

## Bewegung und Motorik

Die Spielplätze sind in dieser kalten Jahreszeit nicht gerade der gemütlichste Ort um sich auszutoben. Bewegung kann aber auch in den eigenen vier Wänden stattfinden.

Während Kinder ganz im Spiel sind, laufen dabei im Gehirn nebenbei jede Menge Prozesse ab: Leistungsfähigkeit, Konzentration und Aufmerksamkeit werden gesteigert.

Bei vielen Bewegungsabläufen wird die motorische Entwicklung gefördert: Körperkoordination und Geschicklichkeit werden für mehr Sicherheit trainiert. Auch die geistige Entwicklung wird angeregt indem abstraktes und vernetztes Denken gefördert wird.

In vielen Spielen wird zudem die Fantasie angeregt und die Kreativität verbessert.

Eine bunte Mischung für Groß und Klein, für wildes Spielen, konzentrierter Koordination und ruhiges Entspannen haben wir diesmal in unserer Bewegungs- und Motorik-Sammlung zusammengestellt.

Viel Freude!

## Wurfring-Spiel



### Material:

- Pappteller
- Küchenrolle
- Verschiedene Stifte
- Schere
- Klebtreifen



Zunächst wird der obere Bereich der Küchenrolle bemalt. Dazu können unterschiedlichste Stifte zum Einsatz kommen: das Ganze kann schwarz/weiß gehalten werden oder auch mit Wasserfarben, Kreidestiften oder Glitzerbändern bunt verziert werden.



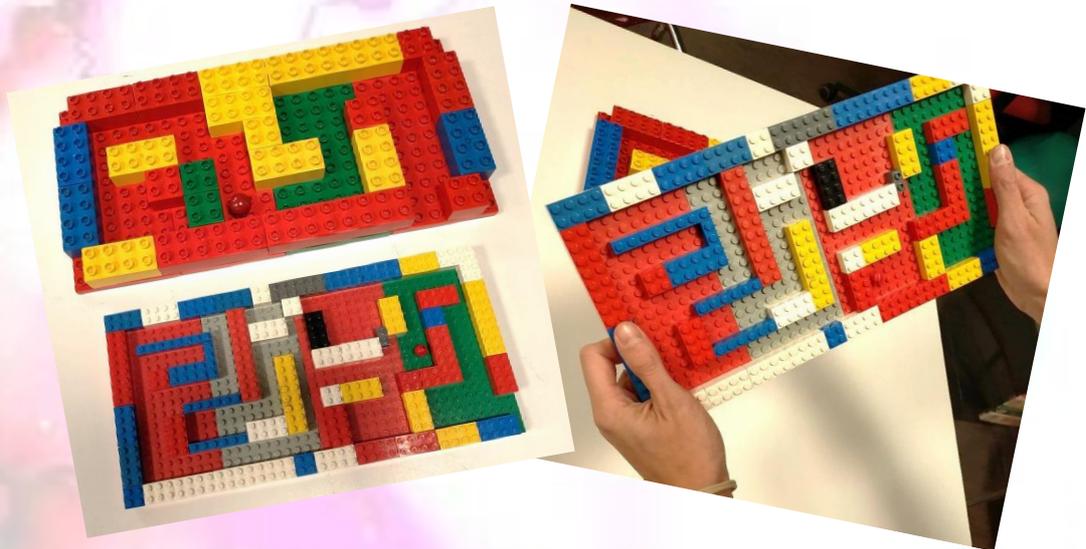
Damit die „Wurfstange“ hält, wird sie in einen Pappteller gesteckt. Dafür wird in einen Pappteller ein Loch geschnitten, so dass die Küchenrolle gerade so durchpasst. Der untere Bereich der Küchenrolle wird jetzt drei Mal eingeschnitten, so dass wir die Küchenrolle wie eine „startende Rakete“ am Boden mit Klebstreifen für das Wurfspiel fixieren können.



Für die Wurfringe schneidet man in 3-4 Pappteller ein großes Loch. Auch diese können dann je nach Geschmack verziert und gestaltet werden. Und los kann's gehen! ☺

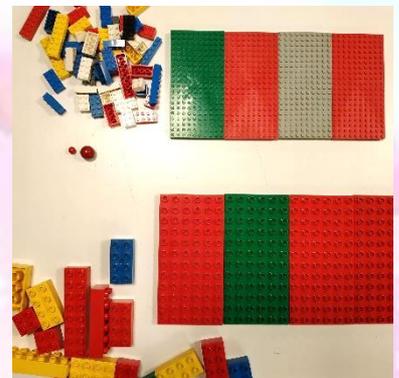
*Tipp: Den Schwierigkeitsgrad des Wurfspiels kann man variieren, in dem man eine unterschiedliche Linie festlegt, von wo aus man die Wurfringe wirft.*

## Lego-Labyrinth



### Material:

- Duplo- oder Lego-Bausteine (je nach Alter des Kindes)
- Duplo- oder Lego-Bauplatte
- Murmel/Kugel



Für das Labyrinth verwendet man als Untergrund idealerweise eine große Bauplatte oder mehrere kleine. Man setzt mit den Bausteinen eine Umrandung, wobei am rechten unteren Rand eine Lücke gelassen wird, welche das Ziel des Parcours darstellt wo die Kugel das Labyrinth verlässt.

Anschließend setzt man mit den Bausteinen einen Weg für die Kugel durch das Labyrinth. Dabei kann man auch verschiedene „Irrwege“ und Sackgassen einbauen um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen.

