



Kinder gesund bewegen

Übungssammlung

**4 Elemente
UGOTCHI Forscherexpress**



www.ugotchi.at

Für den Inhalt verantwortlich:

**SPORT
UNION** 



Übungssammlung zum Element Wasser:



Beschreibungen und Eigenschaften Wasser:

kalt+ feucht; Tierkreiszeichen Krebs, Skorpion, Fisch; Himmelsrichtung Westen; Gegenstände die schwimmen/sinken, Farbe des Wassers (türkisblau, himmelblau, nachtblau, graublau); Wasser zum Leben (Wasser im Körper des Menschen + Trinken/Durst, Wasser für Tiere und Pflanzen), Leitungswasser, Trinkwasser, Geschmack des Wassers; Wasserkreislauf (Reise des Wassertropfen: Quelle, Bach, Fluss, Meer, Wolken, Regen), Regen, Schnee, Eis, Regenbogen,

Quellen, Tümpel, Teiche, Bach, Fluss, See, Meer... → Wasserproben
Mit Wasser plätschern, planschen, spritzen, blubbern, schöpfen
Wasser zum Trinken, Malen, Hände waschen, Blumen gießen,...
Papierschiffe bauen und schwimmen lassen;

Spiele:

1. Schwammwerfen

Material: Schwämme in verschiedenen Größen, mit Wasser gefüllte Eimer; Zielmarkierungen (Hüttchen, Flaschen)

Zeitdauer: 10- 15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: ab 2 Personen bis Großgruppen

Vorbereitung: Zielmarkierungen in unterschiedlichen Entfernungen aufstellen;

Spiel: geworfen mit den nassen Schwämmen, die jeder zuvor in die Wassereimer eintaucht; gezielt wird auf die Zielmarkierungen; Wer schafft die weiteste Markierung zu treffen? Wer schafft mit drei Würfeln jeder der drei Zielmarkierungen zu treffen?

Variante: Ein Spiel für ganz Mutige, wenn es im Sommer sehr heiß ist: Kinder stellen sich selbst als Zielmarkierungen ins Feld und lassen sich von Schwämmen treffen.

2. Flussdurchquerung

Material: kleiner Bach mit Steinen, oder nachgestellt mit Steinen/ Ringe/Zeitungspapier o.ä.

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: ab 2 Personen bis Großgruppen

Spiel: am besten ziehen wir zuerst die Schuhe aus und nun versuchen wir nur auf die Steine zu treten und den Fluss (kleiner Bach oder Wasserlauf) trocken zu überqueren; ist Vorort kein Bach vorhanden, der sich eignet, kann die Flussdurchquerung an jedem beliebigen Ort nachgestellt werden, indem Steine/ Ringe/Zeitungspapier o.ä. in variablen Abständen am Boden aufgelegt werden und die Kinder darüber balancieren müssen;

3. Regenwetterstaffel

Material: jeweils ein oder zwei Regenmäntel, große Gummistiefel und Regenschirm; vor allem bei Regenwetter lustig!



Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: ab 2 Personen bis Großgruppen

Spiel: Start und Ziel ist die Eingangstür des Gebäudes; alle Kinder stehen hintereinander; der erste Spieler schlüpft schnell in die Gummistiefel und den Regenmantel und spannt den Schirm auf, und dann geht's im Eilschritt bis zu einem bestimmten Punkt und wieder retour. In der Eingangstür werden Gummistiefel, Regenmantel und Schirm schnell ausgezogen und die nächsten Kinder übergeben. Dieses zieht sich möglichst schnell alle Sachen an und weiter geht's...

Variante: dieses Spiel kann auch sehr gut im Wettlauf zwischen zwei Gruppen gemacht werden;

4. Tausendfüßler im Regen

Material: keines

Zeitdauer: 5 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: mehrere Kinder

Spiel: alle Kinder stellen sich hintereinander auf und fassen sich an den Schultern, los geht's im Tausendfüßler- Gleichschritt; da Tausendfüßler am liebsten im Regen unterwegs sind, quer durch die Pfützen...Schafft ihre es schön im Gleichschritt zu laufen? Auf ein Kommando geht es leichter!

