

Bewegungsspiele für Kinder

Die Kissenreise – ein Bewegungsspiel für Kinder

Bei diesem Bewegungsspiel sind Geschicklichkeit und Zusammenarbeit gefragt:

Alle Kinder sitzen in einem Kreis und stützen sich mit den Händen nach hinten auf dem Boden ab– die Füße sind zum Spielen in der Luft.

Nun wird ein Kissen von einem Kind zum Nächsten weitergegeben. Achtung, nur die Füße dürfen das Kissen berühren!

Ziel ist es, als ganze Gruppe das Kissen im Kreis herumzugeben, ohne dass das Kissen den Boden berührt. Je mehr Runden die Kinder gemeinsam schaffen, desto besser sind Geschicklichkeit und Teamgeist der Kinder.

Variation 1: Die Gruppe wird geteilt und zwei Teams treten gegeneinander an. Welchem Team gelingen in einer vorgegebenen Zeit mehr Kissenrunden?

Variation 2: Jeweils zwei Kinder sitzen sich gegenüber und werfen sich das Kissen mit den Füßen zu. Wenn das gelingt, setzen sich alle Kinder in eine Reihe und der Kissen-Weitwurf beginnt! Auch hier dürfen nur die Füße benutzt werden.

Der Luftballontanz – Spaß für drinnen und draußen

Bei diesem Bewegungsspiel finden sich die Kinder paarweise zusammen und erhalten zu zweit einen Luftballon.

Nun wird eine Strecke mit Ziel vereinbart, die jedes Paar nacheinander abgehen soll.

Die Spielleitung gibt ein Körperteil vor, mit dem die Kinder den Ballon zum Ziel bringen sollen. Zum Beispiel: Bauch, Schulter, Kopf, Po oder Knie – dabei darf nur dieses Körperteil den Luftballon berühren.

Wenn der Ballon herunterfällt, wird von Neuem gestartet. Das Paar, das den Luftballon am schnellsten zum Ziel bringt, hat gewonnen und darf sich das nächste Körperteil überlegen.

Ein Tipp: Musik während des Spiels lockert die Stimmung auf!

Welches Kind fängt die meisten Blicke?

Die Kinder bilden einen Kreis, wobei sich immer zwei Kinder paarweise hintereinander stellen. Das hintere Kind ist der „Wächter“. Das vordere Kind versucht ihm zu entkommen.

Ein Kind hat keinen Partner, es ist der „Blickfänger“ und möchte durch Zublinzeln eines der anderen Kinder zu sich locken.

Nun kommt es auf die Konzentration an. Wenn der „Blickfänger“ einem Kind zublinzelt und dieses die Aufforderung bemerkt, versucht es, sich schnell hinter den „Blickfänger“ zu stellen.

Aber aufgepasst! Denn hinter jedem Kind steht sein „Wächter“, der versucht, das Kind zurückzuhalten.

Sobald der „Wächter“ bemerkt, dass das Kind vor ihm angeblinzelt wurde, versucht er das Kind mit seinen Armen zurückzuhalten.

Wenn einem Kind das Loskommen gelingt, wird der verbliebene „Wächter“ zum neuen „Blickfänger“.

Bewegungsspiele für Kinder fordern Schnelligkeit!

Dieses Bewegungsspiel fordert eine schnelle Reaktion!

Zu Beginn des Spiels stehen alle Kinder in einem Kreis seitlich eng zusammen und strecken die rechte Hand in die Mitte.

Mit den Worten „1,2,3 Los“ springen alle Kinder mit einem großen Schritt nach außen und versteinern – keiner darf sich mehr bewegen.

Nun beginnt ein Kind und versucht mit einem Sprung einem anderen Kind so nah zu kommen, dass es seine Hand berühren kann. Dieses hat nur einen Sprung, um ausweichen.

Wer berührt wird, scheidet aus und feuert die verbliebenen Kinder an.

Oma, Jäger und Bär – Spiel und Spaß für Alle

Ein beliebtes Bewegungsspiel bei Kindern, das immer wieder für lachende Gesichter sorgt, ist das Spiel „Oma, Jäger, Bär“.

Die Kinder teilen sich in zwei Gruppen auf.

Jede Gruppe berät, mit welcher der drei Figuren (Oma, Jäger oder Bär) sie gegen die andere Gruppe antreten möchte.

Nun stellen sich die Gruppen in Reihen gegenüber und präsentieren auf ein Kommando lautstark ihre Figuren.

Aussehen kann das so:

Die Oma läuft gebeugt auf einem Krückstock, der Jäger hat ein Fernglas und hält Ausschau und der Bär zeigt unter Gebrüll seine großen Tatzen.

Dabei gewinnt der Jäger gegen den Bären, der Bär erschreckt die Oma und die Oma verteidigt sich gegen den Jäger.

Je nach Figurenkonstellation gewinnt eine Gruppe und erhält einen Punkt.

Am besten ihr legt in einer Proberunde fest, welche Bewegungen und Töne die einzelnen Figuren machen – fragt auch die Kinder nach Ideen. Hier kommt schauspielerisches Talent zum Vorschein!

Bäumchen, Bäumchen, wechsel dich!

Dieses dynamische Spiel eignet sich zum Beispiel für einen Nachmittag im Garten. Man benötigt mindestens drei Mitspieler:

Bis auf einen auserwählten Spieler suchen sich alle anderen einen Baum und stellen sich vor bzw. neben diesen. Je weiter die Bäume auseinander stehen, umso schwieriger wird es.

Der Spieler ohne Baum stellt sich zentral zwischen die Bäume, sodass die anderen Spieler ihn gut sehen können.

Nun kann es losgehen: Der Spieler in der Mitte ruft „Bäumchen, Bäumchen, wechsel dich!“

Auf dieses Kommando laufen alle Kinder los und suchen sich einen neuen Baum, vor dem zuvor ein anderer Spieler stand.

Das Kind, welches am Ende keinen Baum gefunden hat, stellt sich wiederum in die Mitte und ruft von neuem.

Basketball

Material: leerer Papierkorb oder Plastikeimer, weicher Plastik- oder Softball

Anleitung: Papierkorb oder Eimer auf einen Stuhl stellen, einen Abwurfpunkt und Anzahl der Würfe festlegen. Wer die meisten Treffer hat, hat gewonnen.

Stopptanz

Material: Musik

Anleitung: Die Mitspieler sind abwechselnd für das Starten und Stoppen der Musik zuständig.

Musik starten; wenn die Musik stoppt, verharrt jeder in seiner Bewegung. Wer wackelt, muss eine Aufgabe, welche vorher festgelegt wurde, lösen, z. B. 5 Kniebeugen oder Hampelmänner machen