## Luftballon-Raketen



„Luftballon-Raketen“ ist ein Bewegungsspiel, welches sowohl indoor als auch outdoor gespielt werden kann. Das Spiel kann ab 2 Personen gespielt werden – je mehr Spieler\*innen, desto lustiger ☺

Material:

- Luftballons
- Evtl. eine kleine Belohnung



Die Kinder blasen die Luftballons auf, halten die Öffnung zu und zählen anschließend gemeinsam laut von 10 rückwärts. Dann starten die Raketen gleichzeitig und fliegen hoch in die Luft. Alle Spieler\*innen laufen nun los und versuchen ihre eigene „Rakete“ zu fangen. Das Kind, welches als erstes seinen Luftballon zurückbringt, gewinnt einen Preis. Alternativ (oder auch abwechselnd) kann man den Preis für den weitesten Flug der jeweiligen Luftballon-Rakete vergeben.

Wer gerne die kleine Rakete nachbasteln möchte, benötigt dafür folgendes **Material**:

- Eine leere WC-Papierrolle
- Buntes Papier
- Schere
- Bastelkleber
- Buntes Krepppapier
- Evtl. doppelseitiges Klebeband



Zuerst wird die WC-Papierrolle mit farbigem Papier beklebt oder mit Buntstiften verziert.

Nun werden aus dem Krepppapier viele verschieden lange Streifen geschnitten und anschließend in die Innenseite der WC-Papierrolle geklebt.

Jetzt wird aus einem Blatt Papier ein Kreis ausgeschnitten. Davon wird ca. ein Viertel weggeschnitten und die beiden Kanten des (Dreiviertel-)Kreises werden aneinandergesetzt, sodass ein Spitz entsteht. Je weiter man die zwei Kanten übereinander schiebt, desto spitzer wird er. Dieser Spitz wird anschließend an das vordere Ende der Rakete geklebt.



Zuletzt kann man die Rakete mit doppelseitigem Klebeband auf einen Luftballon kleben und erhält somit eine Luftballon-Rakete oder man lässt die Rakete einfach fliegen indem man sie in die Luft wirft. Viel Spaß beim Ausprobieren ☺



## Die große Tier-Show



### Material:

- Heller Bastelkarton
- Stift/Bleistift
- Wasserfarben/Wachsstifte/Buntstifte (je nach Präferenz)
- Schere
- (Lineal)



Wir schneiden den Karton in gleichmäßig große Quadrate. Diese sollen nicht zu klein sein (ab 10 cm), damit man genügend Platz hat, um die Tiere aufzumalen.

Anschließend malt man gemeinsam verschiedene Tiere auf. Bei der Auswahl der Tiere kann man sich für bekannte Tiere entscheiden, deren Bewegungen und Laute die Kinder bereits kennen. Man kann aber auch weniger vertraute Tiere wählen und sich gemeinsam vor dem Zeichnen im Internet Videos und Bilder dazu anschauen.

Nach dem Aufzeichnen können die Tiere bunt bemalt werden.

Für die Tier-Show werden die Karten verdeckt auf einen Stapel gegeben. Jeder zieht nacheinander eine Karte und deckt sie auf. Dabei verwandelt sich die Person in das Tier und ahmt dessen Bewegung (und Laute) nach.

### *Beispiele:*

*Hund (schnelles Fortbewegen, schnüffeln, freudig in die Höhe hüpfen)*

*Pinguin (stramm stehen, Arme nach unten, Hände nach außen, wippend watscheln)*

*Giraffe (Arme in die Höhe, auf Zehenspitzen gehen)*

*Schildkröte (runden Buckel machen, langsam fortbewegen, Hals nach vorne strecken und wieder einziehen)*

## Massagegeschichte „Kekse backen“

*Massagegeschichten sind eine Kombination aus Fantasiereise und Massage. Die Geschichten werden hierbei auf dem Rücken des Kindes dargestellt. Durch Berührungen und sanften Druck werden sensorische Reize erzeugt, die ein angenehmes, ruheförderndes Gefühl erzeugen. Zusätzlich wird durch die Geschichte die auditive Wahrnehmung gefördert.*



Für das Backen der Kekse müssen wir zuerst die Arbeitsfläche säubern.

- *Die Hand streicht sanft über den Rücken des Kindes und wischt den „Schmutz“ weg.*

Um Kekse zu backen brauchen wir Mehl und Zucker,

- *Die Finger trommeln und tippen auf den Rücken.*

Eier,

- *Die Faust drückt vorsichtig 1-3 Mal auf den Rücken.*

Milch,

- *Streichende wellenförmige Bewegungen mit der Handfläche auf dem Rücken machen.*

und zuletzt Backpulver, Vanillezucker und Rosinen.

- *Einzelne Finger berühren den Rücken.*

Jetzt wird alles zusammen zu einem Teig verknetet

- *Der Rücken wird sanft mit beiden Händen geknetet.*

und anschließend mit der Teigrolle ausgerollt.

- *Mit beiden Handflächen streichende Bewegungen über den Rücken machen.*

Jetzt können wir die Kekse ausstechen.

- *Die Hand wird zum Kreis geformt und mehrmals auf dem ganzen Rücken verteilt aufgedrückt.*

Der Ofen ist schon vorgewärmt und wir schieben die Kekse in den Ofen.

- *Hände aneinander reiben bis sie warm sind und den Rücken in eine Richtung „schieben“.*

Die Kekse backen.

- *Die warmen Hände auf Rücken legen.*

Wir holen die Kekse jetzt heraus,

- *Den Rücken mit den Händen sanft „schieben“, in die andere Richtung.*

Die Kekse sind noch sehr heiß, deshalb pusten wir, damit sie auskühlen

- *Über den Rücken pusten.*

Und essen sie auf 😊

- *Vorsichtiges Zugreifen mit der ganzen Hand.*