# Das rhythmische Prinzip von Ruhe und Kraft

geschrieben von Redakteur | Januar 18, 2022

## Drei Spiele zu Bewegung und Rhythmus von Dr. Charmaine Liebertz

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.

## Lebende Buchstaben und Zahlen

Die Kinder gehen oder hüpfen im Kreis, bis ein vereinbartes Signal (z. B. Klangschale) ertönt. Der Spielleiter hält ein großes Blatt aus Papier oder Karton in die Höhe. Darauf ist eine Zahl oder ein Buchstabe gezeichnet. Die Kinder bilden mit ihrem Körper stehend, sitzend oder liegend die Zahl bzw. den Buchstaben nach. Komplexe Figuren erfordern mehrere Kinder etwa das A: zwei etwa gleich große Kinder und ein kleines Kind. Durch häufiges Ausprobieren finden die Kinder selbst die beste Lösung der Körperdarstellung heraus. Es gibt viele Wege!

## Variante

Je nach Altersstufe können so nicht nur Buchstaben oder Zahlen, sondern auch ganze Wörter zum Leben erweckt werden. Rechtschreib- und leseschwache Kinder erleben Buchstaben nicht mehr als angsteinflößende, abstrakte Gebilde. Sie erwachen vielmehr zu lebendigen Körpern. Und Ganzkörpererfahrungen steigern ihre Merkfähigkeit!

Alter 3 bis 10 Jahre
Zeit: 5 bis 10 Minuten
Sozialform: Gruppenspiel
Material: Klangsignal, Buchstaben oder Zahlen

# Die Bewegungskette

Alle Kinder stehen im Kreis. Nun führt das erste Kind eine Bewegung vor, z. B. Kopfnicken.

Das nächste wiederholt dieses Kopfnicken und zeigt eine neue Bewegung, z. B. Arme in die Luft strecken. Jedes Kind ahmt alle vorangegangenen Bewegungen nach und fügt eine neue hinzu. So entsteht eine lustige Bewegungskette. Wer eine Bewegung vergisst, scheidet aus.

Alter: 3 bis 9 Jahre
Zeit: 5 bis 10 Minuten
Sozialform: Gruppenspiel

# Hexe, Hexe, was kochst du heute?

Ein Kind wird zur Hexe auserkoren, die sich ans Ende des mindestens 20 Meter langen Spielfeldes stellt. Ihr gegenüber am anderen Ende des Spielfeldes stehen alle Mitspieler nebeneinander auf einer Startlinie (evtl. mit Kreide gezogen). Sie rufen bei jedem Schritt, den sie in Richtung Hexe gehen, je ein Wort des folgenden Spruches: »Hexe, Hexe, kochst du heute grüne Echse?« Ruft die Hexe »Ja!«, dann bleiben alle

Mitspieler regungslos auf der Stelle stehen und antworten »Hhmm, wie lecker!«

Ruft die Hexe jedoch »Nein, ich koche Zitteraal!«, dann laufen alle zitternd und zähneklappernd zur Startlinie zurück, während die Hexe versucht, die Flüchtenden zu fangen. Wen die Hexe erwischt, der spielt in der nächsten Runde ihre Rolle.

Alter: 3 bis 10 Jahre
Zeit: 10 bis 15 Minuten
Sozialform: Gruppenspiel

## Diese Spiele stammen aus folgender Spielekartei:

**Die Spielekartei Bewegung und Rhythmus**
Charmaine Liebertz
Burckhardthaus

ISBN: 9783944548203
14,95 €
Mehr unter: www.burckhardthaus-laetare.de