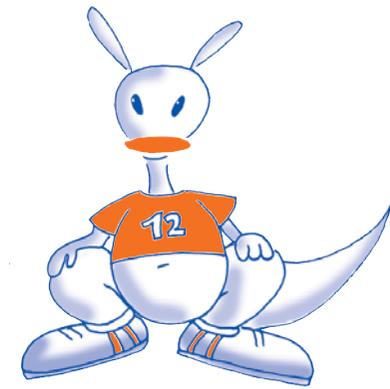
Literatur:

Günzel, W. (1997):

Wahrnehmen und Bewegen.

(Hrsg.): Gesetzliche Unfallkassen.

München



„Frozen“ – Gefrorener Bohnenbeutel

Beschreibung:

Alle Kinder bewegen sich wie sie möchten zu Musik durch den Klassenraum – mit einem Bohnensäckchen auf dem Kopf. Die Lehrkraft verändert die Bewegungen, indem sie die Kinder bittet, langsamer oder schneller zu gehen, rückwärts zu gehen, zu springen, etc. Wenn einem Kind das Bohnensäckchen vom Kopf fällt, bleibt es stehen und ist „eingefroren“. Ein anderes Kind kann es erlösen, indem es das Bohnensäckchen aufhebt und wieder auf den Kopf legt, ohne das eigene Bohnensäckchen zu verlieren.

Ziel ist es, so oft wie möglich zu helfen.

Hinweise/Variationen:

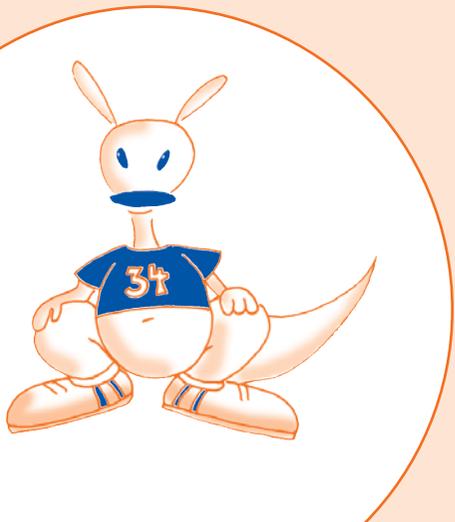
Die Kinder steigen gleichzeitig über Materialien, die die Lehrkraft vorher im Klassenraum verteilt hat (Schaumstoffwürfel, Plastikbecher, Teppichfliesen, Zeitungspapier, ...)

Material/Geräte:

pro Kind ein Bohnensäckchen
Musik
evtl. Materialien für die Variation

Literatur:

Pilz-Aden, H. (o. J.): Spielideen, Bewegungs- und Entspannungsübungen für den Schulalltag.
In: Niedersächsisches Kultusministerium: Bewegte Schule. Hannover



BOHNEN

Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Labadu

Beschreibung:

Die Kinder gehen im Kreis und fassen sich dabei an der Hand.
Alle singen: „Jetzt tanzen wir den Labadu, Labadu, Labadu,
jetzt tanzen wir den Labadu, Labadu, Labadu“

Die Lehrkraft fragt: Kennt ihr schon den Labadu?

Antwort: Ja!

Die Lehrkraft fragt: Kennt ihr schon den Labadu mit Schultern?

Antwort: Nein!

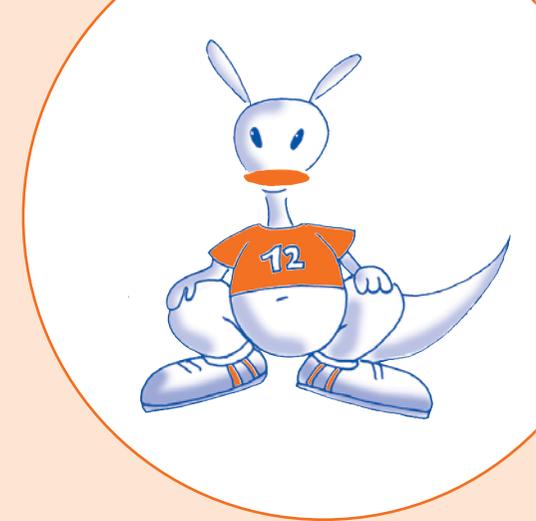
Jetzt fassen sich alle auf die Schultern, gehen wieder im Kreis und singen:
„ Jetzt tanzen wir den Labadu“

Die Lehrkraft fragt:

Hinweise/Variationen:

Es werden immer weitere Variationen von der Lehrkraft und den Kindern erfunden.

Literatur:
überliefert



Schrankenspiel

Beschreibung:

Für dieses Fangspiel aus Schweden brauchen wir ein Kind als Fänger und ein Kind als Verfolger, dazu einen Schrankenwärter als Zurufer und viele Kinder, um Schranken zu bilden.

Alle Schrankenspieler stellen sich zu mehreren Ketten an den ausgestreckten Händen gefasst so auf, dass zum Beispiel 5 Ketten mit 5 Gliedern entstehen. Diese Ketten stehen parallel hintereinander im Abstand von ca. 1–1,5 m und bilden so mehrere Gassen.

Läufer und Verfolger rennen in diesen Gassen zwischen den Schranken.

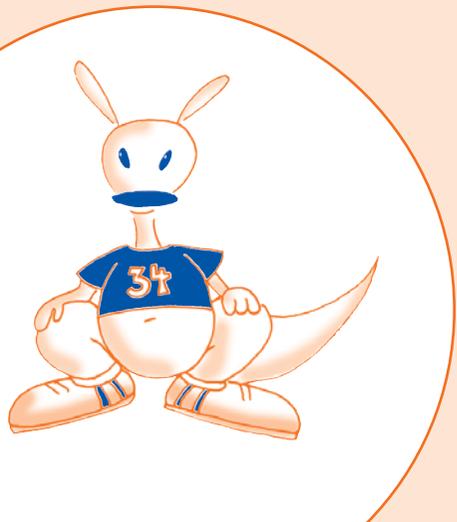
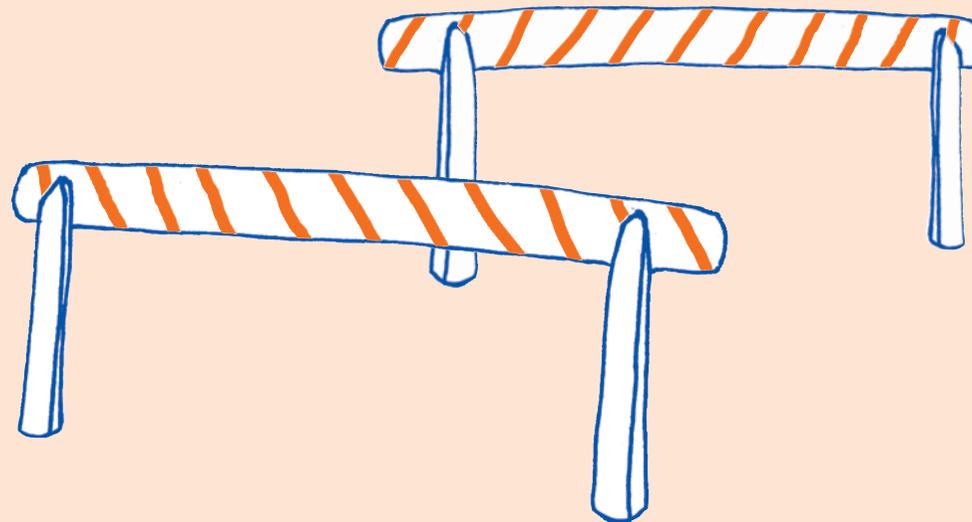
Um den Läufer aus einer bedrohlichen Situation zu retten, kann der Schrankenwärter rufen:

„Schranke herum“ und alle drehen sich um 90 Grad und fassen sich mit neuem Nachbarn an.

Dadurch entsteht eine ganz neue Lage. Der Fänger, eben noch direkt hinter dem Läufer, befindet sich u. U. durch 2 Schranken vom Läufer getrennt.

Literatur:

Hoyer, K. (1994): 77 Pausenspiele. Lichtenau: AOL-Verlag



Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1. Klasse

Jetzt steigt Hampelmann ...

Beschreibung:

Lied singen und pantomimisch begleiten.

Der Einsatz dieses Liedes eignet sich, wenn der Tagesablauf besprochen wird und soll mit dazu beitragen, die Selbstständigkeit der Kinder zu fördern.

Text: Jetzt steigt Hampelmann, jetzt steigt Hampelmann,
jetzt steigt Hampelmann aus seinem Bett heraus
(pantomimisch Steigbewegung ausführen)

Refrain: Oh, du mein Hampelmann, mein Hampelmann, mein Hampelmann,
Oh, du mein Hampelmann, mein Hampelmann bist du.
(Hampelmannbewegung ausführen –
Hände über dem Kopf schließen – Beine grätschen (Eiffelturm)
Arme senken bis zu den Oberschenkeln – Beine schließen (Pinguin))

Text: Jetzt putzt Hampelmann, jetzt putzt Hampelmann,
jetzt putzt Hampelmann die Zähne sauber sich

Refrain: s. o.

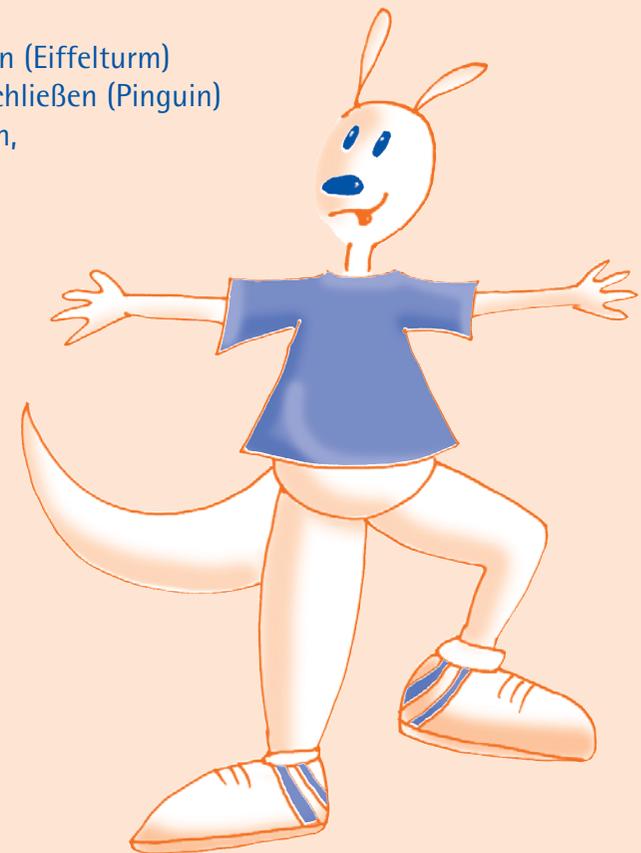
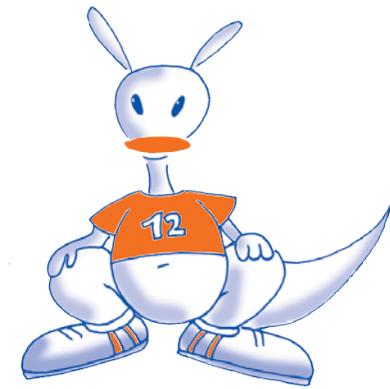
Text: Jetzt zieht Hampelmann, sich seinen Pulli an,
sich seine Hose an,
sich seine Socken an,
etc.

Hinweise/Variationen:

Kinder machen eigene Vorschläge
zum Tagesablauf des Hampelmanns

Literatur:

überliefert



Pferderennen

Beschreibung:

Die Kinder sitzen im Stuhlkreis bzw. knien im Kreis auf dem Boden und die Lehrkraft erzählt ihnen den Ablauf eines Pferderennens und macht die dazugehörige Bewegung pantomimisch vor.

Die Kinder imitieren die jeweilige Bewegung.

Trab/Galopp: Die Kinder klatschen mit ihren Händen auf die Oberschenkel

Recht-/Linkskurve: Die Kinder lehnen sich nach rechts bzw. links

Hindernisse (einfacher Oxer, Doppeloxyer, Dreifachoxyer):

Die Kinder richten sich entsprechend der Anzahl auf und rufen dabei „Hopp“

Matsch: Die Kinder klatschen mit den Händen auf den Boden

Ehrentribüne links (rechts): Die Kinder wenden sich nach links (rechts) und winken lächelnd ins Publikum

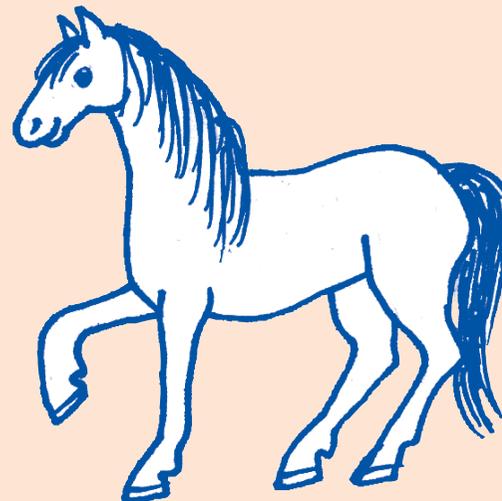
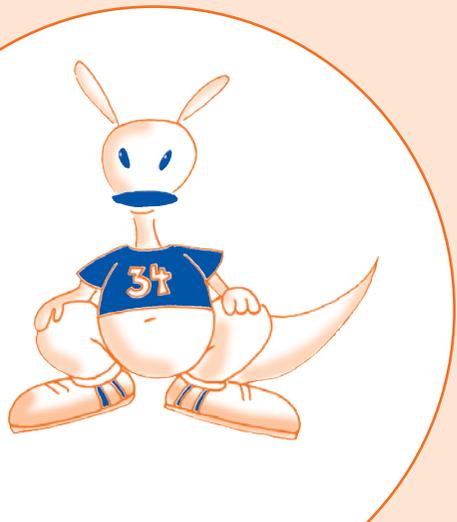
Wassergraben: Die Kinder bewegen mit ihren Fingern die Lippen

Hinweise/Variationen:

Die Kinder überlegen sich weitere pantomimische Bewegungsvorschläge zum Pferderennen und variieren die Geschichte.

Literatur:

Die Grundschulzeitschrift, Friedrich Verlag 109/1997



Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Alle machen, was Heidi macht

Beschreibung:

Ein Kind macht zur Musik eine Bewegung, die alle anderen Kinder nachmachen. Nachdem ein Kinder seine Bewegung gemacht hat, zeigt es auf ein anderes Kind, das die nächste Bewegung vormacht, usw. bis keiner mehr kann oder alle dran waren.

Hinweise/Variationen:

Wenn es bei gymnastischen Bewegungen oder Tanzschritten bleibt, kann die Lehrkraft den Kindern Mut zu ungewöhnlichen Bewegungen machen: Tiere nachmachen, Roboter spielen, ...

Material/Geräte:

flotte Musik

Literatur:

Bundesjugendwerk der AWO (1990):
Spiele für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.
Bonn



Atomspiel mit Rechenaufgaben

Beschreibung:

Alle Kinder bewegen sich im Raum nach Musik. Wenn die Musik stoppt, stellt die Lehrkraft eine Aufgabe. Die Kinder finden sich in der Gruppengröße zusammen, die dem Ergebnis entspricht.

Hinweise/Variationen:

Das Spiel ist einsetzbar bei allen Grundrechenarten, welche bereits bekannt und relativ sicher sein sollten. Es dient der Festigung und Veranschaulichung der Rechenarten.

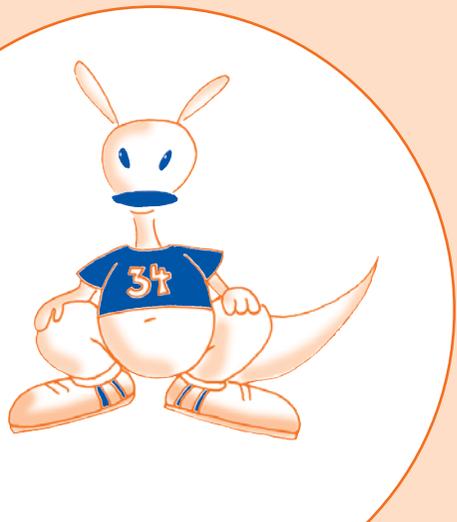
Material/Geräte:

Musik und Abspielgerät, eventuell eine Aufgabenliste passend zur Gruppengröße

Literatur:

überliefert

$$2 + 4 = 6$$
$$3 - 1 = 2$$
$$5 + 4 = 9$$
$$10 - 5 = 5$$
$$1 \cdot 8 = 8$$



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Drachenschatz

Beschreibung:

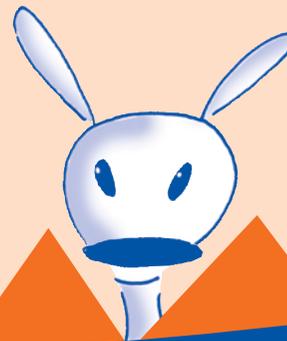
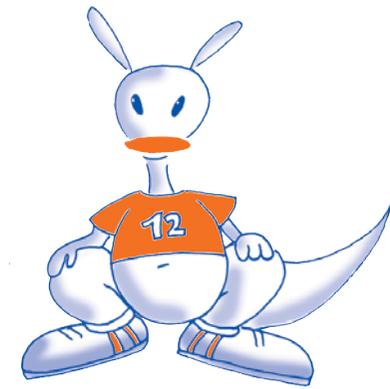
Ein Drache (Kind) bewacht einen Schatz (Handtuch o. ä.) unter sich. Die anderen Kinder bilden um den Drachen einen Kreis und versuchen, den Schatz zu stehlen. Wer vom Drachen berührt wird, erstarrt auf der Stelle. Wer den Schatz wegschnappen konnte, wird neuer Drache.

