

Spiele für Bewegung und Rhythmus

geschrieben von Redakteur | November 8, 2021



Drei Spielideen zur Auswahl



Bewegung ist ein Grundbedürfnis eines jeden Kindes. Doch in der heutigen Zeit werden wir dem nur noch selten gerecht. Hier können sich Kinder bewegen. Ebenso wichtig wie Anspannung ist im Leben die Entspannung. Das rhythmische Prinzip von Ruhe und Kraft findet sich überall in unserem Alltag, sei es in der Musik, der Beobachtung von Naturphänomenen oder dem täglichen menschlichen Umgang. Kinder lernen hier spielend ein inneres Gleichgewicht kennen.

Spiele für mehr Bewegung:

Das Dschungelbuch

»Heute brechen wir zu einer Expedition nach Afrika auf! Wählt die Menschen und Tiere aus, die ihr am liebsten spielt. Es gibt einige Lastenträger und viele Dschungeltiere. Die Lastenträger erklimmen langsam mit ihrer schweren Last einen Hügel, bis sie erschöpft zu Boden sinken.« Wird das Dschungelbuch draußen aufgeführt, so ist vielleicht ein echter Hügel vorhanden. Innen hilft die Fantasie: Beim Erklimmen sind Schritte und Atmung schwer, dann laufen die Lastenträger auf der anderen Seite schnell wieder herunter. Als Last eignet sich ein Rucksack oder die Schultasche. »Plötzlich steht ihr vor einem reißenden Fluss, den ihr nur auf Seilen überqueren könnt!«

Die Kinder balancieren auf Seilen, die auf der Erde liegen. Jetzt begegnen sie den anderen Mitspielern: Schwerfälligen Elefanten, hoch springenden Gazellen, pfeilschnellen Raubkatzen, spielenden Löwenkindern

Tipp;

Eignet sich hervorragend für Aufführungen im Kindergarten oder in der Schule. Die Kinder entwerfen und basteln die Dekoration, komponieren und spielen die Filmmusik. Die Zuschauer werden mit afrikanischen Köstlichkeiten wie Hirsegerichten, exotischen Früchten und Bananenmilch verwöhnt.



Alter: 3 bis 8 Jahre

Zeit: 10 bis 30 Minuten

Sozialform: Gruppenspiel

Material: afrikanische Musik, Seile, Taschen

Tunnelball

Zunächst werden zwei Reihen mit auf dem Boden liegenden Kindern gebildet. Am Anfang einer jeden Reihe steht ein Kind mit einem Ball. Der Spielleiter gibt das Startsignal. Jetzt rollen beide Kinder den Ball in ihrer Reihe so rasch wie möglich unter den Mitspielern hindurch, die mit Liegestütze einen Tunnel formen. Der letzte Mitspieler des Tunnels läuft rasch nach vorne und beginnt erneut. Unterdessen hat sich der vorangegangene Ballspieler wieder in die Tunnelreihe eingeordnet. Gewonnen hat die Gruppe, die als erste einen Durchgang schafft.

Variante

Der Ball könnte ebenso durch Reihen sitzender Kinder gerollt werden, die jetzt allerdings ihre ausgestreckten Beine anheben müssen.



Alter: 4 bis 10 Jahre

Zeit: 5 bis 10 Minuten

Sozialform: Gruppenspiel

Material: 2 Bälle

Spiele für mehr Rhythmus:

Eis am Stiel

Die Kinder bewegen sich zum Rhythmus eines Tamburins durch den Raum. Plötzlich verstummt das Tamburin und die Kinder erstarren in der zuletzt ausgeführten Bewegung. Und wer es dann schafft, seine erstarrete Bewegung für einige Sekunden auf einem Bein stehend zu präsentieren, der ist ein echtes Eis am Stiel.



Alter: 3 bis 8 Jahre

Zeit: ca. 5 Minuten

Sozialform: Einzelspiel

Material: Tamburin

Diese Spiele stammen aus folgender

Spielekartei:

Die Spielekartei Bewegung und Rhythmus

Charmaine Liebertz

Burckhardthaus

ISBN: 9783944548203

14,95 €

[Mehr unter: www.burckhardthaus-laetare.de](http://www.burckhardthaus-laetare.de)

Fotos: Schuhe: Milos Tasic/fotolia.com, Kind auf Matte:
Kipenicker/fotolia.com, Kind mit Ball:
travnikovstudio/fotolia.com, Tanzendes Kind:
cromary/fotolia.com