5. Wasserstaffeln

Material: 2 Löffel/Kehle/ Jogurtbecher/ Trinkhalme, 4 Eimer mit Wasser;

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: ab 2 Personen bis Großgruppen

Spiel: es werden jeweils zwei Gruppen gebildet die möglichst schnell mit Hilfe des Löffels/Jogurtbecher eine bestimmte Menge an Wasser in ein etwas entfernten Eimer transportieren müssen; die Gegenstände zum Transportieren des Wassers können nach Alter und Geschicklichkeit der Kinder variiert werden; ACHTUNG: die Kleidung könnte dabei nass werden;

Variante: dasselbe Spiel in Zusammenhang mit Feuer zu bringen, nennt sich **Rollfeuerwehr**: es werden zwei Gruppen jeweils mit ein Roller ausgestattet, 4 Eimer aufgestellt und mit Hilfe von 2 Jogurtbecher das Feuer gelöscht; ein Eimer ist das Feuer, dass von der Feuerwehr möglichst schnell gelöscht werden muss, beim anderen Eimer befindet sich die Feuerwehrbasis und der Roller stellt das Feuerwehrauto dar;

6. Spritzball

Material: Tischtennisbälle, Wasserspritzpistolen, Tisch

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: ab 2 Personen bis Großgruppen

Spiel: es werden zwei Tischtennisbälle auf eine Startlinie gelegt; nun wird von jedem Kind versucht mit der Spritzpistole den Tischtennisball über einen vorgegebene Strecke weiterzutransportieren.

Variante: zwei gegnerische Mannschaften; möglichst viele Bälle in das gegnerische Feld spritzen;

7. Wassersuche

Spiel: die Kinder gehen auf Entdeckungsreise und suchen in der Umgebung der Schule/ Kindergarten Wasser, dies kann ein kleiner Bach sein, aber auch ein Brunnen oder ein Wasserhahn an der Hausmauer...

8. Die Reise mit dem Flussdampfer

Es handelt sich hierbei um eine pantomimische Mitmachgeschichte. Sie erzählen folgende Geschichte und die Kinder versuchen das Gehörte pantomimisch nachzumachen:

Geschichte: Ein Matrose löst das dicke Tau am Ufer. Der Schiffsmotor beginnt zu tuckern, es riecht nach Öl und Benzin. Langsam setzt sich der kleine Dampfer in Bewegung. Er schaukelt ein wenig. *(Die Kinder bewegen sich so, als würden sie mit dem Schiff auf den Wellen schaukeln.)*

Möwen heben vom Ufer ab, fliegen kreischend hinter dem Dampfer her und halten nach Futter Ausschau. *(Die Kinder fliegen wie die Möwen oder werfen diesen kleine Brotstücken zu.)*

Der Dampfer fährt weiter. Dort am Flussufer stehen Kinder, sie winken uns zu. Wir winken ihnen zurück. *(Winken)*

Der Dampfer fährt weiter. Wir sehen eine kleine Stadt mit bunten Häusern, einer Kirche, viele Autos. Wir nehmen ein Fernrohr, um alles noch genauer sehen zu können. *(Die Kinder halten ihre Hände wie Ferngläser vor ihre Augen und schauen durch. Sie berichten, was sie von der kleinen Stadt sehen.)*

Der Dampfer fährt weiter, vorbei einer Sumpfwiese. Dort leben viele kleine Tiere. Wenn wir ruhig sitzen bleiben, können wir die Tiere sehen. *(Jetzt müssen die Kinder ganz ruhig sitzen. Wer erzählt den anderen, was er sieht?)*

Der Dampfer fährt weiter, vorbei an Wäldern, Feldern und Wiesen. Jetzt bekommen wir Hunger und packen unsere Picknickkörbe aus. *(Die Kinder spielen das sie essen und trinken. Natürlich werden die Butterbrotspapiere und die Trinkflasche wieder in den Korb zurückgelegt.)*

Der Dampfer fährt weiter, vorbei an einer großen Stadt. Dort steht am Ufer einer Fabrik. Wir wollen prüfen, ob das Wasser hier sauber oder verschmutzt ist. *(Die Kinder schöpfen Wasser, schauen es an, riechen daran, halten es gegen das Licht und urteilen selbst, welche Wasserqualität das Flusswasser hat.)*

Der Dampfer fährt weiter, vorbei an einer Großstadt mit einem Hafen. Dort ist reges Treiben zu sehen. Lastkähne werden beladen und Lastwagen fahren hupend heran. Wer sieht was in den Ladeluken der Kähne geladen wird und wohin die Schiffe fahren?