Material/Geräte:

1 stabiles Tuch oder Stoffreste

Literatur:

Hoyer, K. (1994⁷): 77 Pausenspiele drinnen und draußen. Lichtenau: AOL-Verlag



Blindenlenkung

Beschreibung:

Immer zwei Kinder spielen zusammen. Ein Kind schließt die Augen, das zweite steht hinter ihm und setzt einen Tennisball auf den oberen Rücken des „blinden“ Kinds. Das „blinde“ Kind geht los und achtet auf den Tennisball. Solange der Ball in der Mitte des Rückens verbleibt, geht es geradeaus.

Wenn der Ball vom Partner nach rechts gerollt wird, geht es nach rechts, wenn er nach links gerollt wird, geht es nach links. Nimmt das hintere Kind den Tennisball vom Rücken, bleibt das „blinde“ Kind stehen.

Hinweise/Variationen:

Das Augen schließen ermöglicht dem „blinden“ Kind sich durch Blinzeln zu orientieren.

Wenn das Spiel mehrmals gespielt wird, können dem „blinden“ Kind auch die Augen verbunden werden.

Material/Geräte:

Tennisbälle, ggf. Tücher zum Augen verbinden

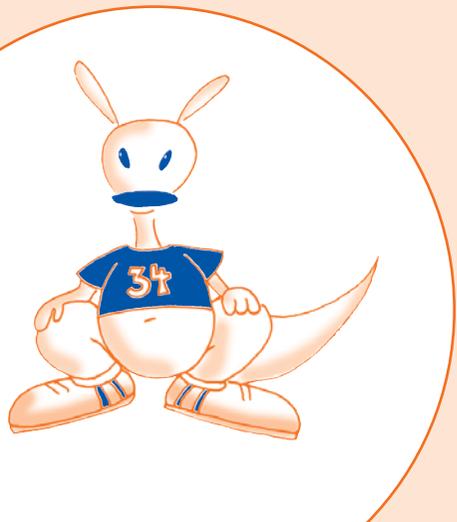
Literatur:

Grimm-Rautenberg, M. (2002):

Spiele ohne Gewinner und Verlierer

In: DTB (Hrsg.): Kongressbericht Turnfestakademie

Deutsches Turnfest Leipzig 2002



Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Fotosafari

Beschreibung:

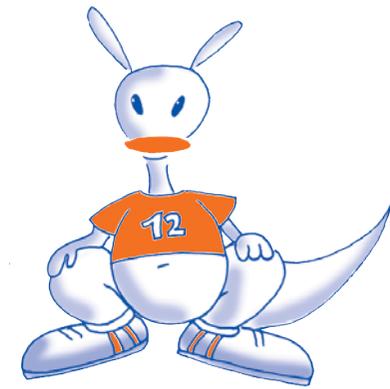
Im Klassenzimmer sind die zu erlernenden bzw. zu übenden Wörter, Gegenstände, Bilder, auf großen Karten geschrieben oder dargestellt, verteilt. Die Kinder werden mit geschlossenen Augen durch andere Kinder nahe zu den Wörtern geführt. Dort „fotografieren“ sie das Wort, indem das führende Kind ihnen auf den Kopf tippt und sie mit den Augen kurz blinzeln. Im Anschluss werden sie wieder zu ihrem Platz geführt, wo sie das Wort, den Gegenstand notieren.

Material/Geräte:

Wortkarten

Literatur:

BAG, Unfallkasse Rheinland-Pfalz,
Ministerium für Bildung, Frauen und Jugend
Rheinland-Pfalz (Hrsg.) (2004):
Bewegte Kinder, Schlaue Köpfe, Krupp Druck OHG



Ebbe und Flut

Beschreibung:

Die Lehrkraft erzählt eine Geschichte, die von Menschen handelt, die am Strand spazieren gehen. Die Kinder spielen nach, was die Lehrkraft sagt, z. B. gehen, nach Muscheln bücken, Hosen aufkrempeIn, einen Rucksack tragen, einen Sonnenschirm aufspannen ...
Fällt das Wort „Ebbe“, gehen alle Kinder in die Hocke, fällt das Wort „Flut“, steigen alle Kinder schnell auf einen Stuhl. Danach geht es mit der Geschichte weiter.

Hinweise/Variationen:

Das Kind, das zuletzt hockt bzw. den Boden verlässt, erzählt die Geschichte weiter.

Literatur:

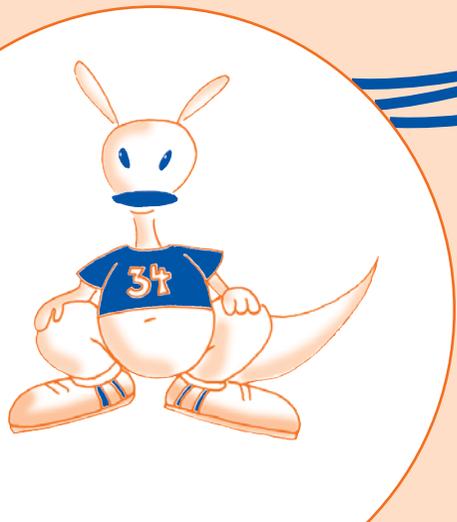
Bundesjugendwerk der AWO (1990): Spiele für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Bonn

Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt



Alter:
3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Frosch im Gras

Beschreibung:

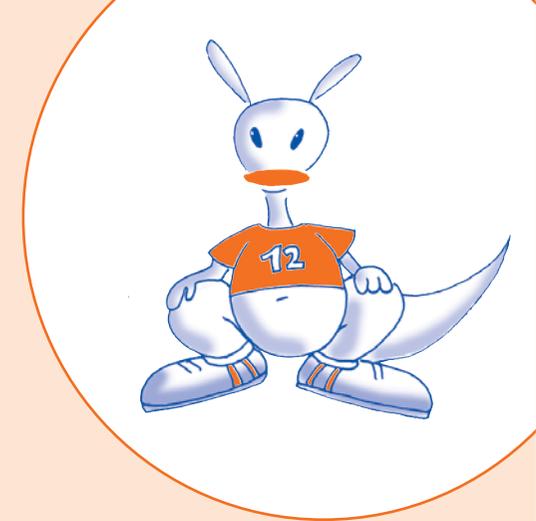
Ein Kind ist auf einer kleinen begrenzten Spielfläche der Frosch und darf auch nur so hüpfen. Ein Arm ist die lange Zunge, mit der die anderen Kinder, die sich bewegen wie Fliegen, Libellen o. ä., getickt werden. Wer getickt wurde wird auch Frosch, bis nur noch eine Fliege übrig bleibt. Diese wird neuer Frosch.

Hinweise/Variationen:

Zum Spielbeginn berühren alle „Fliegen“ den Frosch mit einem Finger. Wenn der Frosch quakt, springen alle auseinander.

Literatur:

überliefert



Hexe, Hexe, was kochst Du heute?

Beschreibung:

Ein Kind übernimmt die Rolle der Hexe und steht den anderen in einiger Entfernung gegenüber. Die anderen fragen, was die Hexe heute kocht, die dann ein Gericht nennt. Um die Anzahl der Silben dieses Wortes oder der Wörter dürfen die anderen Kinder auf die Hexe zukommen, z. B. Spaghetti = Spa-ghet-ti = 3 Schritte.

Wer zuerst bei der Hexe angekommen ist, wird neue Hexe.

Wenn die Hexe etwas nennt, was man nicht kochen kann, müssen die anderen Kinder zurückrennen und die Hexe versucht sie zu fangen. Wer gefangen wird, wird auch zur Hexe.

Literatur:

Niedersächsisches Kultusministerium (2004): Lernen braucht Bewegung

Nu-del-auf-lauf

Spa-ghet-ti

Pfann-ku-chen

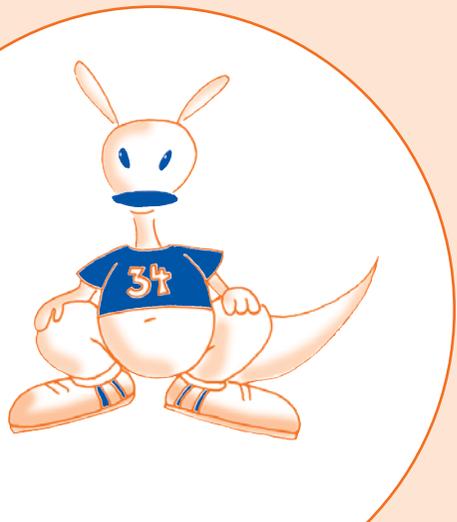
Spie-gel-ei-er

Brat-kar-tof-feln

Wa-ckel-pud-ding

Brat-wurst

Ge-mü-se-sup-pe



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

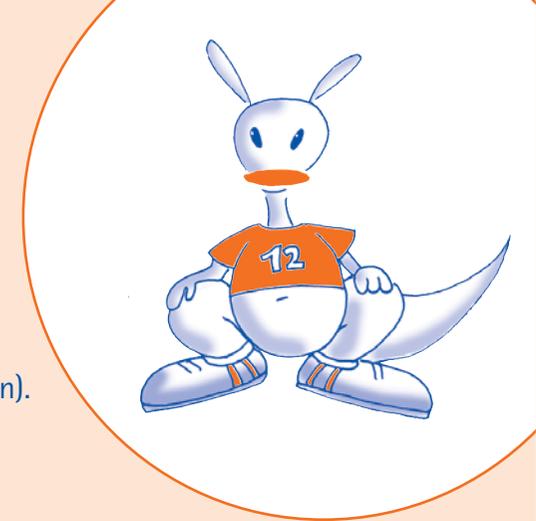
Geräuschen folgen

Beschreibung:

Ein Kind schließt die Augen und wird von einem anderen Kind sorgfältig über den Platz und durch die Gruppe gelotst, indem dieses immer wieder mit dem gleichen Geräusch lockt und lenkt (z. B. Pfeifen, Klatschen, Summen, Singen).

Literatur:

überliefert



Groß und klein

Beschreibung:

Die Kinder stehen mit etwas Platz nach rechts und links an ihren Plätzen.
Die Lehrkraft diktiert langsam einen Satz, z. B.: „Das Wetter ist schön“.
Bei den „groß“ geschriebenen Wörtern strecken sich die Kinder zur Decke,
bei „klein“ geschriebenen Wörtern gehen sie in die Hocke.

Hinweise/Variationen:

Für groß und klein geschriebene Wörter werden andere Bewegungen abgesprochen.
Zusätzlich kann z. B. ein Klatschen bei einem Punkt für ein Satzzeichen abgesprochen werden.

Literatur:

BAG, Unfallkasse Rheinland-Pfalz,
Ministerium für Bildung, Frauen und Jugend Rheinland-Pfalz (Hrsg.)
(2004): *Bewegte Kinder, Schlaue Köpfe*, Krupp Druck OHG

KLein!

groß!



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

ab 1. Klasse

Hundehütte

Beschreibung:

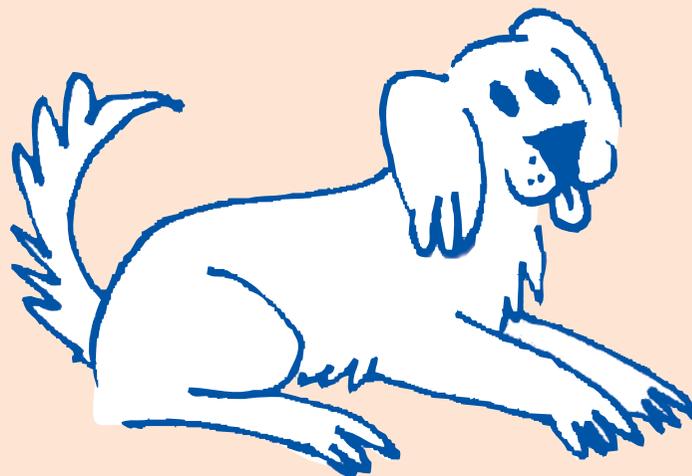
Ein Innen- und ein Außenkreis, in dem sich ein bis drei Kinder mehr als im Innenkreis befinden, gehen im Klatschrhythmus im Kreis entgegengesetzt herum.

Beim Stopp des Klatschens grätschen die Kinder im Innenkreis die Beine und die Kinder im Außenkreis stecken den Kopf durch diese Hundehüttentür.

Die Kinder aus dem Außenkreis, die eine Hundehütte gefunden haben, bleiben jetzt im Innenkreis; die Kinder aus dem Innenkreis tauschen in den Außenkreis.

Literatur:

überliefert



Zahlendrücken

Beschreibung:

Die Kinder stellen sich in einen Kreis und fassen sich an.

Ein Kind denkt sich eine Rechenaufgabe aus und gibt sie durch Händedrücken an seinen Nachbarn weiter.

+ oder - wird laut gesagt. In dieser Weise geht die Rechenaufgabe einmal im Kreis herum und wird am Ende laut gesagt und anschließend gelöst.

Zum Beispiel: 3 (drei mal drücken) + (plus sagen) 5 (fünf mal drücken)

Literatur:

überliefert

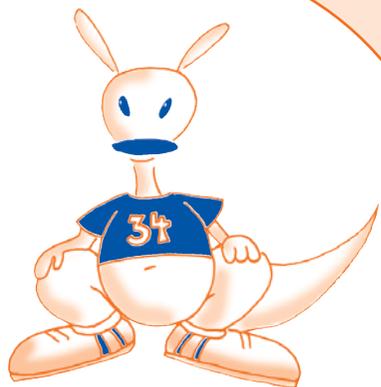
$$6 - 1 = 5$$

$$3 + 4 = 7$$

$$4 + 4 = 8$$

$$10 - 5 = 5$$

$$2 \cdot 4 = 8$$



Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

ab 1. Klasse

Hokuspokus Fidibus

Beschreibung:

Die Kinder agieren in Zweiergruppen. Ein Kind ist der Zauberer, der Hexenschuss hat und auf dem Boden sitzt. Das andere Kind ist die Zauberin, die den Zauberer wieder zum Laufen bringt. Der Zauberer sitzt auf dem Fußboden, die Zauberin steht hinter ihm. Zu dem gesungenen Text führen sie die Bewegungen durch. Die Zauberin bleibt hinter dem Zauberer stehen bis zu dem Zeitpunkt, an dem die Zauberin die Füße des Zauberers streichelt. Wenn der Zauberer aufsteht, tanzen sie zusammen.

Hinweise/Variationen:

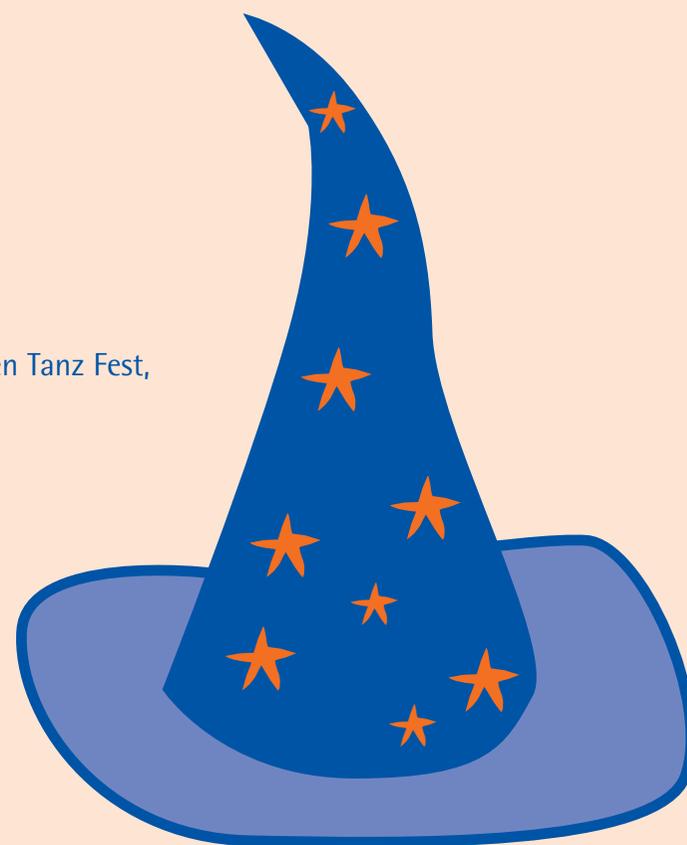
Einsatz von Igelbällen, Federn, Pinseln

Material/Geräte:

Musik und Abspielgerät

Literatur:

Frederik Vahle (1997): Hokus Pokus Fidibus auf Katzen Tatzen Tanz Fest, Patmos Verlag



Luftballon-Wörter

Beschreibung:

Jedes Kind bekommt einen Luftballon, auf dem eine Silbe steht.

Zur Musik werden die Luftballons untereinander getauscht, dürfen dabei allerdings nicht den Boden berühren. Bei Musikstopp behält jedes Kind einen Luftballon in der Hand.

Die Silbe auf seinem Luftballon dient als Anfangssilbe eines Wortes, das das Kind nennen soll.

Hinweise/Variationen:

Die Kinder finden sich mit den Silben auf ihren Luftballons zu Wörtern zusammen.

