

Wie Kinder das rhythmische Prinzip von Ruhe und Kraft erfahren

geschrieben von Redakteur | Mai 16, 2024



Drei Spielideen von Dr. Charmaine Liebertz für ein inneres Gleichgewicht

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.

Chef-Vize

Die Kinder sitzen im Kreis, bestimmen einen Chef und einen Vize (Stellvertreter). Alle anderen Kinder zählen durch und merken sich ihre Zahl. Der Spielleiter erklärt nun die Firmenhierarchie: »Wir haben einen Chef, einen Vize und 20 Mitarbeiter. Die Mitarbeiter von 1 – 5 sind Topmanager, die Mitarbeiter von 6 – 15 gehören zum mittleren Management und

die restlichen Mitarbeiter arbeiten im Versand oder als Putzkolonie. Aber keine Sorge, unser Unternehmen bietet große Aufstiegschancen: Von der Putzfrau zum Chef oder umgekehrt; das hängt nur von eurer Geschicklichkeit ab!« Nun führt der Spielleiter diesen Viererrhythmus vor:

- Einmal mit beiden Handflächen auf die Oberschenkel schlagen,
- einmal die Hände vor der Brust klatschen,
- mit rechtem Daumen über die Schulter zeigen und dabei die
- eigene Identität (Zahl, Chef oder Vize) nennen,
- mit linkem Daumen über die Schulter zeigen und dabei die Person nennen (Zahl, Chef oder Vize), die das Spiel fortsetzen soll.

So geht es im rasanten Wechsel immer weiter: Jeder Genannte sagt erst seine Zahl (rechter Daumen über Schulter), nennt dann eine neue Zahl (linker Daumen über Schulter) und bestimmt somit den nächsten Mitspieler. Dabei sollten natürlich alle Mitspieler im Rhythmus bleiben. Wer einen Fehler (z. B. Stottern, Rhythmus nicht einhalten) macht, verlässt seinen Stuhl und setzt sich auf den letzten Platz der Firma. Alle anderen Mitspieler rücken bis zum frei gewordenen Stuhl nach und übernehmen die entsprechend neue Zahl. Und eh man sich versieht, sitzt der Topmanager auf dem Putzfrauenstuhl!

- Alter: 7 bis 99 Jahre
- Zeit: 10 bis 20 Minuten
- Sozialform: Gruppenspiel

Das Gewitter

Die Kinder sitzen im Stuhlkreis und schließen ihre Augen. Falls erforderlich, verbindet ihnen der Spielleiter die Augen.

Nun erzählt er eine spannende Geschichte zum Wetterverlauf, der voller Sonne beginnt und mit einem heftigen Gewitter endet. Dabei werden seine Worte mit folgenden Geräuschen, die bei ihm starten und nacheinander von Kind zu Kind im Kreis weitergegeben werden, untermalt:

1. Sonne → Stille
2. Nieselregen → Hände fest aneinander reiben
3. Kleine Regentropfen → mit den Fingern schnippen
4. Starker Regen → fest in die Hände klatschen
5. Prasselnder Regen → mit den Händen auf die Oberschenkel schlagen
6. Starkes Gewitter → mit den Füßen trampeln

- Alter: 4 bis 9 Jahre
- Zeit: 10 Minuten
- Sozialform: Gruppenspiel
- Material: evtl. Augenbinde

Schiff ahoi!

Es ist nicht einfach, als großer Überseedampfer unbeschadet durch eine enge Einfahrt in den Hafen einzulaufen. Die Pfosten der Hafeneinfahrt spielen diesmal zwei Kinder, die sich ca. einen Meter entfernt gegenüberstehen. Viele solcher Paare stehen verteilt im Raum. Nun wird ein weiteres Kinderpaar für folgende Rollen ausgewählt: Ein Kind spielt mit verbundenen Augen den Überseedampfer, der jedoch, um unbeschadet in den Hafen einlaufen zu können, einen kleinen, erfahrenen Lotsen braucht.

Diesen spielt das zweite Kind, das den blinden Dampfer mit einem akustischen Signal (Klangschale, Klanghölzer, Triangel oder Pfeifzeichen) unbeschadet durch die Hafeneinfahrten, d. h. zwischen die Kinderpaare im Raum lotst.

Berührt der Dampfer dabei ein Kind, also die Kaimauer, so muss er ausscheiden. Nun versucht ein neues Dampfer-Lotse-Paar sein Glück.

- Alter: 3 bis 8 Jahre
- Zeit: 5 Minuten
- Sozialform: Gruppenspiel
- Material: 1 Augenbinde, 1 Klangsignal (z. B. zwei Klanghölzer oder Teelöffel, die sanft aneinander geschlagen werden)



Diese Spiele stammen aus folgender Spielekartei:

Die Spielekartei Bewegung und Rhythmus

Charmaine Liebertz

Burckhardthaus

ISBN: 9783944548203

14,95 €

[Mehr unter: oberstebrink.de](http://oberstebrink.de)