Der Dampfer fährt weiter und steuert am Ende des Hafens einen Landesteg an. Dort ist unsere Endstation. Wir nehmen unseren Picknickkorb und gehen hintereinander auf einem schmalen Steg von Bord. Wir winken noch einmal dem Kapitän zu, der uns mit seiner Schiffsglocke zum Abschluss grüßt.

Quellen:

Walter, G. 2005. Wasser- Die Elemente im Kindergartenalltag; Herder Verlag, 3. Aufl., Freiburg

Brandt, P.M. 1997. Das muß draußen herrlich sein: Wind- und Wetterspiele für Kindergarten und Hort, Lampertus- Verlag, Freiburg



Übungssammlung zum Element Feuer:

Beschreibungen und Eigenschaften Feuer:

heiß+ trocken, Tierkreiszeichen: Widder, Löwe, Schütze; Himmelsrichtung Süden; Feuer: Faszination und Gefahr; Streichholz, Flamme, Kerzenfeuer, Lagerfeuer, Regeln mit Umgang mit Feuer; Grillen, Kerzen anzünden, etc; Feuerwehr: was brennt und mit was kann man Feuer löschen?; Farbe des Feuers (von zauberfunkenrot bis geisterblau); Wärme und Hitze: mit Feuer kochen, grillen, braten, backen, heizen, Energie erzeugen; Licht, Sonne, Schatten: hell-dunkel, Laternen, Lampen, Sonnenstrahlen, Sonnenwärme,...



Spiele:

1. Die Sonne geht auf

Material: eine Sonne gebastelt aus Karton oder gelber Gegenstand;

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: ab 2 Personen bis Großgruppen

Spiel: alle Kinder bis auf Eines liegen schlafend auf dem Boden, blinzeln ist jedoch erlaubt, ein Kind ist der Sonnenwächter und hat die Sonne hinter dem Rücken versteckt; irgendwann lässt er die Sonne aufgehen. Sobald die schlafenden Kinder dies sehen, stehen sie auf und laufen durch den Raum. Die Sonne wird dabei immer im Auge behalten, wenn sie wieder untergeht müssen sich alle Kinder ganz schnell wieder hinlegen.

2. Feuertanzgeschichte

Es handelt sich hierbei um eine pantomimische Mitmachgeschichte. Sie erzählen folgende Geschichte und die Kinder versuchen das Gehörte pantomimische nachzumachen;

Geschichte: Anfangs ist das Feuer klein, nur einzelne Flämmchen glimmen auf ...*(Die Kinder lassen zuerst ihre Finger wie kleine Flämmchen tanzen, dann bewegen sie zaghaft die ganze Hand.)*

Ein Wind kommt auf, er bläst in das Feuer und die Flammen züngeln, werden größer und größer... *(Die Kinder strecken ihre Hände in die Höhe, bewegen die Arme hin und her und auf und ab.)*

Das Feuer lodert auf, die Flammen zucken in die Höhe... *(Die Bewegung der Tänzer werden heftiger und schneller, jetzt tanzen die Kinder mit dem ganzen Körper, sie strecken sich weit nach oben, werfen die Arme vor und zurück, zucken zusammen, kauern in die Hocke, springen wieder auf- je nachdem wie sie jetzt das Flackern, Züngeln, Winden, Lodern, Schlingeln und Zucken der Flammen beschreiben.)*

Dann wird das Feuer schwächer, die Flammen werden kleiner und gehen zurück, nur noch einzelne Flämmchen glimmen mal da und dort auf, schließlich ist das Feuer aus...*(Die Tanzbewegungen werden langsamer, die Kinder gehen in die Hocke und bleiben am Schluss auf dem Boden liegen.)*

3. Feuerlöscher

Material: 2 Kerzen, 2 Wasserspritzpistolen, Ersatzkerzen, falls eine nicht mehr brennen will, Zünder/Feuerzeug

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: ab 2 Personen bis Großgruppen

Spiel: es werden zwei brennende Kerzen in einiger Entfernung aufgestellt (ca. 2-3m; Reichweite der Spritzpistolen zuvor ausprobieren); nun wird von jedem Kind versucht mit der Spritzpistole die Kerze zu löschen. Dies kann mit einer Laufstaffel kombiniert werden;

