



## Bewegungsinput mit Zeitungspapier

### 1) Experimentieren mit Zeitungspapier

Die Kinder verteilen sich im Zimmer und erproben das Material...

- Zeitungspapier flattern und fliegen lassen
- in die Luft werfen und fangen (mit verschiedenen Körperteilen fangen oder ein anderes Kind fängt es)
- mit verschiedenen Körperteilen transportieren (z.B. auf Kopf, Rücken, über den Arm gehängt etc.) und ev. gleichzeitig Hindernisse überqueren
- Zeitungspapier zwischen Knie, Beine, Füße, Arme etc. klemmen und dabei laufen/rennen, Zeitungspapier einem anderen Kind übergeben

**Förderziele:** Materialerfahrung, Umgang mit physikalischen Gesetzmässigkeiten erleben, Geschicklichkeit

### 2) Gegen den Wind

Jedes Kind bekommt ein Zeitungspapier und legt es an die Brust. Die Kinder rennen nun im Raum herum, so dass dieses durch die Laufgeschwindigkeit am Körper kleben bleibt. Welchem Kind gelingt dies, ohne dass das Zeitungspapier zu Boden fällt?

**Variationen:**

- verschiedene Laufformen ausprobieren (vorwärts, seitwärts, rückwärts)
- mit einem anderen Kind Schulter an Schulter rennen, d.h. das Zeitungspapier soll über beide Körper hinweg kleben.

**Förderziele:** Geschicklichkeit, Raumorientierung, physikalische Gesetzmässigkeiten erleben, sozialer Umgang

### 3) Skilauf

Die Kinder stehen mit beiden Füßen auf je einem Zeitungspapier und rutschen durch den Raum. Es können auch Parcours absolviert werden (z.B. Slalom laufen, oder in einer schmalen Strasse laufen).

**Variationen:**

- Die Kinder versuchen auf vier Zeitungspapieren auf allen Vieren zu krabbeln, ohne mit einem Körperteil den Boden zu berühren
- Fangspiel: Ein Fänger versucht, den skilaufernden Kindern auf das Zeitungspapier zu stehen, ohne dass dieses zerreisst.

**Förderziele:** Geschicklichkeit, Raumorientierung, Koordination, Geschwindigkeit

#### 4) Inselwandern

Jedes Kind bekommt zwei Zeitungspapiere und versucht, mit diesen durch den Raum zu wandern, in dem es immer das hintere Papier vor jenes legt, auf welchem es steht.

*Variationen:*

- Zwei Kinder versuchen gemeinsam mit drei Zeitungspapieren durch den Raum zu wandern, drei Kinder versuchen es mit vier Papieren usw.
- Wettspiel: Welches Kind/welche Kindergruppe ist schneller am Ziel?

*Förderziele:* Koordination, Geschicklichkeit, Kooperation

#### 5) Inselspringen

Im Raum liegen mehrere Zeitungspapiere am Boden verteilt. Die Kinder laufen, springen, hüpfen von Zeitungspapier zu Zeitungspapier, ohne mit einem anderen Kind zusammen zu stossen.

*Variationen:*

- Die Aufgabe kann erschwert werden durch Verkleinern der Inseln (Zeitungspapiere falten/halbieren), in dem die Abstände variiert werden oder in dem weniger Inseln im Wasser verteilt liegen.
- Regeln einführen: auf jeder Insel darf nur ein Kind stehen etc.
- Die Kinder springen, laufen, rennen um die Inseln, ohne ein Zeitungspapier zu berühren oder mit einem anderen Kind zusammen zu stossen.

⇒ *Eisschollen und Pinguine:* Die Zeitungsblätter werden im Raum verteilt und sind Eisschollen. Die Kinder sind Pinguine. Immer wenn der Dampfer tutet (akustisches Signal) oder die Fahne des Dampfers weht (visuelles Zeichen), rennen die Pinguine zu ihren Eisschollen zurück. Während die Pinguine auf den Eisschollen stehen, schmelzen diese auf die halbe Grösse. Ein Pinguin macht ein Kunststück (z.B. Einbeinsand, Hampelmann,...) und ein dazu passendes Geräusch vor, die anderen Pinguine ahmen das Kunststück nach (Beudels / Lensing-Conrady / Beins, 2003, S. 277/278).

*Förderziele:* Gesamtkörperkoordination, Gleichgewicht, Raumorientierung, Reaktion, visuelle und akustische Wahrnehmung (Eisschollenspiel)

#### 6) Kontaktkleber:

Zwei Kinder kleben ein Zeitungspapier zwischen ihren Körper (Bauch, Rücken, Seite,...) und versuchen, sich durch den Raum zu bewegen, ohne dass das Zeitungspapier zu Boden fällt.

*Variationen:*

- Mehrere Kinder sind mit einem Zeitungspapier miteinander verbunden (z.B. wie eine Raupe hintereinander) und bewegen sich gemeinsam durch den Raum, ohne dass ein Zeitungspapier zu Boden fällt.
- Fangspiel: Wer vom Fängerpaar berührt wird oder wem die Zeitung zu Boden fällt, wird zum neuen Fänger.

*Förderziele:* Körperwahrnehmung, Koordination, Koordination, Kooperation

#### 7) Artisten:

Ein Kind erfindet eine Bewegung oder eine Körperhaltung auf einem Zeitungspapier, die anderen Kinder ahmen diese nach.

*Förderziele:* Körperschema, visuelle Wahrnehmung, Formwiedergabe, Koordination

### 8) Orchester:

Die Kinder machen gemeinsam verschiedene Geräusche mit dem Zeitungspapier (leise, laut, reissen,...).

