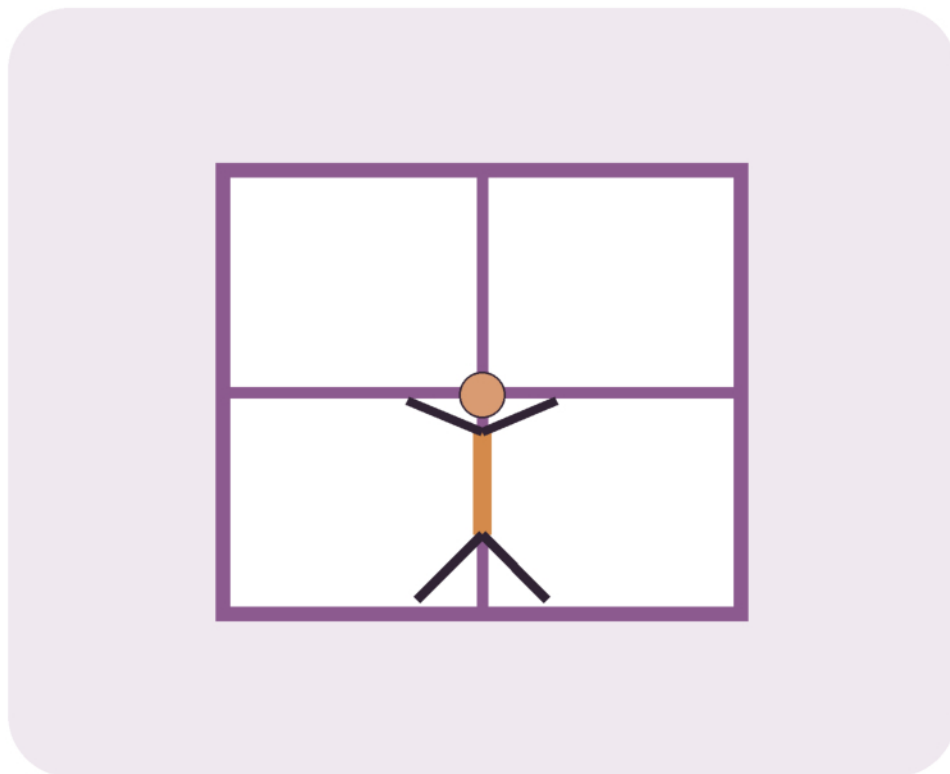


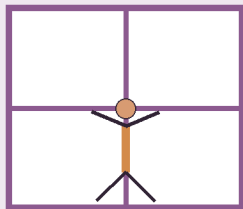
Bewegungsspiele für kleine Räume

Acht Bewegungsspiele für wenig Platz - mit kleinen Bewegungen, sitzenden Varianten und ruhigem Stoppsignal.



- 8 eigenständige Karten oder Abläufe
- mit ruhigerer Variante, Beobachten oder Kartenwahl
- ohne Ausscheiden, Verliererrolle oder Leistungsvergleich
- Kontakt nur mit Zustimmung; Fläche und Boden vorher prüfen
- Druck: A4, 100 %. Testausdruck am eigenen Drucker prüfen.

BEWEGUNGSSPIELE FÜR KLEINE RÄUME | KARTE 01



Handtanz

Hände hoch, tief, schnell und langsam bewegen.

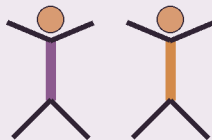
Kleinere Variante

Nur einen Finger nutzen.

Ruhigere Variante, Beobachten oder Kartenwahl sind möglich. Niemand scheidet aus.

Kein Vergleich; Kontakt nur mit Zustimmung. Vorher Boden, Fläche und Abstand prüfen.

BEWEGUNGSSPIELE FÜR KLEINE RÄUME | KARTE 02



Sitzend spiegeln

Eine kleine Bewegung im Sitzen übernehmen.

Kleinere Variante

Nur Blickrichtung wechseln.

Ruhigere Variante, Beobachten oder Kartenwahl sind möglich. Niemand scheidet aus.

Kein Vergleich; Kontakt nur mit Zustimmung. Vorher Boden, Fläche und Abstand prüfen.

BEWEGUNGSSPIELE FÜR KLEINE RÄUME | KARTE 03



Platzinsel

Auf dem eigenen Marker verschiedene Formen zeigen.

Kleinere Variante

Nur Hände formen.

Ruhigere Variante, Beobachten oder Kartenwahl sind möglich. Niemand scheidet aus.

Kein Vergleich; Kontakt nur mit Zustimmung. Vorher Boden, Fläche und Abstand prüfen.

BEWEGUNGSSPIELE FÜR KLEINE RÄUME | KARTE 04



Schulterwetter

Sonne, Regen und Wind mit Schultern darstellen.

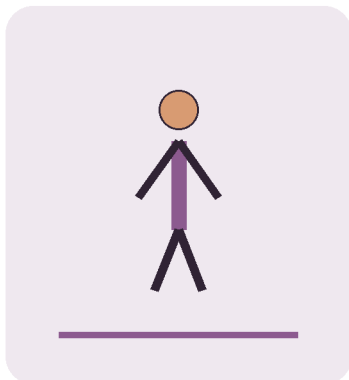
Kleinere Variante

Nur Hände nutzen.

Ruhigere Variante, Beobachten oder Kartenwahl sind möglich. Niemand scheidet aus.