Variante: Jedes Kind hat nur 5 Spritzversuche

Mit den Spritzpistolen einen Tischtennisball weitertransportieren;

4. Feuerschlucker

Material: mehrere kleine Bälle oder Bälle aus Papier; zwei Feuerschluckergesichter zum Aufstellen als Zielscheiben (Karton in der Hälfte Knicken, mit großem Gesicht des Feuerschluckers bemalen, sein weit aufgerissener Mund wird ausgeschnitten)

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: ab 2 Personen bis Großgruppen

Spiel: es aus einiger Entfernung wird durch Feuerschluckergesichter mit den Feuerbällen zielgeworfen; Wer ist der beste Feuerschlucker?;

5. Warm, wärmer, heiß...

Material: Gegenstand zum Verstecken

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: ab 2 Personen bis Großgruppen

Spiel: ein Gegenstand wird versteckt; Ein Kind sucht blind den Gegenstand und wird von den anderen Kindern durch Zurufe zum Versteck geführt. Sie rufen

→ „warm“ – wenn sich das Kind dem Versteck nähert bzw. in die richtige Richtung geht

→ „kalt“ – wenn es sich wieder vom Versteck entfernt

→ „wärmer“ – wenn es dem Versteck ziemlich nahe ist

→ „heiß“ – wenn es sich ganz nahe beim Versteck befindet

→ „brennend heiß/verbrannt“ – wenn das Versteck entdeckt wurde

Indirekt wird den Kindern vermittelt, dass es immer wärmer und schließlich heiß wird, wenn man sich dem Feuer nähert.

Variante: jeweils zwei Kinder bilden Paare und suchen dann einen Gegenstand, der eines der Kinder zuvor versteckt hat;

6. Schattenkönig

Material: keines, sonniger Tag, Platz/Hof in der Sonne

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: ab 2 Personen bis Großgruppen

Spiel: alle Kinder gehen im Hof/ auf einem Platz umher, keines darf auf den Schatten eines anderen Kindes treten; passiert das trotzdem muss er an Ort und Stelle stehen

bleiben; Sieger und somit Schattenkönig ist derjenige, der am vorsichtigsten ist und auf keines der Schattenbilder tritt und sich als Letzter noch bewegen darf.

7. Schattenhasen jagen

Material: keines, sonniger Tag, Platz/Hof in der Sonne

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen

Spiel: Ein Spieler ist der Jäger, er muss die Schattenhasen einfangen, indem er auf ihre Schatten tritt. Ist ein Schattenhase gefangen, muss er stehen bleiben, Hasen dürfen sich für 30 sec in „Hasenhöhlen“, d.h. im Schatten eines Baumes, Strauches verstecken. Da ihr Schattenbild verschwindet kann der Jäger nicht mehr darauf treten und den Hasen so kurz nicht fangen.

Quellen:

Walter, G. 2005. Feuer- Die Elemente im Kindergartenalltag; Herder Verlag, 3. Aufl., Freiburg

Fuchs, B. 2007. Die 50 besten Spiele für Kindergruppen, Don Bosco Verlag, München

Brandt, P.M. 1997. Das muß draußen herrlich sein: Wind- und Wetterspiele für Kindergarten und Hort, Lampertus- Verlag, Freiburg

Übungssammlung zum Element Erde



Beschreibungen und Eigenschaften Erde:

kalt + trocken, Tierkreiszeichen: Stier, Jungfrau, Steinbock; Himmelsrichtung: Norden;
 Bodenproben: Welche Tiere, Erde etc. (Ameisen, Regenwurm, Vögel), verschiedene Arten von Erde; Sand, Lehm, Blumenerde;
 Was alles auf der Erde wächst: Wiese+ Wald; Menschen und Tiere; Bestimmung/Suche von Pflanzen, Bäume, Blumen, Kräuter, Tiere; (Suche einen Nadel- und einen Laubbaum und nimm ein Blatt mit → bestimme den Baum anhand von Bestimmungskärtchen und finde heraus, was das Besondere ist! Pflücke eine Blume, die du kennst...Suche etwas weiches, spitzes, rundes, flaches, schönes,...)

Spiele:

1. Bäumchen wechsele dich

Material: Platz mit Bäumen, Sträuchern o.ä.