- Variationen:*
- Ein Kind macht ein Geräusch vor, die anderen versuchen dieses zu übernehmen.
  - Zu jedem Geräusch wird eine bestimmte Bewegung oder Körperhaltung ausgedacht. Die Kinder führen bei entsprechendem Geräusch die Bewegung aus.
  - Ein Kind ist der Musiker und macht verschiedene Geräusche, die anderen Kinder versuchen, sich dem Geräusch angepasst zu bewegen (z.B. schleichen wenn leise,...).
  - Die Kinder suchen mit verbundenen Augen die Geräuschquelle.

*Förderziele:* akustische Wahrnehmung, Rhythmusgefühl, Bewegungsplanung, feinmotorische Geschicklichkeit, Raumorientierung

### 9) Drückeberger:

Zwei Kinder stehen gemeinsam auf einem Zeitungspapier und versuchen sich gegenseitig von der Zeitung zu drücken. Welches Kind kann länger auf der Zeitung stehen bleiben?

*Förderziele:* Körperspannung und Kräfte messen, Gleichgewicht, Geschicklichkeit

### 10) Schlangen reissen:

Die Kinder reissen eine möglichst lange Schlange aus einem Zeitungspapier. Welches Kind hat die längste Schlange?

- Variationen:*
- verschiedene Muster, Spiralen oder Formen reissen
  - Die Kinder rennen durch den Raum und ziehen den Streifen hinter sich her, ohne dass sie einem anderen Kind auf den Streifen stehen.
  - Fangspiel: Die Kinder versuchen sich gegenseitig (oder ein Kind ist Fänger) auf den Streifen zu stehen, damit dessen Streifen abreisst resp. immer kürzer wird.
  - Zwei Kinder halten gemeinsam ihre beiden Streifen angespannt und laufen vorsichtig durch den Raum, ohne dass sie die Streifen anderer Kinder durchlaufen.
  - Die Hälfte der Kinder halten immer zu zweit angespannt einen Streifen, die anderen Kinder hüpfen durch den Raum und springen über die Streifen, ohne dass diese zerreißen.
  - Strassennetz: Die Kinder legen mit ihren Streifen ein grosses Strassennetz und balancieren auf den Strassen, ohne in ein anderes Auto zu fahren.
  - Alle Streifen werden zu einem ganz langen Streifen zusammengeklebt.

*Förderziele:* feinmotorische Geschicklichkeit, messen und vergleichen, Raumorientierung, Kooperation, ...

### 11) Spiele mit zerknülltem Zeitungspapier:

Die Kinder knüllen das Zeitungspapier zu einer Kugel und experimentieren mit ihrem Ball (z.B. Ball hoch werfen und wieder fangen, einem Partner zuspielen, den Ball auf verschiedenen Körperteilen balancieren, etc.)

- Variationen:*
- Schneeballschlacht: Die Kinder bewerfen sich mit den Zeitungsbällen. Kurze Pausen ermöglichen es, sich auszuruhen oder neue Munition zu sammeln.
  - Feld räumen: Die Hälfte der Kinder (oder auch weniger) sind im Stuhlkreis, die andere Hälfte verteilt sich um den Kreis herum. Die Kinder ausserhalb des Kreises versuchen, möglichst viele Bälle in den Kreis zu werfen, die Kinder im Kreis räumen die Bälle aus dem Kreis und versuchen, diesen möglichst leer zu behalten.
  - Die Kinder stecken möglichst viele Zeitungsbälle unter ihre Kleider.
  - Schneehaufen: Die Kinder graben sich gegenseitig mit Bällen ein.
  - Die Kinder rollen, kicken oder werfen die Bälle zu einem bestimmten Ziel.

*Förderziele:* Auge-Hand-Koordination, Kraftanpassung, Ausdauer, Körperwahrnehmung

### 12) Schwungtuch aus zusammengeklebten Zeitungspapieren:

Die Kinder kleben mehrere Zeitungspapiere aneinander. Mit dem Schwungtuch können verschiedene Kreisspiele gemacht werden:

- Schwungtuch halten und sich im Kreis drehen
- Rhythmische Wellenbewegungen
- Einzelne Kinder rennen unter dem Tuch hindurch
- Die Kinder heben den Fallschirm hoch und lassen ihn zu Boden schweben
- Die Kinder verstecken sich unter dem Fallschirm

*Förderziele:* Kooperation, Materialerfahrung, Behutsamkeit, Wahrnehmung

### 13) Modenschau:

Die Kinder verkleiden sich mit Zeitungspapier und führen eine Modenschau vor (T-Shirts, Röcke, Hüte basteln).

*Förderziele:* kreatives Gestalten, Zugang zu feinmotorischen Tätigkeiten finden



Bilder aus: (Beudels / Lensing-Conrady / Beins, 2003, S. 277)

### Literaturhinweise:

Beudels, W., Lensing-Conrady, R., Beins, H. J. (2003). ...*das ist für mich ein Kinderspiel. Handbuch zur psychomotorischen Praxis* (9. unveränderte Auflage). Dortmund: Verlag modernes lernen, borgmann publishing.

Köckenberger, Helmut (2004). *Bewegungsspiele mit Alltagsmaterial. Für Sportunterricht, psychomotorische Förderung, Bewegungs- und Wahrnehmungstherapie*. 4. unveränderte Auflage. Dortmund: Verlag Modernes Lernen Borgmann.