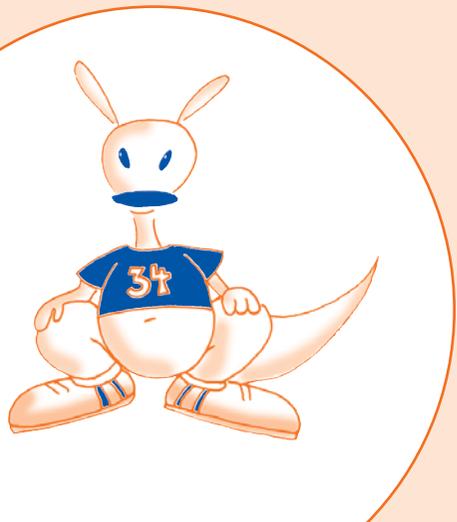
Auf den Luftballons stehen Zahlen, zu denen eine Rechenaufgabe durchgeführt werden soll.

Material/Geräte:

Musik und Abspielgerät, Luftballons

Literatur:

überliefert



Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Luftballonspiele

Beschreibung:

Jeweils zwei Kinder erhalten einen Luftballon, den sie sich gegenseitig zuspielden sollen – mit der Hand, mit dem Ellenbogen, mit dem Kopf, falls genügend Platz vorhanden, auch mit dem Fuß.

Die Kinder transportieren die Luftballons mit unterschiedlichen Körperteilen (Rücken, Arme, Beine, Stirn ...), ohne dass er herunterfällt.

Allmählich kann die Gruppengröße, die den Ballon transportiert, gesteigert werden.

Hinweise/Variationen:

Die Luftballons werden mit aktuellen Begriffen

aus dem Unterricht beschriftet, z. B. Städte, Flüsse, Berge, Landschaften, ...

Die Kinder bekommen nun die Aufgabe, die Begriffe zu sortieren, bzw. Gruppen zu bilden.

Material/Geräte:

Luftballons

wasserfester Filzstift (Eding o. ä.)

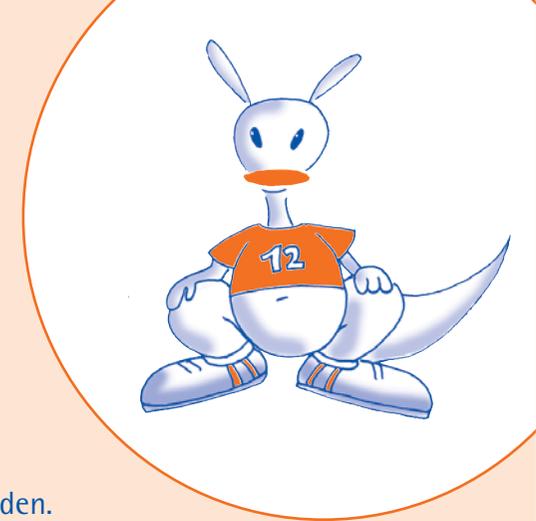
Literatur:

Beudels, W./Lensing-Conrady, R./Beins, H.J. (2003):

Das ist für mich ein Kinderspiel.

Handbuch zur psychomotorischen Praxis.

Dortmund: verlag modernes lernen



Monatsfängen

Beschreibung:

Zwei Reihen stehen sich gegenüber. In der Mitte steht ein Kind als Fänger und ruft einen Monat. Die in diesem Monat Geborenen tauschen die Seiten. Wer dabei angetickt wird, wird neuer Fänger.

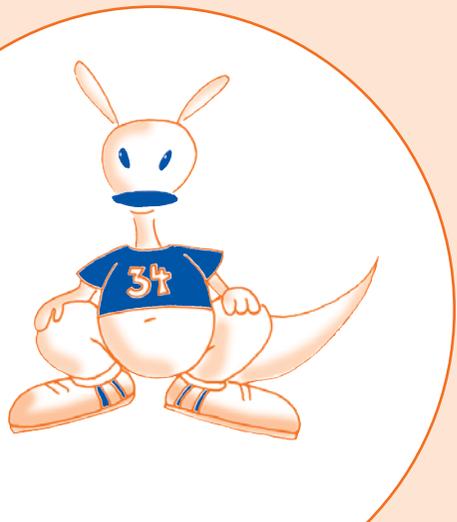
Hinweise/Variationen:

Weitere Kriterien für einen Seitenwechsel können Buchstaben im Namen, Farben der Kleidung, englische Begriffe o. ä. sein.

Literatur: überliefert

Mai Februar

März Januar
April Juli Dezember
Juni August
September
November
Oktober



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Mülltütenaerobic

Beschreibung:

Jedes Kind pustet Luft in eine kleine Mülltüte und hält die Öffnung so zusammen, dass die Luft nicht entweichen kann.

Bewegungsmöglichkeiten:

Die Mülltüte wird in beide Hände genommen und rhythmisch zusammengedrückt und wieder auseinandergezogen

- Hände nebeneinander
- Hände übereinander
- nach links und rechts oben/unten
- ...

Dazu kommen weitere Körperbewegungen

- Marschieren am Platz
- in die Hocke und wieder nach oben
- vorwärts, rückwärts, seitwärts gehen
- ...

Die Bewegungen werden im 4/4 Takt zu einer kleinen Choreografie ausgearbeitet.

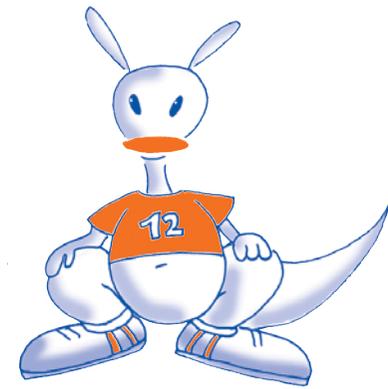
Welche Bewegungsmöglichkeiten mit der Tüte fallen den Kindern ein?

Material/Geräte:

eine kleine Mülltüte für jedes Kind
evtl. Musik

Literatur:

Christiane Kleinke: Alles Tüte oder was? Ideensammlung



Ordnung in das Chaos

Beschreibung:

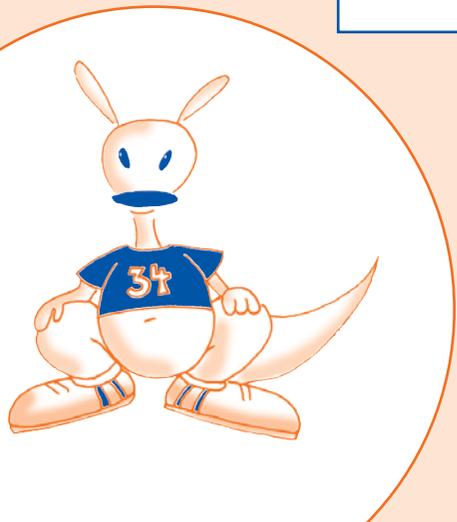
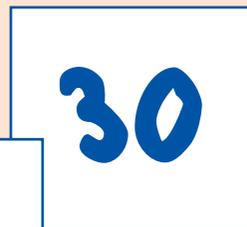
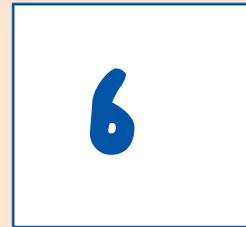
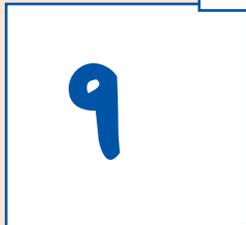
Die Kinder sitzen in einem Stuhlkreis. Jedes bekommt eine Karte mit dem Ergebnis einer Einmaleinsreihe. Es soll kein Kind übrig bleiben. Die Gruppe hat nun die Aufgabe, das Chaos zu ordnen, indem jeweils 2 Kinder ihre Plätze tauschen, bis alle in der richtigen Reihenfolge sitzen.

Material/Geräte:

Karten mit Ergebnissen von Einmaleinsreihen

Literatur:

überliefert



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Seilspringen - Rundsprung

Beschreibung:

An das Ende eines Einzelspringseiles wird ein kleiner Gummiring oder ein Sandsäckchen geknotet. Der Schwinger oder die Schwingerin fassen das andere Ende des Seiles und beginnen, es im Kreis um sich dicht über dem Boden herumzuschleudern. Die Springerinnen und Springer verteilen sich gleichmäßig um das kreisende Seil und springen immer in die Höhe, wenn das Seil unter ihnen hindurchsaust. Regeln müssen selbst vereinbart werden.

Hinweise/Variationen:

- gegen das kreisende Seil laufen und überspringen
- einlaufen in den Schwingkreis, dem Schwinger ein Parteiband stehen und wieder entkommen, ohne vom Seil getroffen zu werden
- Springen mit und über Seile ist äußerst variantenreich und findet auch über die Grundschulzeit hinaus im Rope Skipping großes Interesse bei Schülerinnen und Schülern.

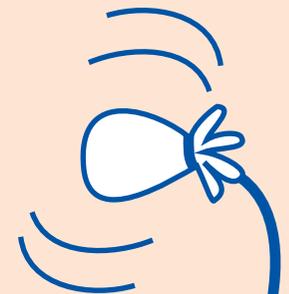
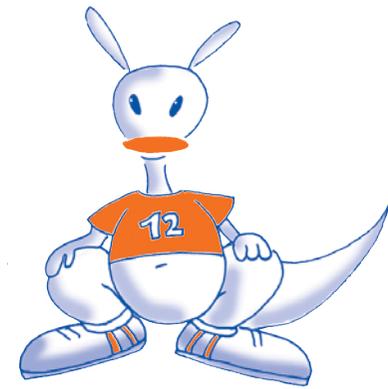
Die rhythmische Struktur beim Seilspringen kann bei sicheren Seilspringerinnen und -springern z.B. zum Zählen, zum Aufsagen von Zahlenreihen, zum Buchstabieren und zu gesungenen Reimen genutzt werden.

Material/Geräte:

Springseile, kleine Gummiringe oder Sandsäckchen

Literatur:

Blank, H (1995): Seilspringen, Gummitwist, Fadenabheben. Coppenrath Verlag Münster
Brodthmann, D /Hrsg. (2002): Seilspringen In: Sportunterricht in Bewegung,
Kallmeyersche Verlagsbuchhandlung, Seelze-Velber



Tag - Nacht

Beschreibung:

Für den Schulhof

Zwei Mannschaften stehen sich an einer Linie gegenüber und wenden sich dabei den Rücken zu.

In etwa 10 m Entfernung sind Freimale gekennzeichnet. Eine Mannschaft ist „Gerade“ die andere „Ungerade“.

Der Lehrer stellt nun eine Kopfrechenaufgabe ($4+8=$; $15-6=$ $3 \times 15=$, $45:5=$...).

Ist das Ergebnis der Aufgabe gerade, muss die Mannschaft „Gerade“ schnellstmöglichst zu ihrem Mal laufen, die Gegenmannschaft versucht die anderen abzuschlagen und umgekehrt.

Wer abgeschlagen ist, wechselt in die andere Mannschaft.

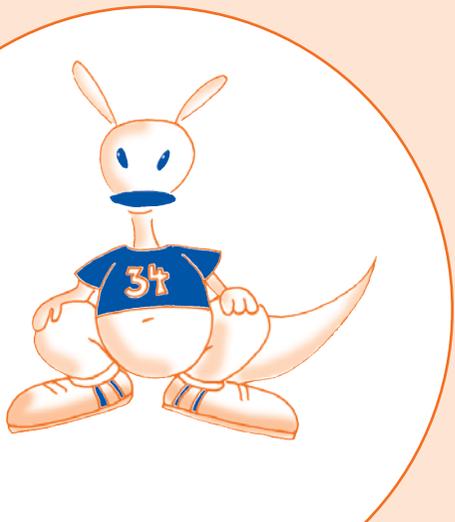
Hinweise/Variationen:

Wechsel der Fortbewegungsarten (Hopselauf, auf einem Bein hüpfen ...)

Wechsel der Ausgangspositionen (Hocke, auf einem Bein, ...)

Literatur:

Schnelle, D. (Hrsg.) (2005): Alte Spiele – Neu erfunden. Wiebelsheim: Limpert Verlag



4+4=

12-2=

8:2=

5+5=

14-8=

8x2=

4+3=

1+4=

8-3=

15:3=

5+3=

7-2=

13-2=

1x3=

12+5=



Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Taktiler Telefon

Beschreibung:

Alle Kinder sitzen in einer Reihe hintereinander. Jeder muss gut an den Rücken des Vordermanns heranreichen können. Das letzte Kind malt seinem vorderen Kind etwas auf den Rücken, z. B. Quadrat, Baum, Buchstabe.

Das Zeichen wird jeweils nach vorne auf den Rücken gemalt.

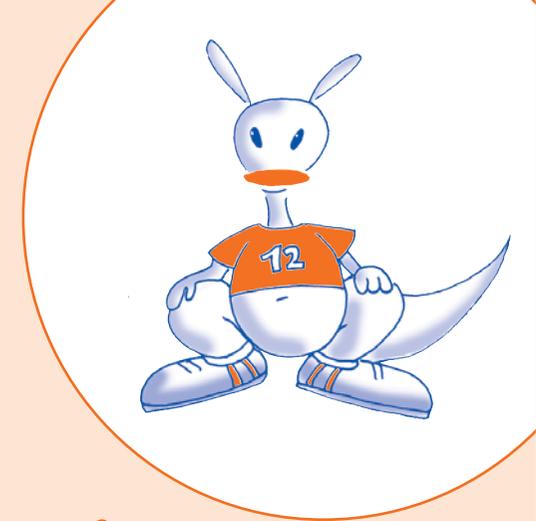
Derjenige, der ganz vorne sitzt, malt das Zeichen, das bei ihm angekommen ist, auf ein Blatt Papier. Mal sehen, was angekommen ist.

Material/Geräte:

Papier, Stifte

Literatur:

Niedersächsisches Kultusministerium (2004): Lernen braucht Bewegung



Aerobic-chant

Beschreibung:

Die Kinder führen zum „chant“ entsprechende Bewegungen aus:

Up – down – touch the ground.....strecken – beugen – Boden berühren

Up – down – turn around.....strecken – beugen – sich drehen

Up – down – clap clap clap.....strecken – beugen – klatschen

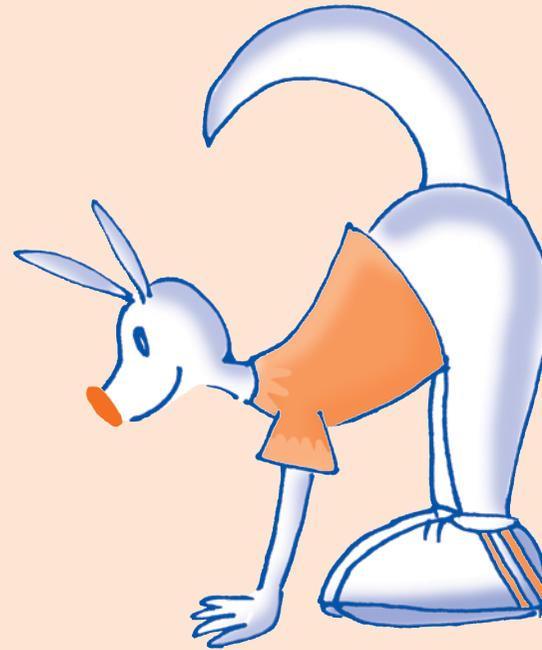
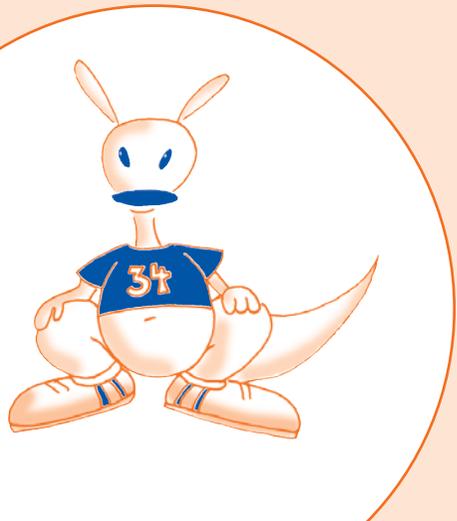
Up – down – snap snap snap.....strecken – beugen – schnipsen

Up – down – hop hop hop.....strecken – beugen – hüpfen

Up – down – and stop.....strecken – beugen – "versteinern"

Literatur:

BAG, Unfallkasse Rheinland-Pfalz, Ministerium für Bildung,
Frauen und Jugend Rheinland-Pfalz (Hrsg.) (2004):
Bewegte Kinder, Schlaue Köpfe, Krupp Druck OHG



Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

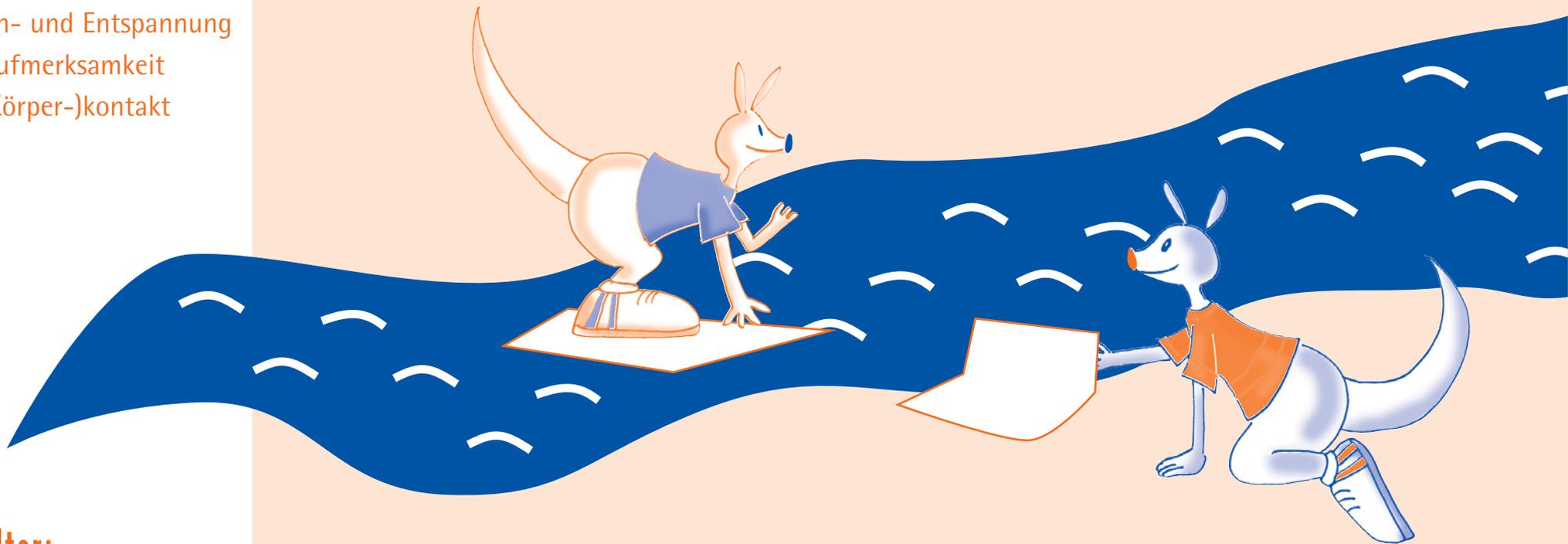
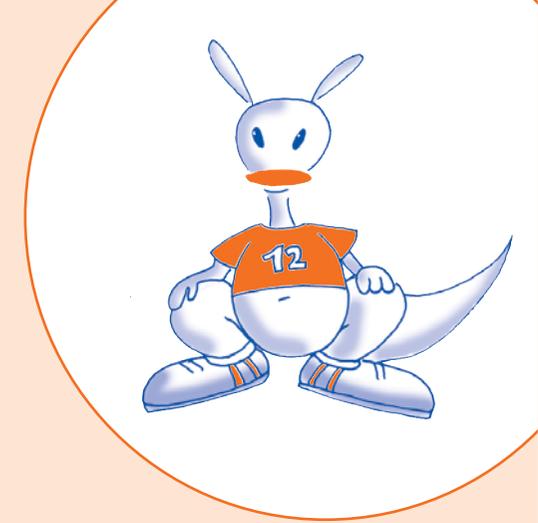
Überquerung eines wilden Flusses

Beschreibung:

Alle stehen vor einem wilden Fluss und müssen ans andere Ufer gelangen. Jedes Kind bekommt ein Stück Zeitungspapier als Zauberstein in die Hand. Der Zauberstein kann in den Fluss gelegt und zum Überqueren genutzt werden. Er geht verloren, wenn er ohne Berührung im Fluss liegt. Das Ziel ist es, dass alle auf der anderen Seite ankommen.

Literatur:

Niedersächsisches Kultusministerium (2004): Lernen braucht Bewegung



Alter:

1.-2. Klasse

Fernseher, Toaster, Mixer

Beschreibung:

Die Kinder bilden einen Kreis, ein Kind steht im Kreis.

Dieses zeigt auf ein Kind und sagt einen der Begriffe „Fernseher“, „Toaster“, „Mixer“.

Das betreffende Kind und die links und rechts von ihm stehenden Kinder müssen nun das betreffende Gerät darstellen.

Fernseher: Die beiden äußeren Kinder bilden mit ihren Armen ein Rechteck, das mittlere Kind mimt den Fernsehansager „bla, bla, bla“.

Toaster: Die beiden äußeren Kinder fassen sich an den Händen, das mittlere Kind hüpfert zwischen ihren Armen wie ein fertiges Toastbrot hoch und ruft dabei so etwas wie "ping".

Mixer: Das mittlere Kind hebt die Arme seitwärts nach oben. Die beiden äußeren Kinder drehen sich unter der linken und rechten Hand des mittleren Kindes, wie zwei Quirle.

Eieruhr: Die beiden äußeren Kinder bilden ein Dach über dem mittleren Kind, das dann wie feiner Sand nach unten rieselt.

Macht ein Kind einen Fehler, wechselt es die Position mit dem Kind in der Mitte.

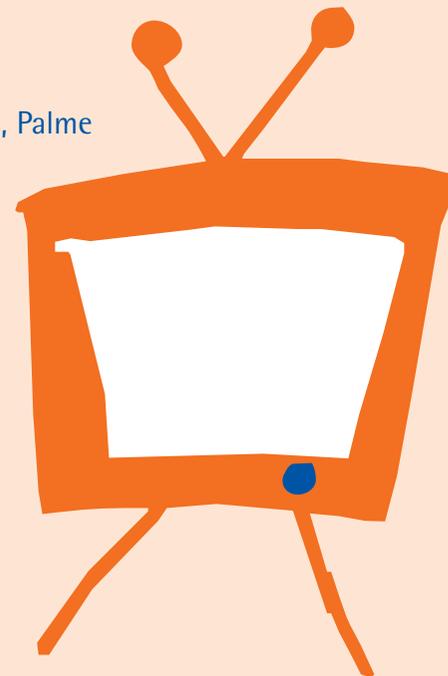
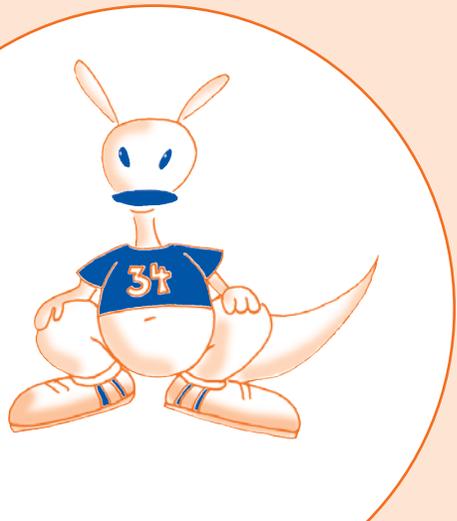
Fallen den Kindern weitere Haushaltsgeräte ein, die sie zu dritt darstellen können?

Hinweise/Variationen:

Es werden die englischen Begriffe benutzt.

Dieses Spiel birgt viele weitere Handlungsfelder – z. B. Dschungel: Elefant, Affe, Palme

Literatur: überliefert



Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Verzaubern

Beschreibung:

Ein Kind hat einen „Zauberstab“. Wer von diesem Zauberstab berührt wird, muss eine Hand an die Stelle legen, die der Stab berührt hat und in dieser Haltung weiterlaufen. Wird ein Kind ein zweites Mal berührt, fasst die zweite Hand an die entsprechende Stelle. Ist das Laufen nun nicht mehr möglich oder wird es ein drittes Mal berührt, bleibt es in dieser Position stehen.

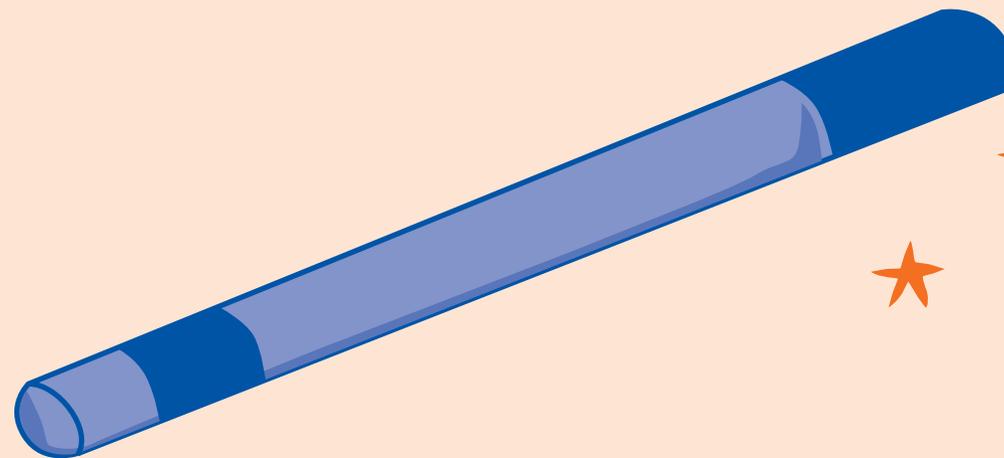
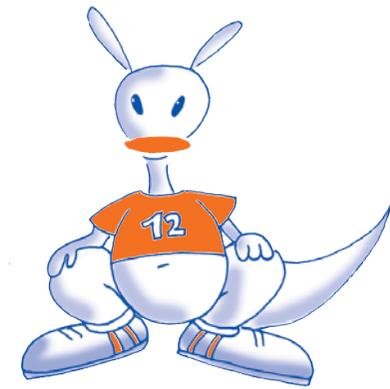
Ein anderes Kind kann es erlösen, indem die Hände aus den „Fixierungen“ gelöst werden.

Material/Geräte:

Zauberstab

Literatur:

Bundesarbeitsgemeinschaft zur Haltungs- und Bewegungsförderung (Hrsg.):
tips und tops für die ganzheitliche Bewegungsförderung im Grundschulalter
Teil 2. Eigenverlag



Tüchertangram

Beschreibung:

Jedes Kind bekommt ein kleines Tuch. Tücherschwenkend bewegen sich die Kinder zur Musik durch den Raum. Bei Musikstopp ruft die Lehrkraft eine Figur, die ganz schnell aus den Tüchern gelegt werden und dann von oben erkennbar sein soll. Beispiele: Haus, Stern, Baum, Schiff, Weihnachtsbaum, Buchstaben, ...

Hinweise/Variationen:

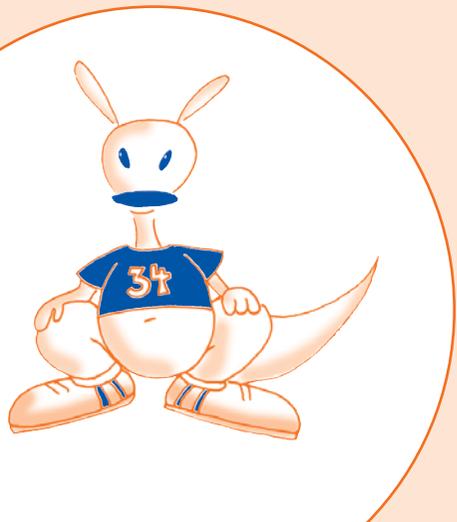
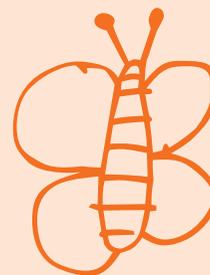
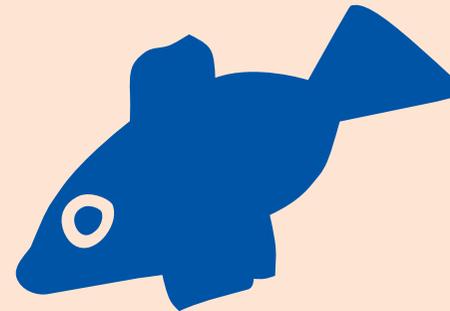
Die Kinder können auch in kleinere Gruppen eingeteilt werden, dafür ist es notwendig, dass Tücher in unterschiedlichen Farben zur Verfügung stehen, so dass sich immer die Kinder mit gleichfarbigen Tüchern zusammenfinden, um die angesagte Figur zu legen. In der nächsten Musikphase tauschen die Kinder dann untereinander ihre Tücher, damit die Gruppen immer wieder gemischt werden. Falls nicht genügend Tücher zur Verfügung stehen, bekommt jedes Kind 5 Bierdeckel in die Hand.

Material/Geräte:

Tücher (alternativ Bierdeckel)
flotte Musik

Literatur:

Baer, U. (1995³): 666 Spiele für jede Gruppe für alle Situationen.
Seelze: Kallmeyersche Verlagsbuchhandlung



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung

An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Zeitungsgymnastik

Beschreibung:

Jedes Kind erhält eine Zeitungs-doppelseite, die es in zwei Hälften teilt.

Nun bewegen sich die Kinder fort, indem sie sich jeweils auf eine Zeitungsseite stellen und die andere Hälfte in Bewegungsrichtung vor sich legen.

Alle Kinder legen ihre Zeitungsseiten auf den Boden und versuchen, sich nun auf diesen Inseln zu bewegen ohne den Boden zu berühren.

Die Kinder falten ihre Zeitungsseiten zu einem stabilem Stab.

Dieser wird mit der Hand, dem Ellenbogen, einem Finger, dem Fuß etc. balanciert.

Die Kinder nehmen den Zeitungsstab in beide Hände und versuchen darüber zu steigen, ohne den Stab los zu lassen.

Zwei Kinder gehen zusammen und halten beide Stäbe zwischen sich und schwingen die Stäbe vorwärts/rückwärts, rechts/links, hoch/runter. Alle Kinder bilden mit ihren Stäben einen langen Zug und fahren über den Platz.

Material/Geräte:

Zeitungen

Literatur:

Hofmann, S. (2002): Alltagsmaterialien – wie damit spielen?

In: DTB (Hrsg.): Kongressbericht Turnfestakademie.

Deutsches Turnfest Leipzig 2002



Plätze tauschen

Beschreibung:

Alle Kinder sitzen auf ihren Stühlen in einem Stuhlkreis.

Die Lehrkraft nennt ein Merkmal, das mehrere Kinder in der Klasse besitzen.

Diese müssen ihre Plätze tauschen. Dann nennt das Kind links neben der Lehrkraft das nächste Merkmal usw.

„Alle müssen ihren Platz tauschen, die ...“

- eine Brille tragen
- einen roten Pullover anhaben
- in einem Sportverein sind
- ...

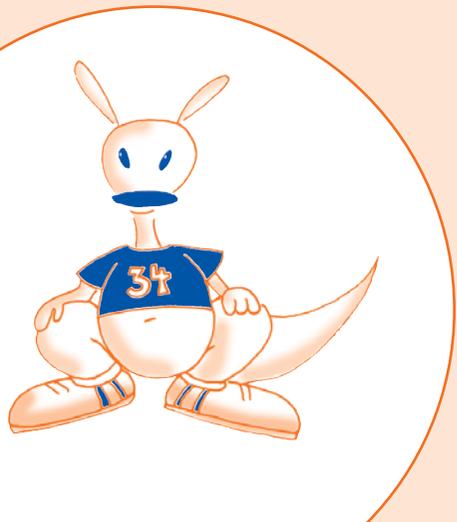
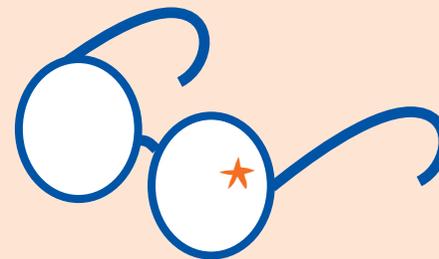
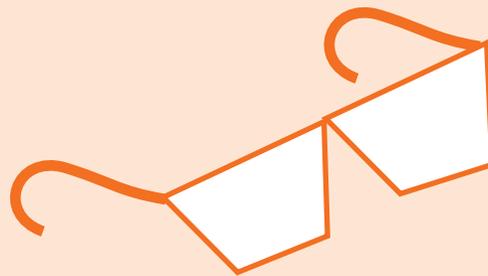
Hinweise/Variationen:

Zusätzlich kann jeweils eine Fortbewegungsart bestimmt werden – in Zeitlupe gehen, auf einem Bein hüpfen, rückwärts gehen ...

Literatur:

Baer, U. (1995³): 666 Spiele für jede Gruppe für alle Situationen

Seelze: Kallmeyersche Verlagsbuchhandlung



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Wettermassage

Beschreibung:

Die Kinder gehen paarweise zusammen.

Entweder legt sich eines auf den Bauch auf den Boden oder es bleibt auf dem Stuhl sitzen, so dass der Partner gut an den Rücken kommt.

Das Kind liegt auf dem Bauch und es fängt an zu regnen, es regnet mehr, dann gießt es wie aus Eimern. Jetzt fängt es auch noch an zu donnern und es blitzt.

Dann kommt ein dicker Sturm und bläst die Regenwolken weg.

Es tröpfelt nur noch und donnert ganz leicht.

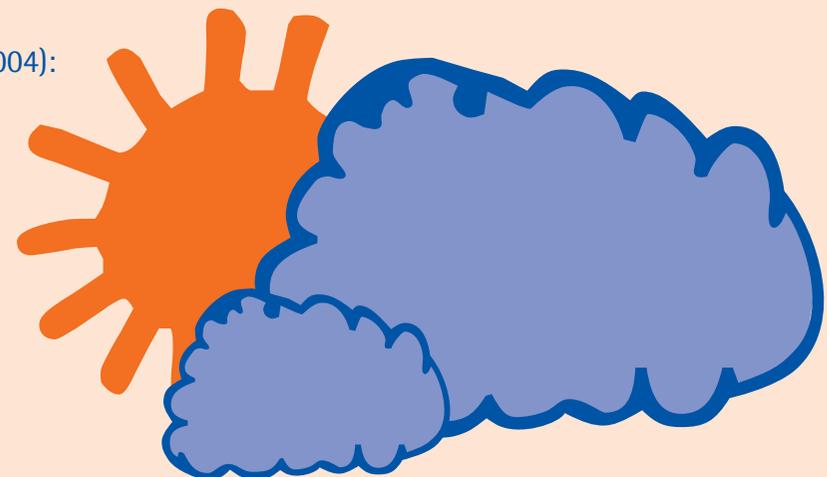
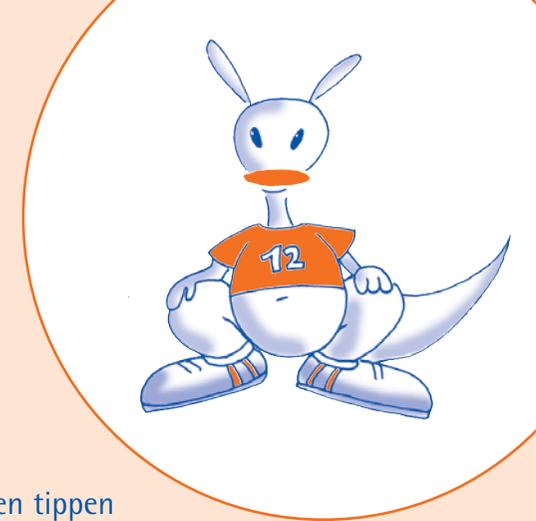
Die Sonne kommt raus und wärmt schön.

