



Bewegte Spiele für Kinder und Eltern

Wir räumen die Möbel beiseite und schaffen uns viel Platz! Bitte achtet auf die Ruhezeiten in Eurem Häuserblock! Ein paar Ideen für Euch.

- **Kommando „Los!“**
Immer 2 Spieler (Kind/Elternteil/Geschwister) stehen einander locker gegenüber. Beide legen ihre Handflächen gegeneinander. Auf „Los!“ versuchen sie einander zum Umfallen zu bringen. Durch plötzliches Drücken oder zurückziehen seiner Hände, verliert der Gegner überraschend das Gleichgewicht und verliert.
Ruhige Variante: Die Gegner stehen wieder einander gegenüber und berühren einander fast oder gar nicht mit den Handflächen. Nun übernimmt einer von ihnen die Führung (abwechseln). Dabei bleiben die Füße am Platz stehen, der Körper aber in Bewegung. Du machst es vor, ich mach's nach!
- **Tüchertanz (Besentanz)**
Dazu braucht ihr einen Radio und ein Tuch. Der Spielleiter stoppt die Musik. Während sich die Familie zur Musik bewegt, wird ein Tuch von Hand zu Hand weitergegeben. Es darf getanzt, gehüpft werden. Wer tanzt wie eine Ballerina, wie ein Hip-Hop Tänzer? Wir machen uns alle klein/groß. Machen große/kleine Schritte. Halten unsere Arme hoch/runter. Dabei läuft die Musik im Radio. Stoppt die Musik, scheidet der Mitspieler mit dem Tuch in der Hand aus und setzt sich.
Verschnaufspause! Wer am Ende übrig bleibt, ist der Sieger.
Variante: Das Tuch zwischen den Knien einklemmen und so weitergeben. Barfuß mit den Zehen festhalten...und nochmal von vorne!
- **Stop and Go!**
Radio oder fetzige CD.
Der Spielleiter schaltet den Radio ein (Go) oder aus (Stop). Vorab wird vereinbart, was man macht, wenn die Musik endet z.B. versteinert stehen bleiben (sich auf gar keinen Fall bewegen!), auf einem Bein stehen, auf dem Po sitzen, knien, auf dem Rücken/Bauch liegen, eine lustige Grimasse machen... Ideen der Kinder aufgreifen. Zuerst das Vereinbarte vorzeigen lassen, dann erst die Musik einschalten. Es darf nach Herzenslust getanzt werden. Wer ein Tanzmuffel ist muss dennoch ständig in Bewegung bleiben. Bei Musikende scheidet der/die Letzte aus. Wer übrig bleibt gewinnt! Bravo!

Erstellt: Kindergarten St. Gebhard