

## Sänftenrennen



### Zeit

ca. 10 Minuten



### Ziel

Kraft, Teamfähigkeit, Vertrauen



### Material

–

### So geht es:

Teilen Sie die Klasse in zwei Gruppen ein. Jede Gruppe stellt sich Schulter an Schulter in einen Kreis und streckt die Arme in die Mitte. Ein Kind jeder Gruppe bleibt vorerst außen vor. Die Hände der Kreismitglieder erfassen die des Gegenübers. In die Mitte, wo sich nun alle Hände treffen, setzt sich das übriggebliebene Kind. Dazu gehen die Gruppen am besten gemeinsam in die Hocke, sodass das Kind leichter in die Mitte des Händekreises steigen kann. Es ist der König, der es sich auf seiner Sänfte bequem macht.

Mit dem König in der Mitte müssen die Gruppen von einer Hofseite zur anderen laufen, ohne ihn zu verlieren. Verliert der König das Gleichgewicht und berührt den Boden, muss die Gruppe zurück zur Startlinie und erneut beginnen, die Strecke zurückzulegen. Die Mannschaft, die ihren König zuerst auf der andere Seite absetzen kann, gewinnt.

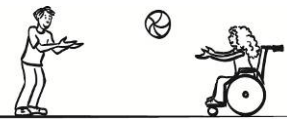


### Variationen/Differenzierung:

Um den Sänftenlauf schwieriger zu gestalten, können Sie Hindernisse aufbauen, über die die Kinder steigen müssen. Sollte die Klasse zu groß für nur zwei Gruppen sein, können selbstverständlich auch mehrere Gruppen gebildet werden, sodass die Konkurrenz beim Lauf größer wird.

### Hinweise zur Inklusion:

Das Spiel eignet sich für Kinder mit Lern- und Sprachbehinderungen, Sehgeschädigte, Taubblinde, Taube/Hörgeschädigte, Teilkörperbehinderte sowie Rollstuhlfahrer.



## Pferdeochsen

**Zeit**

ca. 10 Minuten

**Ziel**

Kraft, Teamfähigkeit, Geschicklichkeit

**Material**

–

### So geht es:

Legen Sie mit den Kinder die Bewegungen für „Pferd“ und „Ochse“ fest. Um das Pferd darzustellen, könnten die Kinder mit einer Hand einen wehenden Schweif darstellen.

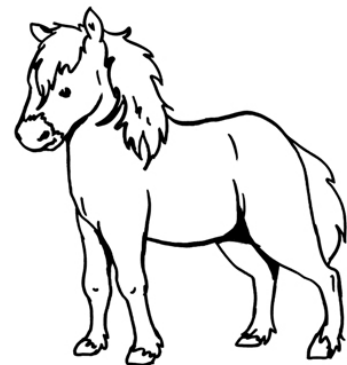
Für den Ochsen nehmen sie ihre beiden Zeigefinger als Hörner.

Die Kinder verteilen sich auf dem Schulhof und schließen dann die Augen. Auf Ihr Kommando entscheiden sie sich für Pferd oder Ochse und nehmen die entsprechende Position ein.

Auf ein weiteres Kommando öffnen die Kinder die Augen.

Die Ochsen beginnen nun, die Pferde zu jagen. Die Pferde versuchen, so schnell wie möglich den Überblick über die Ochsen zu gewinnen und wegzulaufen. Wird ein Pferd gefangen, scheidet es aus. Wenn nach zehn Minuten noch ein Pferd übrig ist, haben die Pferde gewonnen.

Andernfalls gewinnen die Ochsen.

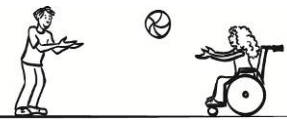


### Variationen/Differenzierung:




Die Pferde können sich in Ochsen verwandeln, sobald sie gefangen wurden und ebenfalls die übrigen Pferde fangen. So wird den Ochsen das Fangen erleichtert und alle Kinder bleiben bis zum Ende in Bewegung. Außerdem beschleunigt die Variation das Spiel.

### Hinweise zur Inklusion:

Dieses Spiel eignet sich auch für Kinder mit Lern- und Sprachbehinderungen sowie Teilkörperbehinderte.



## Vier Elemente

	<b>Zeit</b>	ca. 10 Minuten
	<b>Ziel</b>	Ausdauer, Konzentration
	<b>Material</b>	–

### So geht es:

Legen Sie folgende Bewegungen zu den nachfolgenden Kommandos fest:

„Feuer“: Die Kinder strecken die Arme in die Luft und bewegen sie flammenartig.

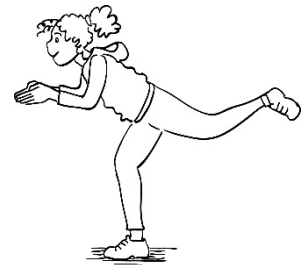
„Wasser“: Die Kinder machen die typische Brustschwimmbewegung.

„Erde“: Die Kinder gehen in die Hocke.

„Luft“: Die Kinder stehen auf einem Bein und schwingen die Arme seitwärts wie ein Vogel.

Klatschen Sie einen Rhythmus, zu dem die Kinder sich auf dem gesamten Schulhof bewegen sollen. Wenn Sie Ihr Klatschen unterbrechen, sollen die Kinder stehenbleiben und auf Ihr Kommando warten. Abhängig vom Kommando machen die Kinder die zuvor besprochenen Bewegungen.

Hat jedes Kind die richtige Haltung eingenommen, nehmen Sie Ihren Klatschrhythmus wieder auf. Die Kinder laufen weiter.



### Variationen/Differenzierung:

Je schneller Sie den Rhythmus klatschen, desto schneller müssen sich die Kinder bewegen. Sie müssen jetzt noch besser aufpassen. Sie können auch Kommandofolgen bilden, wie zum Beispiel „Feuer-Wasser“. Die Kinder machen dabei die vorgegebenen Bewegungen in Folge.

### Hinweise zur Inklusion:

Dieses Spiel eignet sich auch für Kinder mit Lern- und Sprachbehinderungen sowie Teilkörperbehinderte.