Das war's!

-mit Fingerspitzen auf Rücken tippen
-schneller und fester tippen
-Hände von oben nach unten fließend bewegen
-mit Fäusten auf Rücken trommeln
-Blitze auf Rücken zeichnen
-in Nacken pusten
-mit Fäusten über den Rücken streifen
-mit Fingerspitzen auf Rücken tippen
-mit Fäusten sacht auf Rücken trommeln
-Hände aneinander reiben und auf Rücken legen
-noch einmal wiederholen
-über den Rücken von oben nach unten streichen

Literatur:

Niedersächsisches Kultusministerium (2004):
Lernen braucht Bewegung



Die größte Zahl gewinnt

Beschreibung:

Jedes Kind bekommt eine Zahlenkarte (z. B. Uno-Spiel) und geht damit durch den Raum. Begegnen sich zwei (drei) Kinder, bilden sie durch Addieren, Subtrahieren und Multiplizieren gemeinsam die kleinst- bzw. größtmögliche Zahl. Anschließend werden die Karten getauscht und die Kinder suchen sich neue Partner.

Die Fortbewegungsarten werden öfters gewechselt: vorwärts, rückwärts, im Entengang, auf Zehenspitzen, wie ein Storch

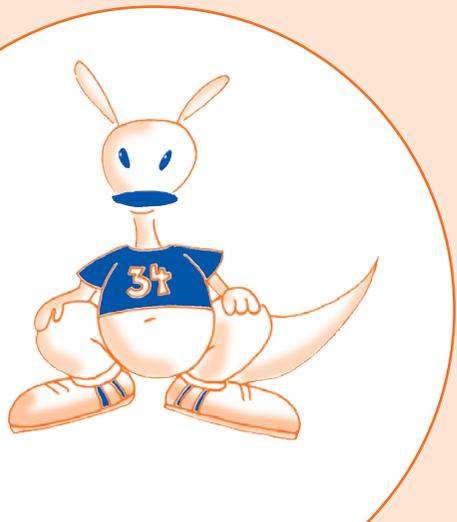
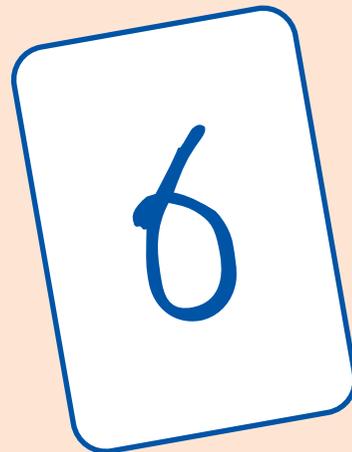
Material/Geräte:

Zahlenkarten

Literatur:

Obier, M. (2002): Bewegtes Lernen.

In: DTB (Hrsg.): Kongressbericht Turnfestakademie.
Deutsches Turnfest Leipzig 2002



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Das Känguru erkundet das Schulgelände

Beschreibung:

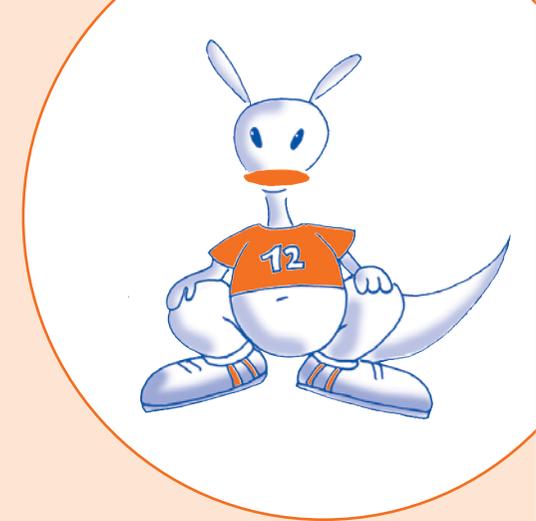
Das Känguru wird als Kopiervorlage genutzt. Auf die Vorlage werden verschiedene Anlaufstellen der Außenräume gezeichnet und einer Farbe zugeordnet. Die Anlaufpunkte sollten markant sein. An jedem Anlaufpunkt haben die Kinder eine Aufgabe zu erledigen, z. B. 3x drum herum laufen. Sobald eine Aufgabe erledigt ist, dürfen die Kinder ihr Känguru mit der jeweiligen Farbe anmalen. Eventuell ordnen sie die Farben der Anlaufstellen noch verschiedenen Körperteilen des Kängurus zu.

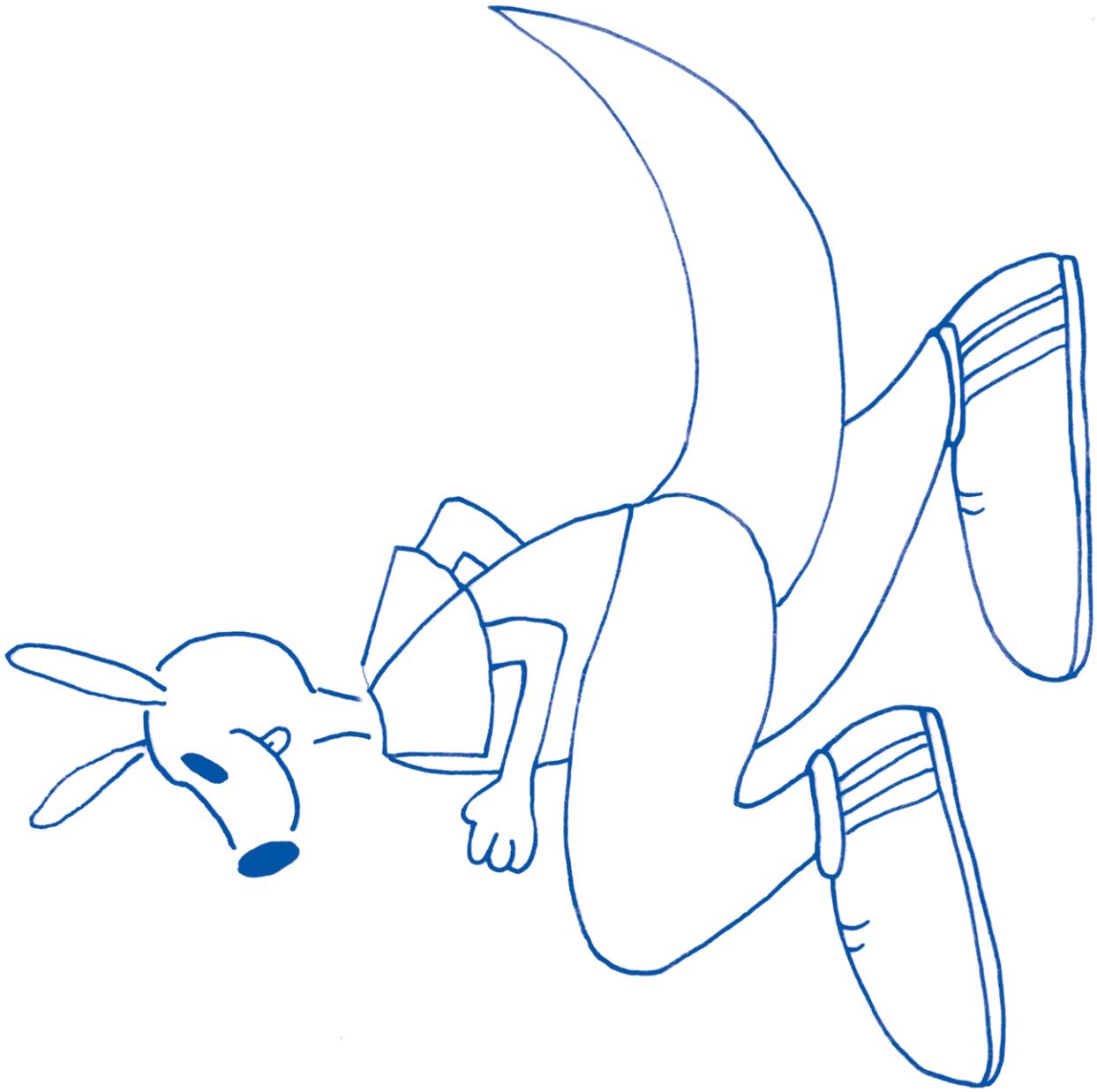
Material/Geräte:

Arbeitsblatt „Känguru“, Buntstifte

Literatur:

überliefert





Ort Aufgabe	Ort Aufgabe
Ort Aufgabe	Ort Aufgabe
Ort Aufgabe	Ort Aufgabe

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Spielformen mit Teppichfliesen

Beschreibung:

Ein Fuß wird auf eine Teppichfliese gestellt und das Kind "rollert" durch den Raum.

Das Kind setzt beide Hände auf die Fliese und schiebt die Fliese durch den Raum.

Die Kinder stellen jeden Fuß auf eine Teppichfliese und fahren Skilanglauf durch den Raum.

Ein Kind steht auf zwei Teppichfliesen und wird von 3 bis 4 anderen Kinder, die hintereinander stehen gezogen. Der Lenker geht dabei leicht in die Knie und versucht, den Oberkörper gerade zu halten. Die „Pferde“ beginnen mit gemäßigttem Tempo.

Hinweise/Variationen:

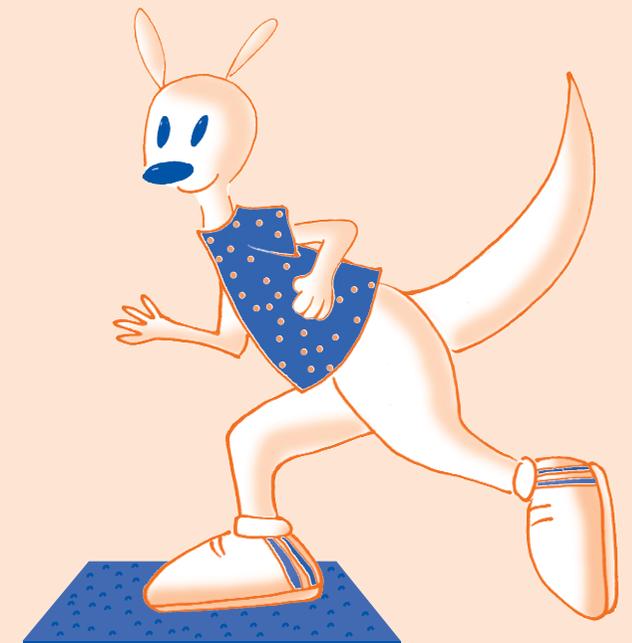
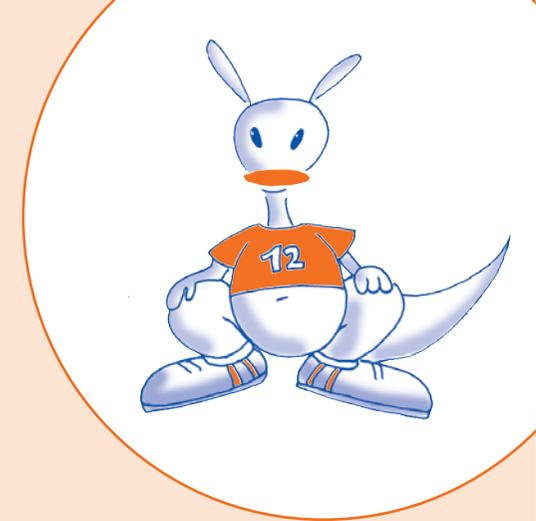
Als Alternative kann Zeitungspapier genommen werden.

Material/Geräte:

Teppichfliesen oder Zeitungspapier

Literatur:

Bundesarbeitsgemeinschaft zur Förderung haltungs- und bewegungsauffälliger Kinder und Jugendlicher e. V. [BAG] (Hrsg.) (2001): Bewegungshits für Vorschulkids. Wiesbaden



Felderhüpfen - Eieralphabet

Beschreibung:

Es wird für jeden Buchstaben in dichtem Abstand (ca. 30cm) eine Eiform in beliebiger Anordnung auf den Boden gezeichnet oder in die Erde geritzt und jeweils ein Buchstabe eingetragen. Die Felder müssen so groß sein, dass man sie mit einem Fuß betreten kann ohne die Linie zu berühren. Vier zusätzliche Frei-Felder werden zum Ausruhen oder Überbrücken zwischen den anderen Buchstabenfeldern eingezeichnet.

Erste Aufgaben können sein, nach Alphabet hüpfen, einen passenden Namen zum erreichten Buchstaben nennen oder Wörter erhüpfen und andere erraten lassen. Die Aufgaben können allein oder in Gruppen bewältigt werden. Regeln sind selbst zu vereinbaren.

Hinweise/Variationen:

- Felderhüpfen hat eine lange Tradition. Es gibt zahlreiche Variationen und die Möglichkeit, die Grundidee für den Umgang mit Zahlen, Buchstaben, Farben und Formen zu nutzen. So können in die Eierformen statt der Buchstaben auch Zahlen eingetragen werden, um Aufgaben aus dem Bereich der Grundrechenarten zu erhüpfen.
- Der Umriss der Hüpfelder kann beliebig sein. Leitern, Kreuze, Kreise, Sterne, Rechtecke, Ketten, Kreise, Doppelkreise oder Fantasieformen sind denkbar. Die einfachste Form besteht darin, auf einem Fuß von Feld zu hüpfen und dabei Aufgaben zu erledigen.
- Alle Schülerinnen und Schüler benutzen einen Stein („Brot“). Dieser Stein kann vor dem Spiel auf ein Feld geworfen werden, mit dem Fuß weitergetrieben werden, auf dem Rückweg einbeinig wieder eingesammelt werden, auf der äußeren Handfläche oder in der Kniekehle balanciert werden oder das Ruhefeld markieren.

Material/Geräte:

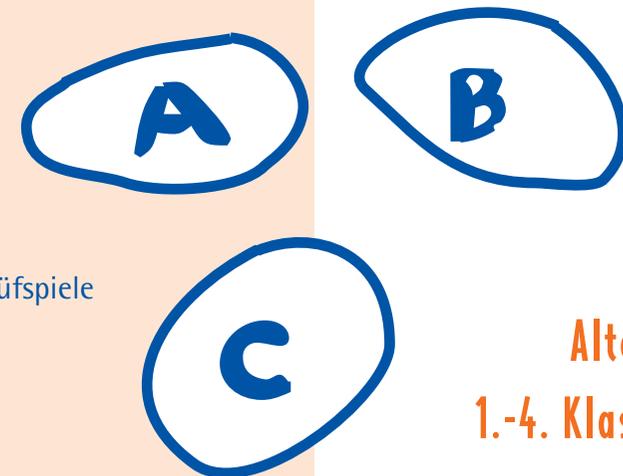
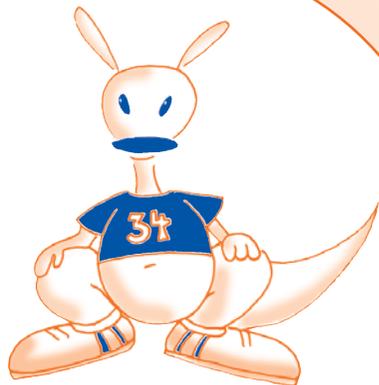
Straßenkreide, Steine

Literatur:

Lang, H (2004): Felderhüpfen – ein (ur)altes Kinderspiel

In: Sportunterricht/Körpererziehung 7/2004, Verlag Karl Hofmann

Blank, H (1993): Hüpfekästchen. Die lustigsten und bekanntesten Hüfispiele für Kinder, Copenrath Verlag Münster



Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Gummitwist

Beschreibung:

Zwei Kinder stehen einander gegenüber und haben das Gummiband um ihre Beine gespannt. Das dritte Kind springt auf unterschiedliche Weise auf, über und zwischen die Gummibänder.

Hinweise/Variationen:

Das springende Kind stellt ein Bein zwischen die Gummibänder. Nun wird eine Geschichte erzählt. Sobald die Wörter Gummi-Gummi auftauchen, muß es schnell hin und her springen und dann wieder still auf den Text achten. Wer einen Fehler macht, löst eine Bewegungsaufgabe und löst eines der stehenden Kinder ab.

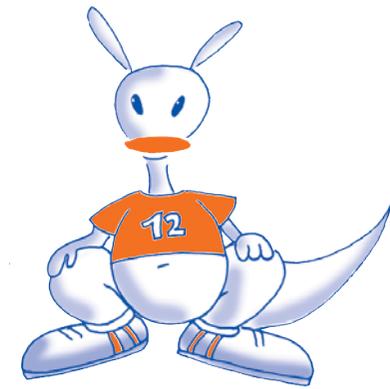
Material/Geräte:

Für je 3 bis 4 Kinder ein 3 bis 4 m langes Gummiband, das an den Enden zusammengeknotet oder zusammengenäht ist.