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: in einem abgegrenzten Spielbereich sucht sich jedes Kind einen Baum o.ä., ein Kind steht in der Mitte des Platzes und ruft „Bäumchen wechsele dich“; jeder muss zu einem neuen Platz laufen, an dem zuvor ein Kind gestanden ist; einer bleibt übrig, der zum neuen Ansager wird;

2. Waldboccia

Material: verschiedene „Früchte aus dem Wald“ wie Zapfen, Kastanien, Buchecker, Eicheln, kleine Stöckchen;

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: jedes Kind sammelt 5 Früchte (am Besten jeweils unterschiedliche); gemeinsam wird ein Ziel in der Nähe gesucht (ein Baum, ein Baumstamm, ein Stein); jedes Kind versucht seine Früchte möglichst nahe an das Ziel zu werfen.

Variante: man kann auch einen Stein- oder Zweigkreis am Boden auflegen, als Zielscheibe, in dem die Früchte zum Liegen kommen müssen;

3. Zapfenlauf

Material: Zapfen/Stöckchen, pro Person zwei kleine Äste bzw. eine Astgabel

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: Hier zählen Geschicklichkeit und Geschwindigkeit. Jedes Kind sammelt 5 Zapfen/ Stöckchen und zwei größere Äste, zwischen diese beiden Ästen wird nun

jeweils ein Zapfen gelegt und vom Start- bis zu einem Zielpunkt getragen, fällt der Zapfen herunter muss er mit den Ästen vom Boden aufgenommen werden...Sieger ist wer am schnellsten alle Zapfen ins Ziel gebracht hat;
Variante: Staffel mit mehreren Gruppen;

4. Ein schwieriger Pfad

Material: Zapfen/Stöckchen oder Steine

Zeitdauer: 15-20 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: die Kinder suchen zuerst mehrere Zapfen/Stöcken oder Steine. Mit diesen wird gemeinsam ein Pfad ausgelegt, dieser wird von den Kindern ganz genau besichtigt und eingepägt und anschließend von jedem mit geschlossenen Augen darüber balanciert. Aufgetreten darf nur dort werden, wo ein Zapfen/Stein oder Stöcken liegt. Dies geht am besten barfuss!

5. Blindschleichen

Material: Bänder

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: zwei Kindern werden die Augen verbunden und an einem Bein zusammen gebunden, so sind sie nun die „blinden Dreibeiner“, zwei andere Kinder lotsen diese durch Zurufe durch einen vorher vereinbarten Kurs kreuz und quer durch den Wald.

6. Steinmännchen bauen/Turmbau zu Babel

Material: verschieden große Steine, möglichst flache

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: jedes Kind versucht aus den gesammelten Steinen ein möglichst großes Steinmännchen/ Turm zu stapeln. Wer schafft das Höchste, das nicht umfällt?

Variante: Ein Kind nach dem anderen darf einen Stein auflegen. Stürzt der Turm um, scheidet das Kind aus und eine neue Runde beginnt.

7. Ameisentransportspiel

Material: keines

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: min. 6 Personen

Spiel: zwei Gruppen (Ameisen und Insekten) werden gebildet; die Ameisen fangen Ihre Beute (=Insekten). Ist ein Insekt gefangen tragen es mehrere Ameisen zu ihrem Ameisenhaufen (abgesteckter Kreis)

8. Wiesenspiele

Material:

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: Fangen, Bockspringen, Ballspiele, Ringwerfen, Sackhüpfen; auf der Wiese Lieblingsblume suchen und Bilderrahmen mit Faden legen um Blume; größter Grashalm suchen;

9. Memory mit Naturgegenständen

Material: verschieden Gegenstände aus der Natur

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: bis 10 Personen

Spiel: Jedes Kind legt einen oder zwei Naturgegenstände aus der Umgebung auf eine kleine Fläche. Alle prägen sich das Bild der Anordnung ein. Bis auf ein Kind drehen sich alle anderen um und schließen die Augen, das eine Kind verändert etwas in der markierten Fläche, gibt einen Gegenstand zusätzlich hinein oder hinaus, dreht ihn oder tauscht diese untereinander. Alle öffnen nun die Augen und schauen, ob sie die Veränderung erkennen.

