

Spiel: Watte-Ei

Spielbeschreibung

Die Kinder legen sich einen etwa walnussgroßen Wattebausch auf verschiedene Körperteile (Kopf, Arme, Hände, Handrücken, Schultern, Füße) und gehen bedächtig durch den Raum.

Der Wattebausch darf nicht zu Boden fallen. Im Gehen kann die Bewegungsrichtung zusätzlich geändert werden (rückwärts, seitwärts etc.). Zusätzlich Aufgabenstellungen, wie „kurz in die Hocke gehen“, „Einbeinstand“ etc. sind möglich.

Eine ruhige Gehmusik als Begleitung bietet sich an. Musikstopps eignen sich gut, um Aufgabenstellung zu wechseln bzw. zu verändern.



Spielart:	Alltagsspiel, Bewegungsspiel	Alter/Klasse:	Egal/ 1.-4.
Anwendungsbereich:	Unterricht, Betreuung	Gruppengröße:	mindestens 6
Fächer:	alle	Vorbereitung:	keine
Dauer:	5 Minuten	Material:	Watte
Ziel:	Konzentration, Körperwahrnehmung, Entspannung, Atmung, Kräftigung		