Literatur:

www.zebra.de

bzw. Schnelle, D. (2005): Alte Spiele - neu erfunden. Wiebelsheim: Limpert Verlag



G u m m i t w i s t

Seilspringen mit dem Langseil

Beschreibung:

2 Kinder schwingen das Langseil auf dem Schulhof. 3 bis 5 Kinder springen im Seil (u. a. von der Länge des Seils abhängig) und sprechen dabei folgenden Vers, indem sie dazu den Versinhalt pantomimisch darstellen:

Teddybär, Teddybär, dreh dich um,
Teddybär, Teddybär, mach dich krumm,
Teddybär, Teddybär, bau ein Haus,
Teddybär, Teddybär, jag `ne Maus,
Teddybär, Teddybär, du hast Mut,
Teddybär, Teddybär, du bist gut.

Hinweise/Variationen:

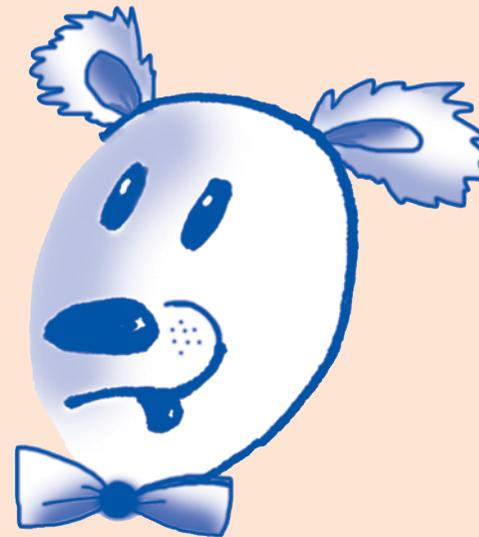
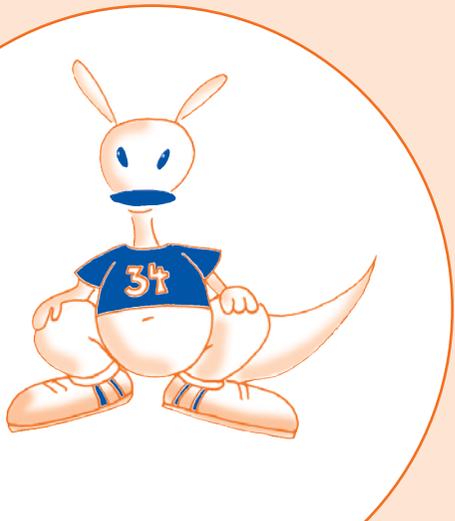
Im Englischunterricht hat sich der Teddy - Vers im 4. Schuljahr bewährt. Besonders die Jungen sind bemüht den Vers bis zum Schluss mit den passenden pantomimischen Begleitbewegungen zu springen.

Material/Geräte:

1 Langseil - als Alternative kann die Zauberschnur geschwungen werden.

Literatur:

überliefert



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Das Zirkuszelt

Beschreibung:

Die Kinder bilden einen Sitzkreis. Jedes zieht eine Karte mit den entsprechenden Rollen des Liedes. Sobald das Tier oder die Person in den Strophen des Liedes vorkommt, begeben sich die jeweiligen Kinder in den Kreis und spielen die Rollen nach.

Melodie: „ein Vogel wollte Hochzeit machen“

1. Das Zirkuszelt, das Zirkuszelt, das präsentiert heut' seine Welt.

Tralalala...

2. Der Elefant, der Elefant, der trampelt am Manegenrand

Tataratata...

3. Die Pferdeschar, die Pferdeschar, die läuft und springt ganz wunderbar.

Hopp, hopp, hopp ...

4. Die Affen all, die Affen all, die spielen mit dem bunten Ball.

Hüpf, hüpf, hüpf...

5. Die Bären dort, die Bären dort, die tanzen schön in einem fort.

Brumm, brumm, brumm...

6. Der Augustin, der Augustin,

fällt auf die rote Nase hin.

Hahahahaha...

7. Die Schlange, die Schlange,

die kriecht, da wird uns bange.

Ss, Ss, Ss...

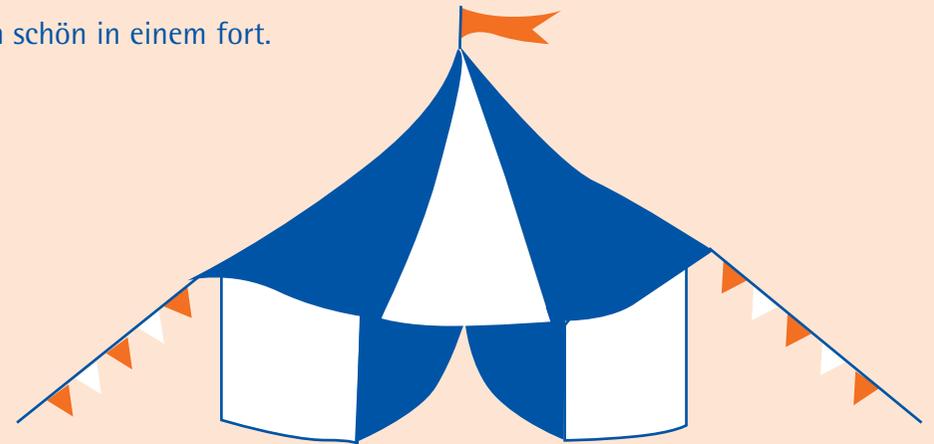
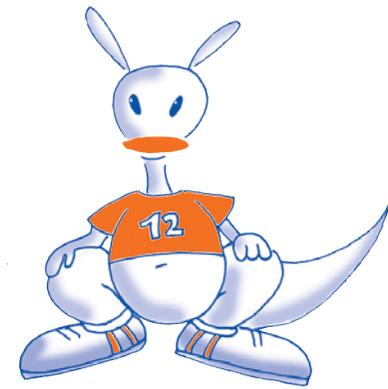
8. Der Musiker, der Musiker,

der spielt zum Schluss den großen Tusch.

Tralala...

Literatur:

Altes deutsches Liedgut



Der reißende Fluss

Beschreibung:

Die Kinder bilden einen geschlossenen Stuhlkreis und stellen sich auf die Stühle.
Unter ihnen ist ein reißender Fluss, in den sie auf keinen Fall treten dürfen.
Der Fluss trocknet aus, wenn es den Kindern gelingt, sich nach der Größe auf den Stühlen zu sortieren.

Hinweise/Variationen:

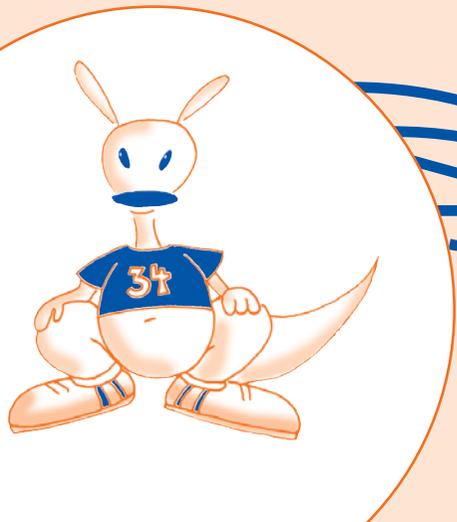
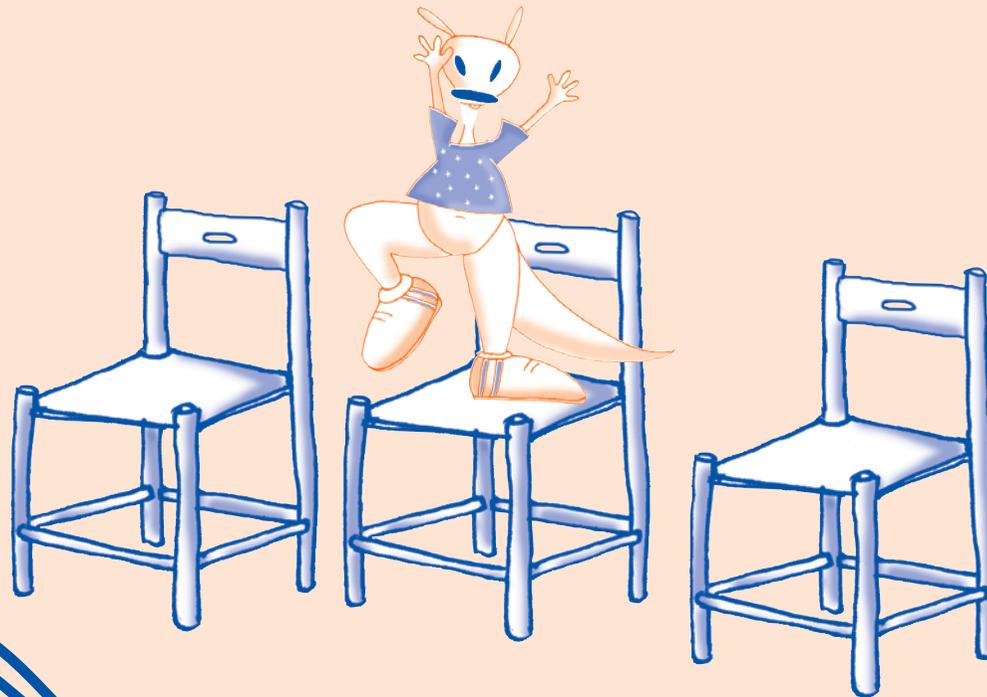
Nach dem Alter auf den Stühlen sortieren.
Nach Anfangsbuchstaben des Vornamens auf den Stühlen sortieren.

Material/Geräte:

Stühle ohne Armlehnen

Literatur:

überliefert



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:
3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

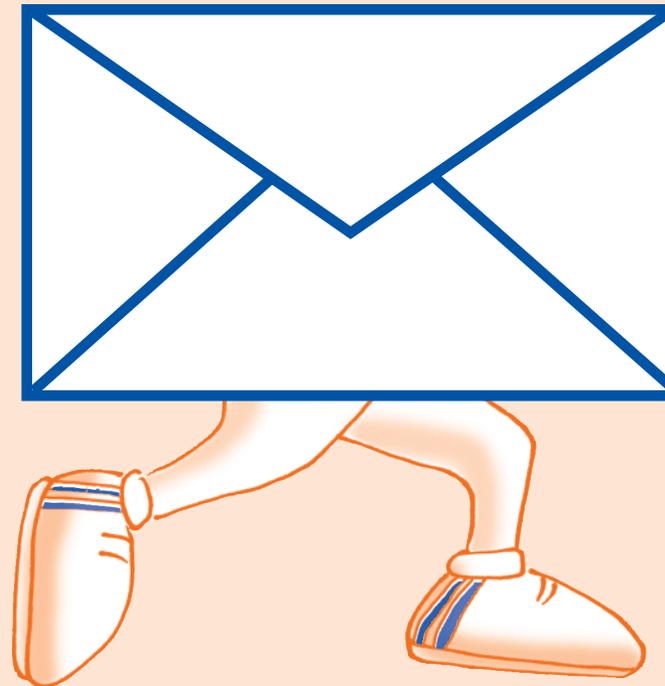
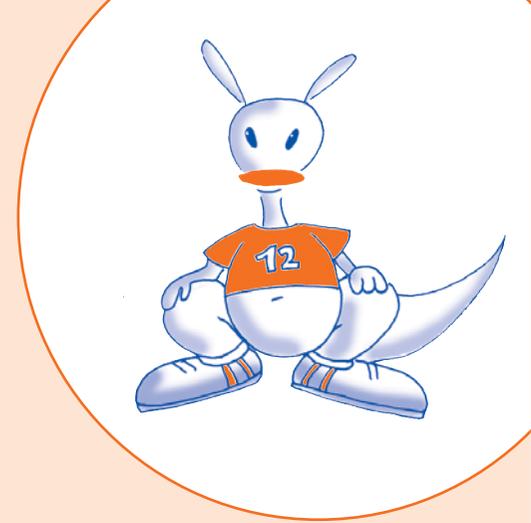
Laufende Post

Beschreibung:

Alle Kinder stehen im Kreis und merken sich ihren linken Nachbarn. Danach laufen alle kreuz und quer durcheinander. Die Lehrkraft flüstert einem Kind ein Wort oder einen Satz ins Ohr. Dieses Kind sucht seinen ehemals linken Nachbarn, läuft zu ihm und gibt ihm den Satz oder das Wort weiter usw.. Das letzte Kind spricht laut aus, was bei ihm angekommen ist.

Literatur:

Schnelle, D. (Hrsg.) (2005): Alte Spiele – Neu erfunden. Wiebelsheim: Limpert Verlag



Drückeberger

Beschreibung:

Alle Kinder ziehen einen Zettel, auf dem eine Zahl steht – jede Zahl ist zweimal vorhanden. Ohne zu sprechen begrüßen sich die Kinder nun mit einem der Zahl entsprechenden Händedruck und finden so ihren Partner. Der Händedruck wird in den nächsten Runden durch andere Bewegungen ersetzt, z. B. Hampelmann, Stampfen, Klatschen, ...

Hinweise/Variationen:

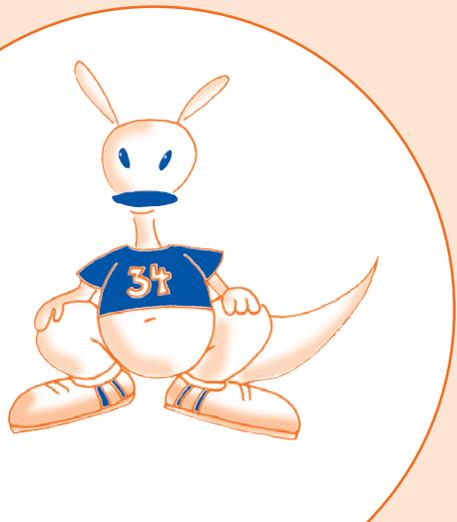
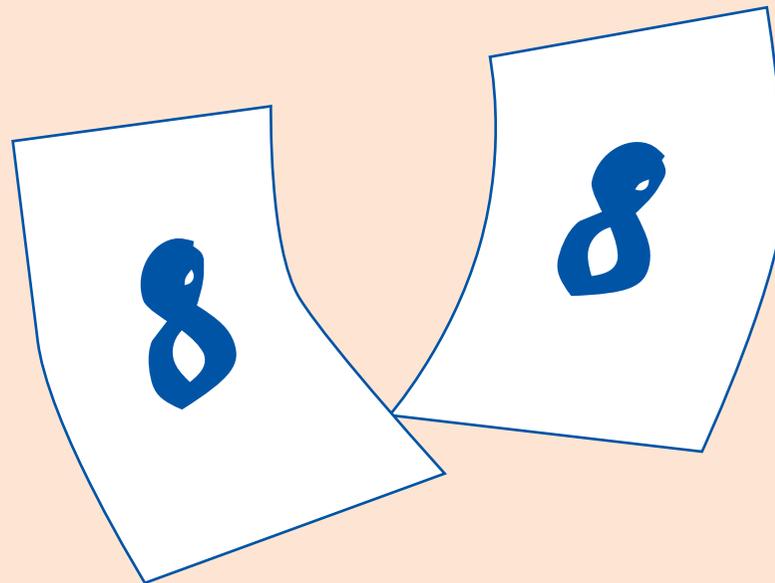
Jede Zahl kommt häufiger vor.

Material/Geräte:

ein Zettel pro Kind

Literatur:

Beudels, W./Lensing-Conrady, R./Beins, H.J. (2003):
Das ist für mich ein Kinderspiel. Handbuch zur psychomotorischen Praxis. Dortmund: verlag modernes lernen



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

1.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Roboter

Beschreibung:

Zwei Kinder agieren zusammen.

Ein Kind ist der Roboter, das andere Kind ist der Mechaniker.