10. Kamera und Fotograf

Material: am besten im Wald

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: bis 10 Personen

Spiel: die Kinder gehen Paarweise zusammen; ein Kind macht die Augen zu und ist somit die „Kamera“, das zweite Kind ist der „Fotograf“ und führt seine Kamera durch den Wald an verschiedenen schöne Plätze; ist ein Platz besonders schön drückt er auf den Auslöser der Kamera und macht einen Schnappschuss (Kind macht kurz die Augen auf), Jedes Fotograf macht 5 Fotos, anschließend versucht das Kamerakind die 5 Bilder zu finden;

11. Drängeln

Material: Sandplatz

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 6- 10 Jahre

Teilnehmer: bis 10 Personen

Spiel: Zwei Kinder sitzen Rücken an Rücken im Sand. Um sie wurde ein Kreis von zwei Metern Durchmesser gezogen. Die Kinder drängeln sich gegenseitig aus dem Kreis.

12. Schneckenhüpfen

Material: Sandplatz oder Straßenmalkreiden;

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen

Spiel: Eine Schnecke/ Spirale wird in den Sand gezeichnet oder auf den Schulplatz und in Felder eingeteilt.

Wer schafft es ohne abzusetzen bis ans Ende der Schnecke zu hüpfen?

Mit einem Bein?

Wer das geschafft hat, darf sich beim Rückweg einen Feld mit seinem Namen kennzeichnen. Auf dieses dürfen nun die anderen Kinder nicht mehr hüpfen. Schafft ihr alle Felder mit Namen zu versehen?



Varianten: Tempelhüpfen, Himmel- Hölle hüpfen;

13. Steinchenspringen

Material: Steine, Start- und Ziellinie;

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen

Spiel: Jedes Kind hat ein Steinchen in der Hand und steht an der Startlinie. Das erste Kind wirft einen Stein in Richtung Ziellinie. Mit einem kräftigen Sprung muss es nun versuchen zum Stein zu springen. Gelingt ihm das, darf es stehen bleiben. Springt es zu kurz, muss es mit seinem Stein zurück an die Startlinie. Wer ist als erstes bei der Ziellinie?

14. Grasrupfen

Material: Wiese, kleiner Eimer/Korb/Behälter/Jogurtbecher;

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4-8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen

Spiel: Alle Kinder sind barfuss und haben einen kleinen Behälter bei sich. Sie setzen oder gehen durch das Gras und rupfen mit den Zehen Gras aus und befördern dieses, auch mit den Zehen, in den Behälter. Wer hat seinen Behälter als erstes gefüllt?

15. Pflanzen- und Blumenkorb

Material: keines;

Zeitdauer: ca. 10 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen

Spiel: Die Kinder bilden einen Sitzkreis und jedes Kind gehört einer Blumen- oder Pflanzensorte an, z.B. Sonnenblumen, Löwenzahn, Gänseblümchen, Klee. Die SpielleiterIn in der Mitte leitet das Spiel ein indem sie ruft: „Die Sonnenblumen und der Klee wechseln die Plätze“ oder sie ruft „Der Blumenkorb fällt um“. In diesem Fall müssen alle Kinder einen neuen Platz suchen. Eines bleibt übrig und ist nun in der Mitte.

Quellen:

Walter, G. 2004. Erde- Die Elemente im Kindergartenalltag; Herder Verlag, 3. Aufl., Freiburg

Vorarlberger Familienverband (Hrsg.). 2009. Auf Entdeckungsreise im Wald, Alpina Druck;

Brandt, P.M. 1997. Das muß draußen herrlich sein: Wind- und Wetterspiele für Kindergarten und Hort, Lampertus- Verlag, Freiburg

Neumann, A. + B. 1999, Waldfühlungen: das ganze Jahr lang den Wald erleben, Ökotopia- Verlag, Münster



Übungssammlung zum Element Luft

Beschreibungen und Eigenschaften Luft:

heiß+ feucht, Tierkreiszeichen: Zwillinge, Waage, Wassermann;
Himmelsrichtung: Osten

Luft nicht sichtbar trotzdem da, Sauerstoff → Produktion durch
Bäume;

Atemluft: atmen, pusten, blasen; Luft spüren, Luft riechen;

Wind: verschiedene Gegenstände fliegen lassen (Federn,
Blätter, Papier, Tücher...), Tiere in der Luft

Spiele:

1. Wedel- Ei

Material: Tischtennisbälle, Gegenstand zum Wedeln (Karton, Fächer, Papp- od.
Plastikteller), Schnüre

Zeitdauer: 10-15 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: bis 10 Personen

Spiel: jedes Kind benötigt einen Tischtennisball und einen Gegenstand zum Wedeln.
Die Wedelstrecke wird mit den Schnüren markiert (evtl. mit Hindernissen zum
Umrunden). Mehrere Kinder starten gleichzeitig mit ihren Tennisbällen an der
Startlinie und wedeln die „federleichten Eier“ möglichst schnell ins Ziel.

