Bewegungsspiele

Kinder haben Bewegungsdrang und wollen ihn ausleben – auch wenn euer Programm drinnen stattfindet und der Raum knapp st. Fantasie und Spielideen sind gefragt!

Detaillierter Beschrieb und Anleitung siehe PDF-Datei

Verschiedene Spiele

Hier findest du Bewegungsspiele fu?r drinnen, fu?r Grobmotorik oder Feinmotorik, als Partner-, Mannschafts- oder Kreisspiele. Viel Spass!

Oberaffen

Alle sitzen m Kreis, ein Spieler verlässt den Raum. Im Kreis wird vereinbart, wer der Oberaffe ist. Alle anderen sind Unteraffen. Wenn der Rateaffe herein gerufen wird, kratzen sich alle Afen am Bauch oder beginnen den Nachbarn zu lausen ... so wie der Oberaffe jeweils vormacht. Der Rateaffe steht im Kreis und soll herausfinden, wer der Oberaffe ist. Dann darf er einen neuen Rateaffen bestimmen.

Zick-Zack-Zuck

Alle sitzen im Kreis. Ein Drittel der Spieler ist Familie Zick, das zweite Drittel Familie Zack und das letzte Drittel Familie Zuck. Der Spielleiter ruft eine Familie auf. Die Aufgerufenen mu?ssen ganz schnell aufstehen und sich gleich wieder hinsetzen. Wer zu spa?t oder bei dem falschen Famili- ennamen aufsteht (auch zwei Zentimeter gelten schon als Aufstehen), muss seine Schuhe ausziehen und sich auf den Stuhl stellen. Wer zuletzt noch sitzt, darf in der na?chsten Runde die Kommandos geben.

Hole dir die Kiste

Alle sitzen im Schneidersitz auf dem Stuhl. Eine kleine Schachtel (Zu?ndholzschachtel) wird auf den Boden gestellt. Wer kann sie mit den Za?hnen aufheben, ohne mit Ha?nden und Fu?s- sen den Boden zu berühren?

Der verrlängerte Arm

Klebt mit Klebeband einen Filzstift an einen Stab (ca. ein Meter lang). Markiert einen Bereich in welchem der Stab gehalten werden darf. Wer kann damit einen Text schreiben?

Buch-Zeichnen

Zwei Kinder sitzen sich gegenüber. Sie spielen als Paar gegen die anderen Paare. Ein Kind hält einen Stift in Schreibhaltung ohne ihn zu bewegen. Das andere Kind legt ein Blatt Papier auf ein Buch und bewegt dieses so unter dem Stift, dass ein Gegenstand gezeichnet wird. Welches Kind (mit Stift) kann als Erstes erkennen, was gezeichnet wird?

Rückennummer

Ein Spiel für zwei. Jeder der zwei Spieler bekommt eine Nummer auf den Rücken geheftet. Beide stehen innerhalb eines Kreises auf einem Fuss. Wer hat die Nummer des Gegners zuerst herausgefunden, ohne den Ring zu verlassen?

Blinder Griff

Von drei Mannschaften (Äpfel-, Zitronen-, Orangenmannschaft) läuft jeweils ein Kind mit verbundenen Augen auf einen Tisch zu. Dort liegen Äpfel, Zitronen und Orangen. Es darf immer nur eine Frucht der eigenen Sorte mitgenommen werden. Die anderen Gruppenmitglieder können durch Zurufe mithelfen.

T-Shirt-Turm

Jede Mannschaft versucht so viele Personen wie möglich auf ein am Boden liegendes T-Shirt zu stellen.

Klumpen

Alle bewegen sich im Raum. Der Leiter nennt eine Zahl. Nun mu?ssen sich Gruppengro?ssen zu genau dieser Zahl bilden. Wer keine Gruppe findet scheidet aus. Variante: Gruppen bilden nach Schuhgro?sse, Sockenfarbe, ...

Statuen

Alle bewegen sich wa?hrend die Musik la?uft. Sobald die Musik stoppt, «friert» jeder in der augenblicklichen Position ein. Der letzte, der sich noch bewegt hat, scheidet aus. Variante: die Bewegungen wa?hrend der Musik werden vorgegeben.

Kissenspiel

Die Teilnehmer sitzen im Kreis und nummerieren auf zwei. Ein «Einer» und ein «Zweier» auf der gegenüberliegenden Seite des Kreises bekommen je ein (unterschiedliches) Kissen und setzten sich darauf. Nun wird das Kissen im Uhrzeigersinn weitergegeben. Wer es bekommt, setzt sich schnell darauf und gibt es dann an den Nächsten aus seiner Gruppe weiter. Wenn eine Gruppe die andere mit ihrem Sitzkissen überholt, bekommt sie einen Punkt.

Gefängniswärter

Ein Gefangener sitzt in der Mitte. Alle anderen stehen im Kreis um ihn herum (genügend Abstand halten). Ein weiteres Kind (Wärter) ist ebenfalls in der Mitte. Die Spieler im Kreis bekommen einen Softball und müssen durch einen gezielten Treffer auf den Gefangenen diesen befreien. Der Wärter versucht dies durch Abwehren des Balles zu verhindern.

Fruchtsalat

Es werden vier Gruppen gebildet, denen jeweils ein Name einer Frucht zugeteilt wird. Alle sitzen im Stuhlkreis. Ein Spieler stellt sich in die Mitte. Nun fordert er eine Sorte auf, die Plätze zu wechseln («Äpfel!»). Dabei versucht er, selbst einen Sitzplatz zu erhaschen. Wer nun keinen Platz erwischt hat, ist als nächstes an der Reihe, eine Frucht zu benennen. Sagt der Spieler «Fruchtsalat», müssen alle die Plätze tauschen.

Bewegungsspiele_YW

Quellennachweis

- **Inhalt und Bild:** Forum Kind Heft 2/06, Seite 14. Eine Sammlung einfacher Spiele für drinnen. © Copyright www.forum-kind.ch
- **Autor:** Sabine Jäggi