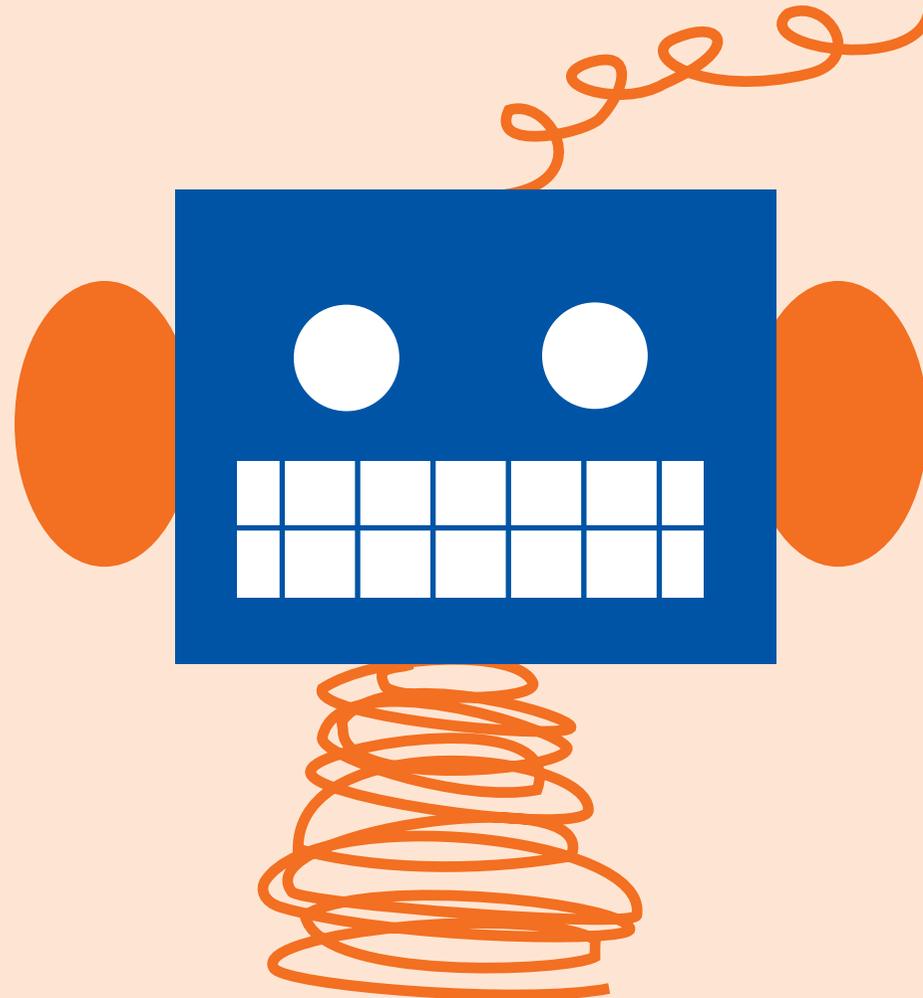
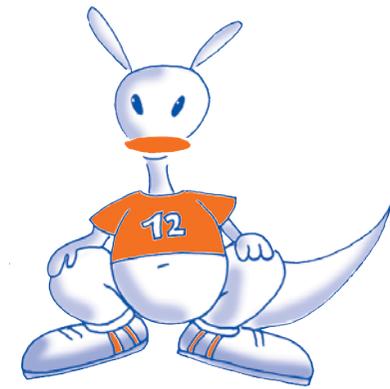
Der Roboter überlegt sich eine Stelle am Körper, an der er ausgestellt werden kann.

Er bewegt sich als Roboter im Raum, und der Mechaniker muss die Stelle

durch Berührungen am Körper des Roboters finden, an der er abgestellt werden kann.

Es kommt zu einer Fehlprogrammierung und der Mechaniker weiß nicht,
wie er den Roboter abschalten kann.

Literatur: überliefert



Stuhlkreisrücken

Beschreibung:

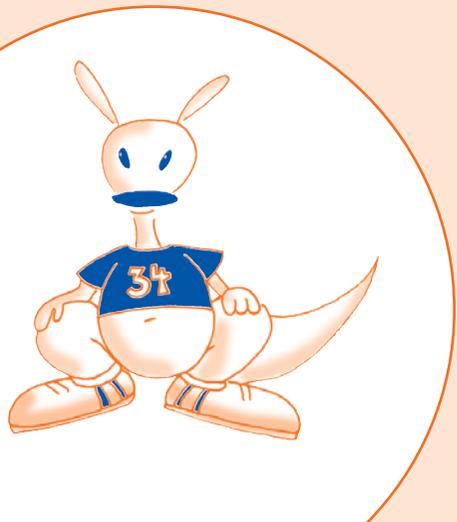
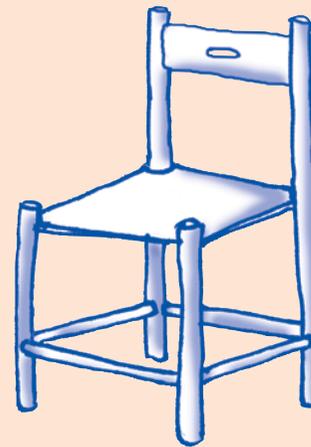
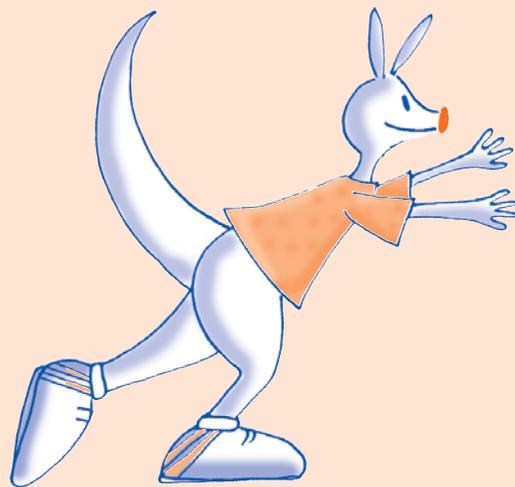
Die Kinder bilden einen Stuhlkreis, eines steht in der Mitte, der eigene Stuhl bleibt frei. Auf ein Zeichen versucht das Kind den freien Stuhl zu erreichen und sich hinzusetzen. Die anderen versuchen das zu verhindern, indem sie sich umsetzen. Schafft es das Kind, sich auf einen freien Platz zu setzen, geht ein anderes Kind in die Mitte.

Material/Geräte:

Stühle

Literatur:

Beudels, Wolfgang (2002): Wo rohe Kräfte sinnvoll walten. Dortmund: verlag modernes Lernen



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Stimmung und Gefühl

Beschreibung:

Die Kinder bewegen sich im Raum.

Auf einen Impuls der Lehrkraft oder ein verabredetes Zeichen schauen sich die Kinder im Vorübergehen traurig, stolz, fröhlich, wütend, beleidigt etc. an.

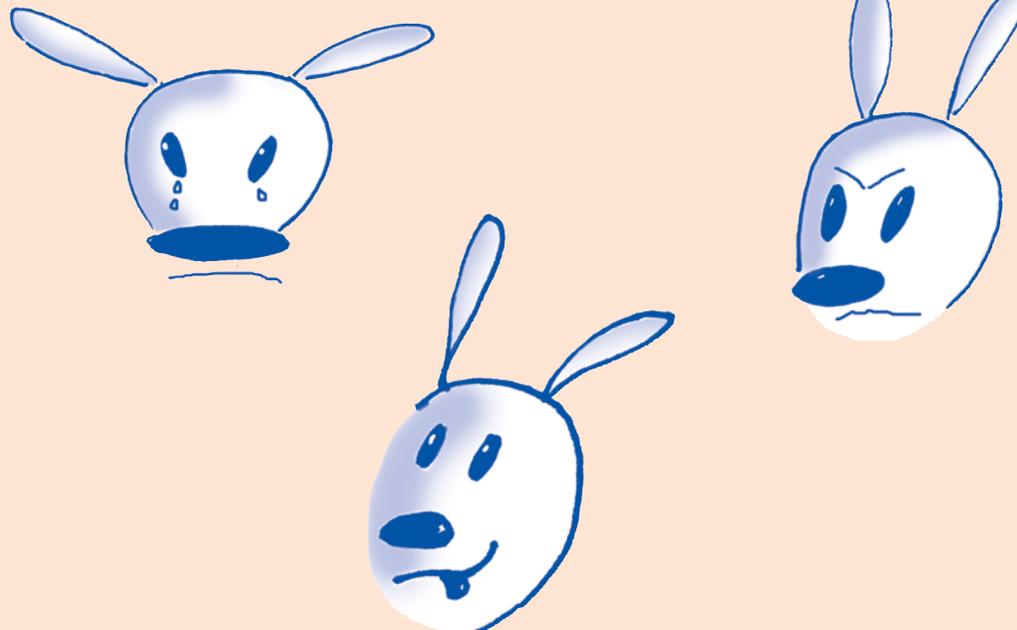
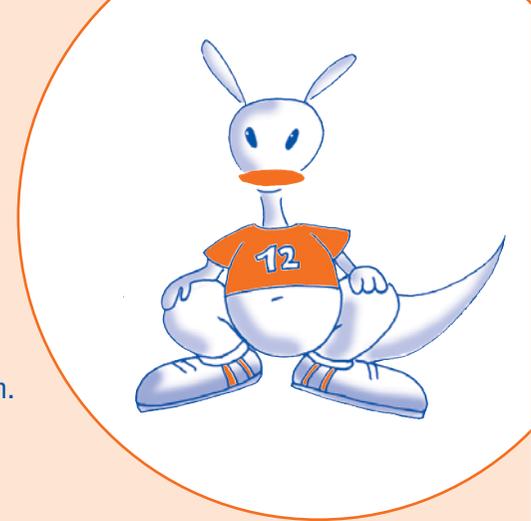
Hinweise/Variationen:

Die Aufgabe wird über eine Rolle vermittelt:

Bewegen wie ein Kraftprotz, sehr alter Herr, feine Dame, Tänzerin, Cowboy etc.

Literatur:

Baumgartner, M. u. a. (1992): SpikS – Spielkartei für Sonder- und Heilpädagogik.
Dortmund: verlag modernes lernen



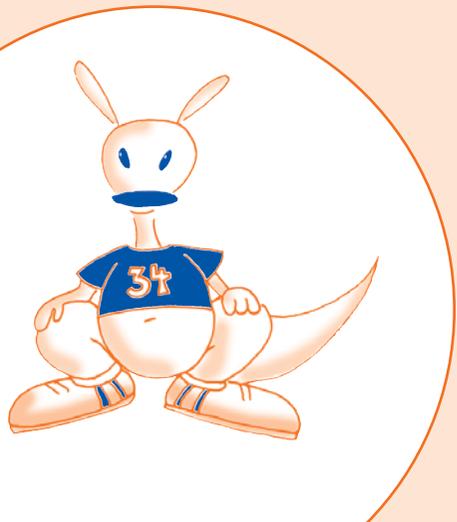
Rücken-Touchdown

Beschreibung:

Zwei Kinder sitzen Rücken an Rücken. Sie stützen sich auf den Händen ab, so dass ihr Gesäß den Boden nicht berührt. Durch Schieben und Nachgeben versuchen sie, dass Gesäß des Partners auf den Boden zu bekommen.

Literatur:

Beudels, Wolfgang (2002): Wo rohe Kräfte sinnvoll walten. Dortmund: verlag modernes Lernen



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Wegdrücken

Beschreibung:

Es stehen sich immer zwei Kinder gegenüber und drücken die Hände aneinander.

Jeder versucht den Gegenüber aus dem Gleichgewicht zu bringen.

Es sitzen sich zwei Kinder gegenüber und drücken die Füße aneinander.

Jeder versucht den Gegenüber aus dem Gleichgewicht zu bringen.

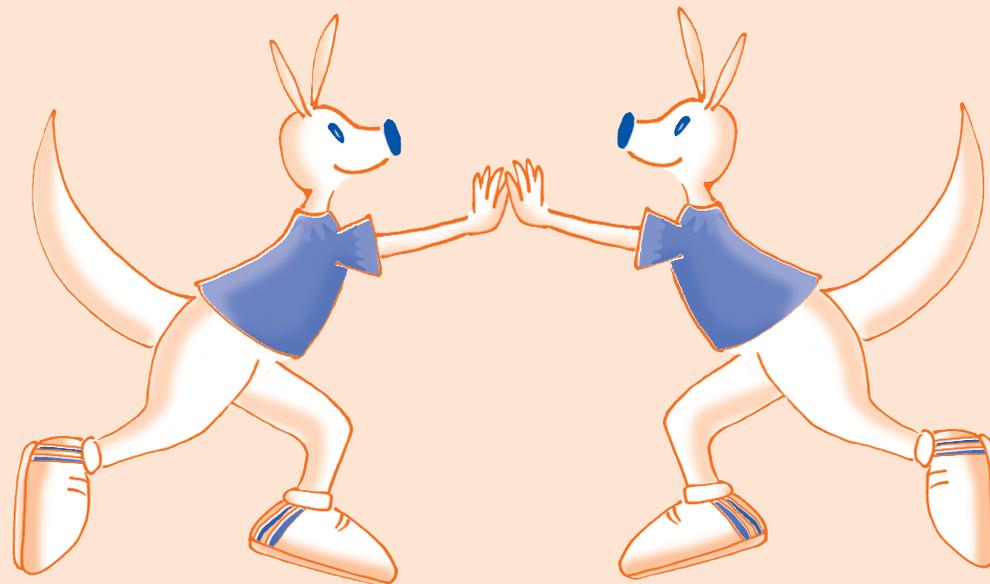
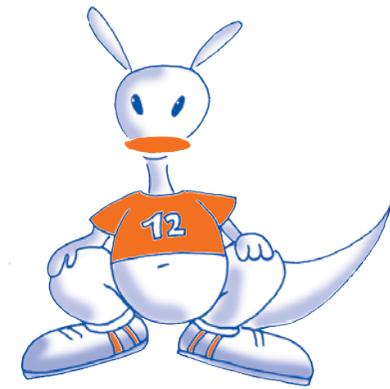
Hinweise/Variationen:

Zwei Kinder hocken sich gegenüber, fassen sich an die Hände und stellen ihre Fußspitzen aneinander.

Jetzt versuchen sie zusammen aufzustehen.

Literatur:

Beudels, Wolfgang (2002): Wo rohe Kräfte sinnvoll walten. Dortmund: verlag modernes Lernen



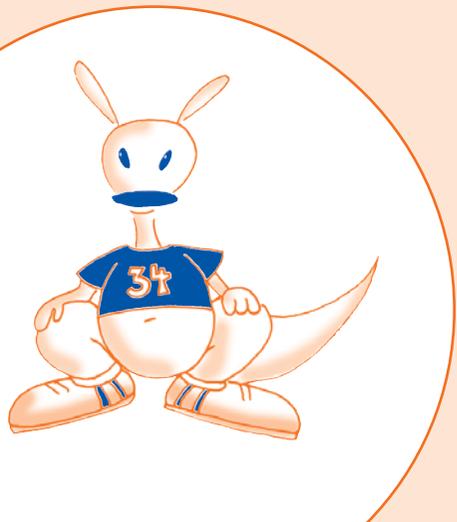
Aufstand

Beschreibung:

Die Kinder gehen durch den Raum. Auf ein Signal finden sie sich zu einer bestimmten Zahl Kinder zusammen. Sie setzen sich mit dem Rücken zueinander auf die Erde, haken sich mit den Armen ein und versuchen, gleichzeitig aufzustehen. Nach dem Aufstehen wird weiter durch den Raum gegangen.

Literatur:

Beudels, Wolfgang (2002): Wo rohe Kräfte sinnvoll walten. Dortmund: verlag modernes Lernen



... und hoch!!
alle zusammen

Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

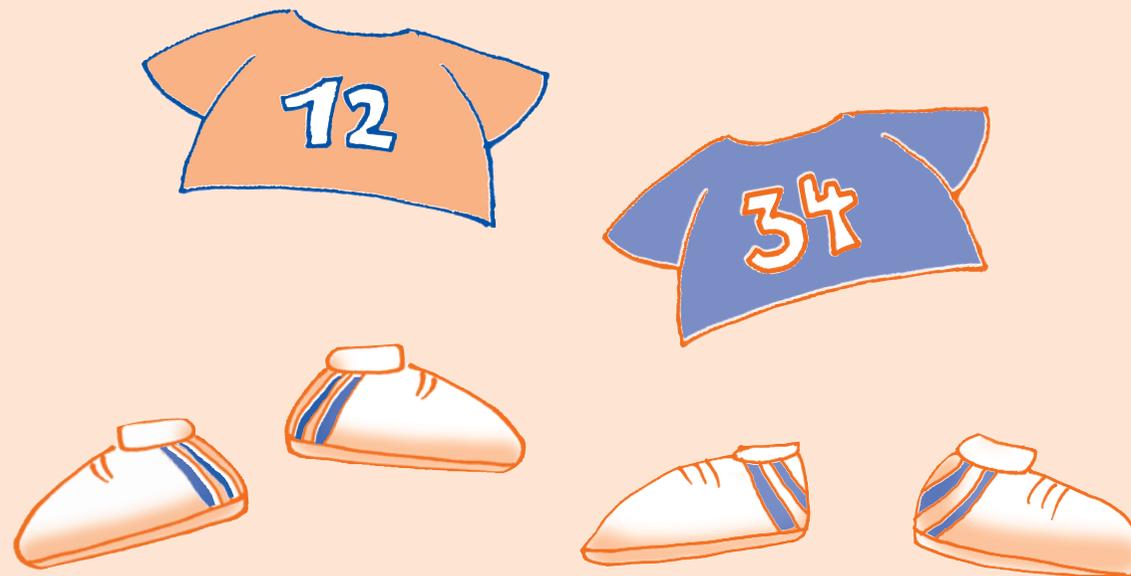
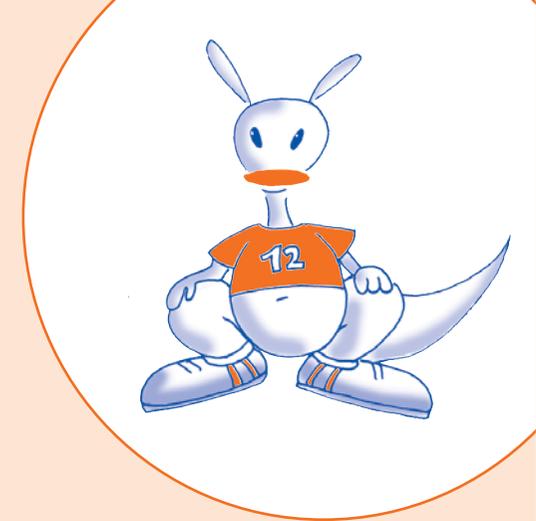
Wie sehe ich aus?

Beschreibung:

Die Lehrkraft bestimmt, unter welchen Kriterien sich die Kinder zusammenfinden, z. B. nach der gleichen Augenfarbe, nach der gleichen T-Shirt-Farbe, nach der gleichen Schuhgröße etc.. Mit Musik kann hieraus ein Musikstoppspiel gemacht werden.

