

LACHEN
LEBEN
LERNEN

seit 1959

BACKWINKEL

www.backwinkel.de

Christine Hagemann
Alexandra Trapp

Ideenheft Bewegung



Muntermacher

Vorwort

Noch ein Ideenratgeber zur Bewegung? Ja, denn dieser lässt bewusst **Platz für Ihre eigenen Anregungen, Erfahrungen und Ideen**. Das ist bereits ein Grund, warum wir finden, dass Sie ihn haben sollten. Unser kleiner Bewegungsratgeber bietet Ihnen, neben einigen hilfreichen Hintergrundinformationen, einfach umzusetzende Spiele für verschiedene Gelegenheiten. Auch das Format wurde bewusst anwenderfreundlich ausgewählt.

Der theoretische Teil ist in 6 Abschnitte gegliedert, die erklären, warum Bewegung so wichtig ist. Das folgende Schaubild verdeutlicht, was regelmäßige Bewegungsangebote unserer Meinung nach erreichen:



Neben dem **Theorieteil** finden Sie **24 praktische Spielvorschläge**, die Kinder zur Bewegung anregen. Unter jedem Spielvorschlag haben Sie Platz, um selbst tätig zu werden, indem Sie Ihre eigene Bewertung abgeben. Insgesamt 5 Sterne können Sie vergeben. So wissen Sie auch nach längerer Zeit noch, wie das Spiel bei Ihren Kindern angekommen ist und wie es geklappt hat. Auf einen Blick sehen Sie Ihre Favoriten. Wenn Sie das Heft an Ihre Kollegen weitergeben, können diese von Ihren Einträgen profitieren und sparen kostbare Zeit.

Die angegebenen Bewegungsspiele sind in erster Linie **für Kinder im Grundschulalter** gedacht, sind aber durchaus – je nach Spiel – sowohl für jüngere, als auch für ältere Kinder geeignet.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Stöbern, Entdecken, Ausprobieren sowie Verändern der Bewegungsspiele und viel Freude beim „Muntermachen“ Ihrer Kinder.

Christine Hagemann und Alexandra Trapp

**Alles Leben ist Bewegung,
Bewegung ist Leben.**

Leonardo da Vinci

Inhalt

Vorwort	2
Inhalt	4
Theorie:	
Kinder haben ein natürliches Bewegungsbedürfnis	6
Bewegung findet im Kopf statt	6
Für mehr Lernerfolg – einfach mal abschalten!	8
Das beste Rezept für entspanntes Lernen ist die aktive Pause	9
Spaß und Freude an Bewegung – draußen und drinnen	10
Tipps für erfolgreiche Bewegungspausen	11
Praxis:	
24 tolle Spiele für draußen und drinnen	12
Spiele für die große Pause	12
Spiele für die Regenpause	12
Spiele für die Bewegungspause im Unterricht	12
Spiele für den Sportunterricht	13
Spiele zum Kennenlernen	14
Spiele für die Klassenfahrt	14
Spiele für die Betreuung	15
Spiele für Schulfeste	15
Spielvorschläge:	
1. Balance im Labyrinth	16
2. Slalom-Ball	17
3. Fitnessstudio im Klassenraum	18
4. Bewegung mit Rhythmusbegleitung	18
5. Manege frei!	19
6. Ufo-Alarm	21
7. Hüpfspiel Himmel und Hölle	22
8. Reise mit der Eisenbahn	23
9. Lebende Bilder	24
10. Urwald-Tausendfüßler	24
11. Weitflugwettbewerb	25

12. Verrate mir deinen Namen	26
13. Raupenpost	26
14. Rockband mit Luftgitarren	27
15. Reitturnier	28
16. Die Bienen sind ausgeflogen	29
17. Zwilling-Fußball	30
18. Storch im Salat	31
19. Bärenstarke Posen	31
20. Let's twist again!	32
21. Sommer-Ski	33
22. Olympischer 7-Kampf	34
23. Zirkus-Seiltänzer	36
24. Verdrehter Kreislauf	36
BACKWINKEL Pausen-Sets	37
Quellen, Lektüretipps und Bezugsadresse	42
Impressum	43

Kinder haben ein natürliches Bewegungsbedürfnis

Ausprobieren, Entdecken, Begreifen – alles Lernen findet bei Kindern in den ersten Lebensjahren über Bewegung statt. Das hört mit dem Schulalter nicht auf, auch wenn der Schulalltag neue Anforderungen an das Lernverhalten der Schüler stellt. Wenn Kinder nur sitzen, baut sich ihr natürliches Bewegungsbedürfnis irgendwann ab. Dabei leidet nicht nur die körperliche, son-

dern auch die geistige Leistungsfähigkeit. **Aktive Kinder konzentrieren sich besser.** Studien mit Grundschulkindern haben gezeigt, dass schon 15 Minuten sportliche Betätigung am Tag die schulischen Ergebnisse nachhaltig positiv beeinflussen. Besonders vorteilhaft für die Leistungsfähigkeit im Unterricht ist dabei die **aktive Pause**.