2. Watte Wirbel Spiel

Material: Wattebällchen, Tisch, Gegenstand zum Wedeln

Zeitdauer: 5-10 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: bis 10 Personen

Spiel: Ein Wattebällchen wird auf den Tisch zwischen zwei Kindern gelegt. Wer
pustet dieses auf die andere Tischhälfte?

Varianten: Vier Kinder stehen rund um den Tisch, jedes hat sein Wattebällchen vor
sich. Das Wattebällchen soll der Tischkante entlang rund um den Tisch bewegt
werden, bis jedes Kind wieder an seinen Platz ist.

Fangenspiel: Das eigene Wattebällchen wird der Tischkante entlang rund um den
Tisch gewedelt und versucht ein anderes Kind zu überholen.

3. Diese Luft habe ich am liebsten

Material: warmer Sonnentag und ein leichtes Lüftchen

Zeitdauer: 5-10 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: Die Kinder gehen nach draußen und krempeln sich die Ärmel hoch. Jedes Kind sucht sich einen Platz und breitet die Arme aus, halten ihre Hände in die Luft und nehmen wahr, was sie an den Armen und Händen spüren. Spürt ihr die Wärme der Luft an euren Handflächen? Spürt ihr den leichten Wind, der vorbeigeht? Dann sucht sich jedes Kind einen anderen Platz z.B. im Schatten oder unter einem Baum oder in der prallen Sonne. Wie fühlt sich die Luft dort an? Wo ist es wärmer? Wo ist für dich die Luft am feinsten?

4. Warm oder kalt?

Material: rote und blaue Reifen

Zeitdauer: 5-10 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: die Kinder bewegen sich am Platz/ Hof, mehrere blaue und rote Reifen liegen verteilt am Boden. Der blaue Reifen bedeutet kühle oder kalte Luft und der rote Reifen bedeutet warme oder heiße Luft. Der Spielleiter stellt eine Frage z.B. Wie ist die Luft im Winter? Jedes Kind sucht sich möglichst schnell einen Reifen der die richtige Farbe der Antwort hat, also blau. Natürlich können auch zwei Kinder in einem Reifen stehen. Weiter geht's mit der nächsten Frage.

Beispielfragen: Wie ist die Luft im Keller, im Hallenbad, im Schatten, am Strand, beim Skifahren, vor dem geheizten Ofen, am schneebedeckten Berg, im Winterwald, im Sommer, im Kühlschrank, im Backofen...

5. Luftballon- oder Federspiele

Material: Federn, Luftballons

Zeitdauer: 5-10 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: Zuerst sollen die Kinder einfach die Flugeigenschaften der Federn/Luftballons selbst ausprobieren, dann können auch Anweisungen gegeben werden, wie:

die Feder/Luftballon möglichst hochwerfen und herunterschweben lassen+ fangen;
die Feder/Luftballon nur mit der rechten oder linken Hand berühren und in der Luft halten,

die Feder/Luftballon hochpusten und so lange wie möglich schweben lassen,

die Feder/Luftballon in der flachen Hand eine Strecke tragen oder hüpfen

die Feder/Luftballon einem anderen Kind zuwerfen

die Feder/Luftballon mit dem Finger in die Höhe stupsen

die Feder/Luftballon hinter dem Rücken hochwerfen

...

Variante: zusammen in der Gruppe wenige Luftballons in der Luft halten

6. Alle Vögel fliegen hoch

Material: keines

Zeitdauer: 5-10 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: Die Kinder bewegen sich kreuz und quer. Die SpielleiterIn nennt immer wieder „Alle Vögel fliegen hoch- die Schwalbe“ und streckt gleichzeitig die Arme in die Höhe. Da es stimmt, die Schwalbe kann fliegen, strecken alle Kinder die Arme ebenfalls

hoch. Weitere Gegenstände und Tiere werden genannt...Je nach Alter der Kinder, kann man bei fünf Fehlern das Kind ausscheiden lassen.

