

## Aufwärmspiele

### **Eine Bewegung, ein Geräusch**

Alle stellen sich im Kreis auf. Ein Kind macht eine Bewegung und ein Geräusch und alle anderen machen es gleichzeitig nach. Dann ist der Nachbar des Kindes an der Reihe, usw.

Wichtig bei diesem Spiel ist, nicht nachzudenken, sondern das erste machen, was einem in den Sinn kommt. Man macht mehrere Runden bis das Spiel schneller wird das Spiel nicht mehr stockt, weil jemand nachdenkt.

Wie ihr bei den Puppen seht, macht es nichts aus, wenn ein Kind ÄH, oder Ich weiß nicht sagt, dann macht mal halt das nach.

### **Varianten:**

Tiergeräusche

Kleine Melodie

Kleinen Rhythmus klatschen

### **Gehen durch den Raum**

Die Spieler bewegen sich durch den Raum und versuchen die Anweisungen des Spielleiters möglichst genau zu befolgen.

Geht schnell, langsam, Zeitlupe, vorwärts, rückwärts

Ihr seid: ganz klein, ganz groß, ganz dünn, ganz dick, ganz leise und vorsichtig, mit viel Gepolter und Getöse, schwebt durch den Raum, Roboter, Wiese, Blumen pflücken, mit bloßen Füßen am Strand entlang gehen, durch den Fluß, immer tiefer, Sturm, Strömung, gebt jedem die Hand, nennt Vornamen, linke Hand, beide Hände.

Begrüßung per Handschlag, Kopfnicken, Handkuss,

In der Lotterie gewonnen, schüchtern, gehemmt sein, sich fühlen wie Wackelpudding, schweren Koffer tragen, Stapel Porzellan tragen – und was euch sonst noch alles so einfällt.

### **Spannung Entspannung**

Alle stehen – Arme gegen die Decke strecken, den ganzen Körper anspannen, allmählich die Spannung aus dem Körper lassen, von oben nach unten, mit den Fingerspitzen beginnen, bis man völlig entspannt in der Hocke auf dem Boden sitzt. Mehrmals

Genaueres Hinhören – schnelles Reagieren.

Alle gehen durch den Raum. Was der Gong mit der jeweiligen Schlagzahl bedeutet, wird vorgegeben.

1xGong hüpfen

2xGong drehen

3x Gong steifes Gehen

1xGong rückwärtsgehen

2x Gong auf den Zehenspitzen schleichen

3xGong ein schweres Fass rollen