Bewegung findet im Kopf statt



Der Zusammenhang von Bewegung und kognitivem Lernen ist in wissenschaftlichen Studien eingehend untersucht worden. Die moderne Hirnforschung zeigt, dass es durch Bewegung ebenso wie durch Bewegungsmangel zu strukturellen Veränderungen an der Hirnmasse kommt. Bei natürlichem Bewegungsverhalten wird unser gesamtes Gehirn optimal mit Sauerstoff versorgt und **es werden sogar neue Nervenzellen gebildet.** An komplexen Bewegungsabläufen sind immer mehrere Hirn-

areale aktiv beteiligt. Für Bewegung benutzen wir den motorischen Kortex, der zentral im Gehirn liegt. Beim Koordinieren von Bewegung trainieren wir gleichzeitig den präfrontalen Kortex, der in unserem Stirnhirn auch fürs Lernen und das Gedächtnis zuständig ist. Jede Bewegung bedeutet eine riesige Rechenleistung für unser Gehirn, auch wenn wir nicht bewusst darüber nachdenken. Bevor der Nervenimpuls an die Muskeln weitergegeben wird, hat das Gehirn die Bewegung schon vorausgedacht. So wird unser Gehirn ständig angeregt. Dies ist besonders bedeutend für Kinder in der Entwicklung. Spielend werden im Gehirn neue Verknüp-

fungen gebildet. Wer neue Bewegungsmuster ausführt, schult dabei seine Konzentrationsfähigkeit also auch für alle anderen Lebensbereiche. Die Ergebnisse neuerer Studien¹ zeigen, dass sich nach sportlicher Betätigung spezifische Veränderungen im Gehirn ergeben, die in enger Wechselwirkung zur kognitiven Leistungsfähigkeit in der Schule stehen. Körperliche Fitness unterstützt die geistige Wachheit. Auch auf die Sprachentwicklung wirkt sich Bewegung deutlich positiv aus.

¹ Josie Booth, University of Dundee, 1992/
Stefan Schneider, Sporthochschule Köln, 2010



Für mehr Lernerfolg – einfach mal abschalten!

Denken verbraucht eine Menge Energie. Für die kognitive Lernleistung sind vor allem Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnis gefragt. Wer lange konzentriert arbeitet und sich viel merken muss, stellt fest: Irgendwann ist im Gehirn der Arbeitsspeicher voll, es kommt zu einem Memory Overflow. Nicht selten treten dann Kopfschmerzen auf, wir können uns einfach nicht mehr konzentrieren. Kinder reagieren dann häufig mit Lustlosigkeit oder auch mit verstärkter Zappeligkeit. **Bewegung und Sport schaffen den idealen Ausgleich.** Bei intensiver körperlicher Aktivität wird so viel Energie im motorischen Hirnareal benötigt, dass das kognitive Denken Pause machen muss. Wer sich intensiv sportlich betätigt, kann nicht gleichzeitig schwierige Aufgaben lösen. Beim Sport bekommen wir den Kopf frei und schalten ab – im wahrsten Sinne des Wortes. Die kognitive Leistungsfähigkeit wird durch solche Unterbrechungen insgesamt nachweislich erhöht.² Dies lässt sich auch durch empirische Studien mit Schülern



belegen. Schon kurze Phasen von 10 Minuten intensiver Bewegung mitten im Schultag wirken sich positiv auf die schulische Leistung der Kinder aus.

² Die Theorie der transienten Hypofrontalität wurde Anfang der 2000er-Jahre von Arne Dietrich (American University of Beirut) entwickelt und ist inzwischen mit empirischen Daten unterlegt.

Das beste Rezept für entspanntes Lernen ist die aktive Pause

Die belebenden und motivierenden Effekte der aktiven Pause werden heute schon in vielen Businessunternehmen mit Erfolg genutzt. Im Schulalltag möchten Kinder sich nach längerem Stillsitzen einfach mal austoben. Dass sie dabei nicht nur körperlich, sondern auch geistig fitter werden, kommt ihnen in allen Lebensbereichen zugute. Sinnvoll zusammengestellte Pausenkisten helfen dabei, die Kinder frei zu vielseitigen Bewegungsspielen anzuregen. Kinder sind gern in Bewegung, das erleben wir jeden Tag. Kurze Pausen mit

körperlicher Aktivität machen Kindern Spaß und sind darüber hinaus auch aus pädagogischer Sicht äußerst hilfreich. Bewegung, Wahrnehmung, Spiel und selbsttätiges, entdeckendes Lernen sind zentrale Bestandteile psychomotorischer Pädagogik. Vielfältige Bewegungs- und Sinnesanregungen unterstützen die Kinder in ihrer gesamten Entwicklung. Aktive Kinder trauen sich selbst mehr zu und können besser mit Stress umgehen.

Das wirkt sich auch im Unterricht positiv aus. Viele Pausenspiele lassen sich prima zu mehreren spielen, das fördert das Sozialverhalten und das Gemeinschaftsgefühl. Kinder, die mit Freude an Bewegung die aktive Pause genießen, nehmen anschließend frischer und motivierter am Unterricht teil. Das gesamte Schulleben profitiert davon, dass Bewegung im Schulalltag, spielerisch und einfach mal zwischendurch, das emotionale Wohlbefinden und die kognitive Leistungsfähigkeit der Kinder positiv beeinflusst.