Was kann alles fliegen: Stück Papier, Feder, Luftballon, Löwenzahnsamen, Fledermaus, Hummel, Biene, Hubschrauber, Flugzeug, Libelle, Adler, Rakete, Drachen, Steckmücke, Segelflieger...

7. Sturmspiel

Material: keines

Zeitdauer: 5-10 min

Alter: 4- 8 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: Alle Kinder stehen im Kreis Schulter an Schulter und stellen Bäume dar, ein Kind ist in der Mitte und lässt sich vom Sturm nach rechts und links umfallen. Die andern Baumkinder fangen ihn auf und richten ihn wieder auf.

Entspannungsspiele

8. Bewusst ein- und ausatmen

Material: ruhige Musik, evtl. Unterlage/Matte zum Liegen

Zeitdauer: 5-10 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: Die Kinder liegen auf dem Rücken am Boden und legen ihre Hände auf den Bauch. Mit ruhiger Stimme werden Anweisungen gegeben:

Durch die Nase die Luft tief ein- und ausatmen. Spürt ihr den Luftstrom durch die Nase? Spürt ihr wie sich der Bauch hebt und senkt?

Jedes Kind soll den eigenen Atemrhythmus finden...

9. Farben der Luft: Meditationsspiel

Material: Wiese, schönes Wetter

Zeitdauer: 5-10 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen

Spiel: die Kinder legen sich in die Wiese und schauen einfach in die Luft in den Himmel und sollen schauen und nachdenken über das Erzählte. Die SpielleiterIn erzählt etwas über die Himmelfarben:

Dort oben im Himmel ist viel, viel Luft. Sie sieht heute blau aus, himmelblau. Manchmal ist sie tiefdunkelblau, manchmal grau, manchmal weißgrau. Es kommt auf das Wetter an. Am Abend oder am Morgen kann der Himmel sogar rot, gelb oder lila aussehen. Was ist noch zu sehen wenn wir hoch in die Luft sehen? Ich bin nun ein Weilchen still und jeder soll beobachten was er möchte.

Nach ca. 3-5 Minuten ist das Spiel zu Ende und die Kinder werden aufgefordert sich zu strecken und recken und mit Armen und Beinen zu zappeln.

10. Fantasiereise: wenn ich fliegen könnte...

Material: Wiese/Garten, schönes Wetter, Gong

Zeitdauer: 5-10 min

Alter: 4- 10 Jahre

Teilnehmer: mehrere Personen bis Großgruppen



Kinder gesund bewegen

Spiel: Jedes Kind sucht sich einen gemütlichen Platz und soll sich nun vorstellen, dass es fliegen kann und durch die Lüfte schwebt. Wo fliegt es hin? Was sieht es alles?

Die Fantasiereise beginnt mit einem Gongschlag und endet mit einem Gong nach ca. 5 Minuten bzw. wann die Kinder unruhig werden.

Fallschirmspiele

Quellen:

Walter, G. 2004. Luft- Die Elemente im Kindergartenalltag; Herder Verlag, 3. Aufl., Freiburg

Fuchs, B. 2007. Die 50 besten Spiele für Kindergruppen, Don Bosco Verlag, München

Brandt, P.M. 1997. Das muß draußen herrlich sein: Wind- und Wetterspiele für Kindergarten und Hort, Lampertus- Verlag, Freiburg

Neumann, A. + B. 1999, Waldfühlungen: das ganze Jahr lang den Wald erleben, Ökotopia- Verlag, Münster

Spiele mit allen Elementen oder zum Teambildung etc:

- Feuer- Wasser Erde- Luft Spiel
- Balken/Holzstamm: alle aufstellen und Sortierungsaufgabe geben (nach Alphabet) ohne vom Stamm zu fallen
- Insel: Gruppe in möglichst kleinen Platz, der begrenzt durch Schnur aufzustellen, → Erschwerung: Anweisung wie viele Füße/ Hände am Boden sein dürfen/müssen
- Rollmops: Gruppe von Kindern wird mit Leine recht straff zusammengebunden und muss dann eine Wegstrecke gemeinsam zurücklegen;