Literatur:

Niedersächsisches Kultusministerium (2005):
Bewegen und Kleben, Gruppen-Bewegungs-Kalender



Verkehrspolizist

Beschreibung:

An den 4 Ecken einer quadratischen Spielfläche steht jeweils eine Riege.

Die vordersten Kinder zweier diagonal gegenüberstehender Riegen tauschen auf ein Zeichen synchron die Plätze, indem sie zur anderen Riege hinüberlaufen und sich dort hinten wieder anstellen.

In der Mitte regelt ein Polizist den Verkehr und bestimmt mit ausgebreiteten Armen und 90° Drehungen, wer laufen darf. Wer den Rücken oder die Brust des Polizisten sieht, darf nicht laufen.

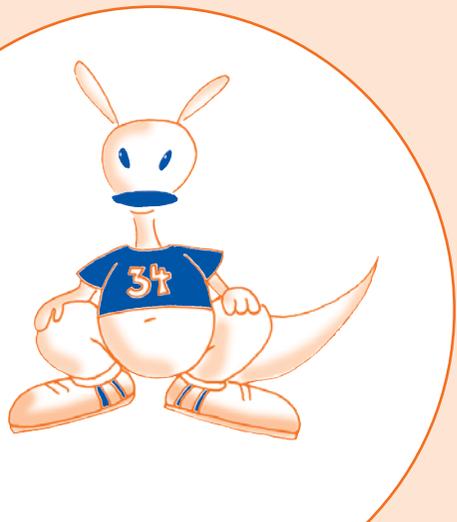
Immer rechts am Polizisten vorbeilaufen.

Hinweise/Variationen:

In Höhe des Polizisten vollführen die synchron laufenden Kinder eine Aufgabe, z. B. sich 1 x um die Längsachse drehen oder hochspringen oder....

Literatur:

überliefert



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung

An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:

3.-4. Klasse

Räumlichkeiten:

Innenräume

Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation

Einstimmung

Aktivierung

An- und Entspannung

Aufmerksamkeit

(Körper-)kontakt

Alter:

1.-2. Klasse

Führen und Folgen

Beschreibung:

Die Kinder bewegen sich im Raum. Auf ein Zeichen suchen sie sich über Blickkontakt einen Partner. Das eine Kind übernimmt die Führungsrolle und führt das andere Kind über Blickkontakt und Bewegungen (große Schritte, Krabbeln etc.). Es wird während der ganzen Zeit nicht gesprochen.

Nach einiger Zeit verabschieden sich die Partner voneinander.

Im nächsten Durchgang suchen sich die Kinder auf ein Zeichen durch Körperkontakt einen Partner. Sie legen die Handflächen aneinander und das eine Kind führt das andere Kind durch den Raum. Nach einiger Zeit verabschieden sie sich wieder.

Es wird wieder nicht gesprochen.

Anschließend finden sich die Kinder wieder durch Körperkontakt zusammen, legen die Hände aneinander.

Das eine Kind schließt die Augen und lässt sich "blind" durch den Raum führen.

Hier entscheidet die Lehrkraft, ob die Kinder die Sprache zur Hilfe nehmen dürfen.

Nach einiger Zeit verabschieden sich die Partner wieder.

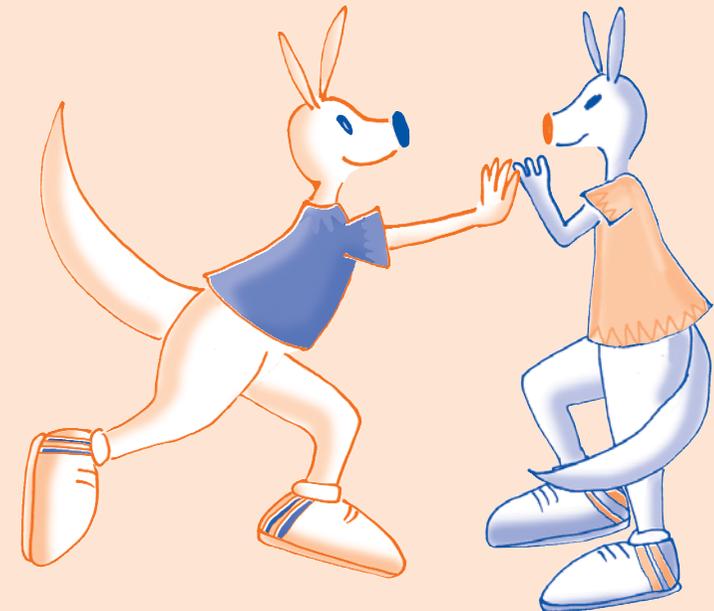
Literatur:

Kassens, E. (1998):

Der Körper – Weg zu sich selbst und zur Umwelt.

In: Pütz (Hrsg.): An Wunder glauben

Dortmund: verlag modernes lernen



Fallschirmspiele

Beschreibung:

Die Kinder fassen gleichmäßig verteilt am Rand des Schwungtuchs/Fallschirms mit beiden Händen an und:

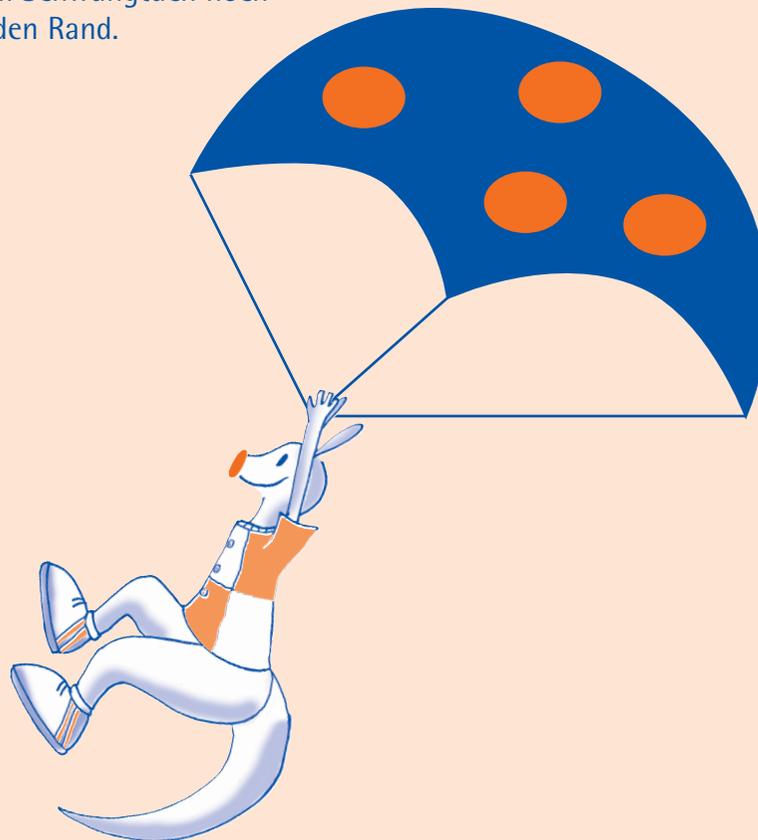
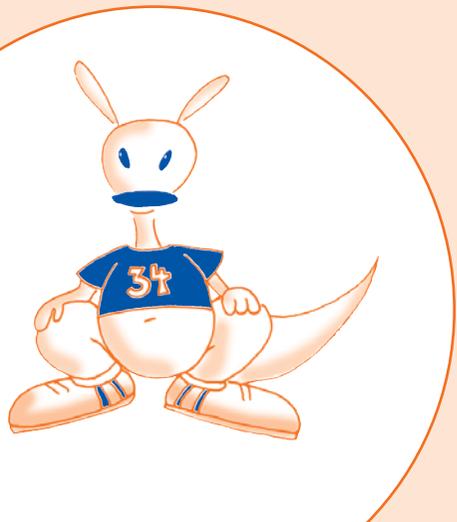
- schwingen kleine oder große Wellen mit dem Tuch
- laufen nach Aufruf am Rand im Halbkreis unter dem Tuch auf die andere Seite.
Vorher werden Merkmale zugerufen, die besagen, wer unterdurch laufen darf, z. B. wer blaue Augen hat, wer in einem bestimmten Monat geboren ist ...
- spielen eine Zirkusparade, indem sie auf Zuruf als Pferde die Knie abwechselnd ans Tuch heben, sich wie Tanzbären drehen, dem Nachbarn das Haar wie ein Affe zauseln, wie Seiltänzer auf dem Seil niederknien oder winkend im Kreis marschieren...
- gemeinsam das Tuch nach drei Schwüngen loslassen, sodass es hochfliegt und zusammensinkt
- schleudern weiche Puppen, Ballons oder Bälle auf dem Schwungtuch hoch
- setzen sich gemeinsam unter dem Schwungtuch auf den Rand.

Material/Geräte:

6 – 7 m großes Schwungtuch oder Fallschirm

Literatur:

überliefert



Räumlichkeiten:

Innenräume
Außenräume

Inhaltliche Ausrichtung/ Funktionen:

Kooperation
Einstimmung
Aktivierung
An- und Entspannung
Aufmerksamkeit
(Körper-)kontakt

Alter:
1.-4. Klasse

Literaturliste

- Baer, U. (19953): 666 Spiele für jede Gruppe für alle Situationen. Seelze: Kallmeyersche Verlagsbuchhandlung
- BAG, Unfallkasse Rheinland-Pfalz, Ministerium für Bildung, Frauen und Jugend Rheinland-Pfalz (Hrsg.) (2004): Bewegte Kinder, Schlaue Köpfe, Krupp Druck OHG
- Baumgartner, M. u.a. (1992): SpikS – Spielkartei für Sonder- und Heilpädagogik. Dortmund: verlag modernes lernen.
- Beudels, W./Lensing-Conrady, R./Beins, H. J. (2003): Das ist für mich ein Kinderspiel. Handbuch zur psychomotorischen Praxis. Dortmund: verlag modernes lernen
- Beudels, W. (2002): Wo rohe Kräfte sinnvoll walten. Dortmund: verlag modernes Lernen
- Bundesarbeitsgemeinschaft zur Haltungs- und Bewegungsförderung (Hrsg.): tipps und tops für die ganzheitliche Bewegungsförderung im Grundschulalter Teil 2. Eigenverlag
- Bundesarbeitsgemeinschaft zur Haltungs- und Bewegungsförderung (Hrsg.) (2001): Bewegungshits für Vorschulkids. Wiesbaden.
- Bundesjugendwerk der AWO (1990): Spiele für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Bonn
- Die Grundschulzeitschrift, Friedrich Verlag 109/1997
- Grimm-Rautenberg, M (2002): Spiele ohne Gewinner und Verlierer. In: DTB (Hrsg.): Kongressbericht Turnfestakademie. Deutsches Turnfest Leipzig 2002
- Günzel, W. (1997): Wahrnehmen und Bewegen. Hrsg: Gesetzliche Unfallkassen. München
- Hofmann, S. (2002): Alltagsmaterialien – wie damit spielen? In: DTB (Hrsg.): Kongressbericht Turnfestakademie. Deutsches Turnfest Leipzig 2002
- Hoyer, K. (1994⁷): 77 Pausenspiele drinnen und draußen. Lichtenau: AOL-Verlag
- Internetportal des Niedersächsischen Kultusministeriums zur Bewegten Schule www.bewegteschule.de
- Kassens, E. (1998): Der Körper – Weg zu sich selbst und zur Umwelt. In Pütz (Hrsg.) (1998): An Wunder glauben ... Dortmund: verlag modernes Lernen
- Kleinke, Ch.: Alles Tüte oder was? Ideensammlung
- Lommersum, N.(2004³): Bewegungsspiele in der Grundschule, 35 Spiele für zwischendurch, AOL Verlag Lichtenau
- Lütgeharm, R. (2003): Was tun? Bewegung als Therapie für bewegungs- und verhaltensauffällige Kinder. München: Domino Verlag
- Niedersächsisches Kultusministerium (2004): Lernen braucht Bewegung
- Niedersächsisches Kultusministerium (2005): Bewegen und Kleben. Gruppen-Bewegungs-Kalender
- Obier, M. (2002): Bewegtes Lernen. In: DTB (Hrsg.): Kongressbericht Turnfestakademie. Deutsches Turnfest Leipzig 2002.
- Oppolzer, Ursula (2004): Bewegte Schüler lernen leichter Dortmund: verlag modernes lernen
- Pilz-Aden, H: (o. J.): Spielideen, Bewegungs- und Entspannungsübungen für den Schulalltag. In: Niedersächsisches Kultusministerium: Bewegte Schule. Hannover
- Rips, D. (2003²): Bewegungsangebote im Wochenplan, 1. bis 4. Schuljahr, Edition MOPÄD, Persen Verlag, Horneburg/Niederelbe
- Schnelle, D. (Hrsg.) (2005): Alte Spiele – Neu erfunden. Wiebelsheim: Limpert Verlag.
- Vahle, F. (1997): Hokus Pokus Fidibus auf Katzen Tätzen Tanz Fest, Patmos Verlag
- Zeitschrift Sportpädagogik 6/1999

Materialliste

Abspielgerät

CD: Frederik Vahle; Katzen Tätzen Tanz Fest (u.a. Hokus Pokus Fidibus), Patmos Verlag
CD: Die Lollipops z.B. Tanzen, Lachen, Party machen
CD: Tip... Tap... Notenhopser und Leiseschleicher, pipo-Verlag
Bewegungslieder-CDs, Fidula-Verlag, www.fidula.de

Tennisbälle

Tücher
1 stabiles Tuch oder Stoffreste

Buchstabenkarten
Wortkarten
Zahlenkarten (z.B. Uno-Spiel)
Karten mit Ergebnissen der Einmaleinsreihe

Luftballons für jedes Kind
kleine Mülltüte für jedes Kind
Zeitungspapier für jedes Kind
Bierdeckel
Bohnsensäckchen
Igelbälle
Federn
Pinsel

Teppichfliesen

Langseil
Gymnastikseile
Gummitwist

wasserfester Filzstift (Eding o.ä.)
Buntstifte
Papier

Zauberstab

Spiele im Überblick

Spiele	innen	aussen	Kooperation	Aktivierung	An- und Entspannung	Aufmerksamkeit	Kontakt
Rot oder spitz	■			■	■	■	
„Buchstabenkinder“	■		■	■		■	■
Storch im Nest	■	■		■		■	
„Frozen“	■		■		■	■	
Labadu	■	■	■	■			■
Schrankenspiel		■	■	■		■	■
Hampelmann ...	■			■			
Pferderennen	■			■		■	
Alle machen, was Heidi macht	■		■	■		■	
Atomspiel mit Rechenaufgaben	■		■	■		■	
Drachenschatz		■		■		■	
Blindenlenkung	■	■	■			■	■
Fotosafari	■		■	■		■	■
Ebbe und Flut	■			■		■	
Frosch im Gras		■		■		■	■
Hexe, Hexe, was kochst Du heute?		■		■		■	
Geräusche folgen		■	■			■	
Groß und klein	■			■		■	
Hundehütte		■	■	■		■	■
Zahlendrücken	■	■			■	■	■
Hokuspokus Fidibus	■				■		■
Luftballon-Wörter	■		■	■		■	
Luftballonspiele	■		■	■		■	■
Monatsfangen		■		■			
Mülltütenaerobic	■			■			
Ordnung in das Chaos	■		■	■		■	
Seilspringen-Rundspringen	■	■	■	■		■	
Tag – Nacht		■		■			
Taktiler Telefon	■		■	■	■	■	■
Aerobic-chant	■	■		■		■	
Überquerung eines wilden Flusses	■	■	■	■		■	
Fernseher, Toaster, Mixer		■	■	■		■	■
Verzaubern		■	■	■			■
Tüchertangram	■		■	■		■	
Zeitungsgymnastik		■	■	■	■		
Plätze tauschen	■			■		■	
Wettermassage	■		■		■	■	■
Die größte Zahl gewinnt	■		■	■			
Das Känguru erkundet das Schulgelände		■		■		■	
Spielformen mit Teppichfliesen	■		■	■	■		■
Felderhüpfen-Eieralphabet		■	■	■			■
Gummitwist	■	■	■	■			
Seilspringen mit dem Langseil	■	■	■	■			
Das Zirkuszelt	■			■		■	
Der reißende Fluss	■		■	■		■	■
Laufende Post	■	■	■	■		■	
Drückeberger	■	■		■	■		■
Roboter	■	■	■	■	■		■
Stuhlkreisrücken	■		■	■	■		■
Stimmung und Gefühl	■		■	■		■	
Rücken-Touchdown	■		■	■	■		■
Wegdrücken	■		■	■	■		■
Aufstand	■		■	■	■		■
Wie sehe ich aus?	■	■	■	■		■	
Verkehrspolizist		■	■	■		■	
Führen und Folgen	■	■	■	■	■	■	■
Fallschirmspiele		■	■			■	



Herausgeber:
Niedersächsisches Kultusministerium
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Schiffgraben 12
30159 Hannover
E-Mail: Pressestelle@mk.niedersachsen.de
Bestellungen:
Fax: 0511 - 120 74 50
E-Mail: Bibliothek@mk.niedersachsen.de

Redaktion:
Prof. Dr. Dörte Detert
Lehrreferentin Uschi Selchow

Autorengruppe:
Dörte Detert
Annette Dierking
Klaus Hoyer
Rudi Lütgeharm
Uschi Selchow

Beratung:
Hermann Städtler, Curriculum Kommission Grundschulsport

Gestaltung:
Jessica Pries
www.pries-werbung.de

Druck:
Hahn-Druckerei, Hannover

Juni 2008