Kein Vergleich; Kontakt nur mit Zustimmung. Vorher Boden, Fläche und Abstand prüfen.

BEWEGUNGSSPIELE FÜR KLEINE RÄUME | KARTE 05



Leise Schrittfolge

Drei kleine Schritte am Platz verbinden.

Kleinere Variante

Füße abwechselnd anheben.

Ruhigere Variante, Beobachten oder Kartenwahl sind möglich. Niemand scheidet aus.

Kein Vergleich; Kontakt nur mit Zustimmung. Vorher Boden, Fläche und Abstand prüfen.

BEWEGUNGSSPIELE FÜR KLEINE RÄUME | KARTE 06



Klein und groß

Eine Geste in zwei Größen zeigen.

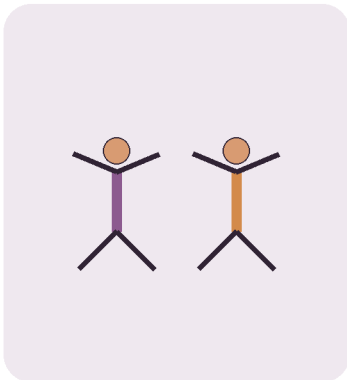
Kleinere Variante

Fingerbewegung wählen.

Ruhigere Variante, Beobachten oder Kartenwahl sind möglich. Niemand scheidet aus.

Kein Vergleich; Kontakt nur mit Zustimmung. Vorher Boden, Fläche und Abstand prüfen.

BEWEGUNGSSPIELE FÜR KLEINE RÄUME | KARTE 07



Rhythmus am Platz

Auf Knie, Hände oder Tischkante tippen.

Kleinere Variante

Nur zuhören.

Ruhigere Variante, Beobachten oder Kartenwahl sind möglich. Niemand scheidet aus.

Kein Vergleich; Kontakt nur mit Zustimmung. Vorher Boden, Fläche und Abstand prüfen.

BEWEGUNGSSPIELE FÜR KLEINE RÄUME | KARTE 08



Pausezeichen

Ein persönliches Zeichen für Pause vereinbaren.

Kleinere Variante

Karte zeigen lassen.

Ruhigere Variante, Beobachten oder Kartenwahl sind möglich. Niemand scheidet aus.

Kein Vergleich; Kontakt nur mit Zustimmung. Vorher Boden, Fläche und Abstand prüfen.

Kurz anleiten, offen begleiten

Eine Karte wählen, gemeinsam ausprobieren und passend verändern.

Raum und Material vorbereiten

Freie Fläche, sicheren Boden und Abstand prüfen. Stolperstellen entfernen. Nur geeignete Materialien verwenden; örtliche Regeln und Gruppensituation beachten.

Bewegung kurz zeigen

Eine Karte auswählen und den Auftrag langsam vormachen. Zuerst ohne Zeitdruck ausprobieren. Kinder dürfen beobachten, im Sitzen mitmachen oder eine kleinere Bewegung wählen.

Teilnahme bleibt freiwillig

Kein Ausscheiden, kein Vergleich und keine Mutprobe. Körperkontakt nur mit Zustimmung. Ein vereinbartes Stopp-Zeichen, Pausen und Abstand ermöglichen.

Anpassen und abschließen

Weniger Schritte, kürzere Wege oder ruhige Varianten anbieten. Ein Ende ankündigen, auf Befinden achten und die Fläche gemeinsam aufräumen.

Druck: A4 bei 100 %. Karten nach Bedarf ausschneiden. Vor dem Einsatz Lesbarkeit, Ränder und Stabilität am eigenen Ausdruck prüfen. Das Material ersetzt keine Aufsicht oder individuelle Anpassung.

Kurzcheck für Bewegungsspiele

Sieben verbindliche Punkte vor und während jeder Bewegungsrunde. Die Kästchen dienen der kurzen Vorbereitung im Team.



Keine Ausscheidung

Ausscheidungsspiele werden nicht verwendet. Ein Fehler oder ein vorzeitiges Ende führt nicht dazu, dass ein Kind die Gruppe verlassen muss.



Keine öffentliche Verliererrolle

Punkte, letzter Platz oder vermeintliche Fehler werden nicht vor der Gruppe hervorgehoben. Eine Runde endet gemeinsam und ohne Verliererrolle.



Ruhigere Alternative

Zu jeder Bewegung gibt es eine ruhigere, kleinere oder sitzende Variante, die gleichwertig gewählt werden kann.



Andere Beteiligungsform

Wer die Bewegung nicht ausführen möchte, kann beobachten, eine Karte auswählen oder ein vereinbartes Signal geben.



Kontakt nur mit Zustimmung

Körperkontakt wird vor jeder entsprechenden Aufgabe angekündigt und nur mit Zustimmung des Kindes begonnen. Eine kontaktfreie Variante bleibt möglich.



Kein Tempo- oder Leistungsvergleich

Geschwindigkeit, Wiederholungszahl und Bewegungsweite werden nicht zwischen Kindern verglichen; es gibt keine Rangliste oder Zeitmessung.



Fläche und Boden prüfen

Vor jeder Runde werden Boden, freie Wege, Abstände, Begrenzung und eingesetztes Material neu geprüft.

Bei Schmerz, Schwindel oder Unsicherheit sofort stoppen. Die Checkliste ersetzt weder Aufsicht noch die individuelle Einschätzung der pädagogischen Fachkraft.