Spaß und Freude an Bewegung – draußen und drinnen

Die Pause auf dem Schulhof ist die ideale Gelegenheit zum Austoben. Vielseitige Spiel- und Sportgeräte laden dabei zu abwechslungsreichen Bewegungsaktivitäten ein. Am besten ist es, wenn alle Kinder mitmachen. Die Spielmaterialien sollten möglichst selbsterklärend sein. Besonders geeignet sind



Spiele, bei denen die Kinder mit anderen zusammen aktiv sind. Das fördert das Sozialverhalten, löst Spannungen und tut der Gemeinschaft gut. Stellen Sie Spiel- und Sportgeräte zur Verfügung, die Lust am Ausprobieren machen. So können die Kinder selbst entdecken, was in ihnen steckt. Beim Trainieren des Lieblingsspiels stellen sich sicher schnell Erfolgserlebnisse ein. Das schafft Selbstvertrauen und stärkt das Selbstwertgefühl. Die Bewegungspause im Klassenzimmer gibt neuen Schwung. Wenn Kinder während des Unterrichts körperlich Bewegungsdrang signalisieren, hilft eine spontane Bewegungszeit zur Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit. Die kurzzeitige Unterbrechung belebt Ihren Unterricht, denn danach sind Ihre Schüler wieder wacher, lernbereiter und aufnahmefähiger. Ist der Unterrichtsstoff für die Kinder kognitiv anspruchsvoll, lässt sich eine Bewegungspause bereits prima bei der Unterrichtsvorbereitung einplanen.



Tipps für erfolgreiche Bewegungspausen

Das Wichtigste ist: Bewegungspausen sollen allen Spaß machen. Der Unterrichtsstoff kann thematisch einbezogen werden, doch grundsätzlich sollten Bewegungspausen vom Unterricht losgelöst sein. Der zeitliche Umfang richtet sich nach Ihren Zielen, ideal sind etwa 3 bis 15 Minuten. Am besten eignen sich Aufgaben und Spiele, die Körperkoordination, Gleichgewicht und Wahrnehmung schulen.

Gymnastische Übungen aktivieren den Kreislauf und wirken sich

positiv auf die Lernbereitschaft Ihrer Schüler aus. Bei kleinen sportlichen Wettbewerben ist die ganze Gruppe beteiligt. Beispiele für Bewegungsspiele sind Stopp- und Reaktionsspiele, Tanzspiele, Zieh- und Schiebespiele, Balancier- und Laufspiele. Setzen Sie dazu Materialien ein, die schnell griffbereit und einfach zu handhaben sind.

24 tolle Spiele

für draußen und drinnen



Spiele für die große Pause

Auf dem Schulhof ist in der großen Pause immer was los. Als Ausgleich zum Sitzen ist viel Bewegung an der frischen Luft ideal. Die Kinder dürfen ihren Bewegungsdrang frei ausleben. Schnell ist die Spiele-Kiste zur Stelle! Bewegungsspiele, bei denen mehrere Kinder zusammen aktiv sind, eignen sich bestens für die große Pause. Sehen Sie sich dazu die Spiele 6 und 15 an.

Spiele für die Regenpause

Nicht immer spielt das Wetter mit. Wenn die große Pause mal drinnen stattfinden muss, sind

interessante Spiele gefragt, die auch auf weniger Raum viel Bewegungsspaß bieten. Mit dem Spiel 14 bringen Sie fröhliche Abwechslung in die Regenpause.

Spiele für die Bewegungspause im Unterricht

Wenn Sie bemerken, dass die Konzentration Ihrer Schüler nachlässt, Unruhe sich breit macht und die Geräuschkulisse, trotz Ermahnungen, ansteigt, dann ist es Zeit für eine kleine Bewegungspause. Dazu ist es nicht immer nötig den Klassenraum zu verlassen, denn Bewegung kann auch durchaus dort stattfinden.

Bereits 5 Minuten reichen häufig schon aus, um Ihre Schüler mit dem richtigen Bewegungsangebot wieder fit und aufnahmefähiger für den Unterricht zu machen. Fitnessstudio im Klassenraum (Spiel-Nr. 3) ist ein Spiel, mit dem Sie Ihre Schüler im Handumdrehen wieder „muntermachen“.



Spiele für den Sportunterricht

Diese Spiele sollen in den Sportunterricht integriert werden. Zu Beginn der Stunde eignen sie sich zum Aufwärmen und schaffen gleichzeitig eine lockere Atmosphäre. Wichtig ist, dass diese Bewegungsspiele auch wirklich die ganze Klasse miteinbeziehen. Damit Sie sich leicht Gehör verschaffen und Ihre Anweisungen besser befolgt werden, empfehlen wir den Einsatz einer Triller- oder Handpfeife. In der Regel findet der Sportunterricht in der Turnhalle statt. Genauso gut ist es möglich, viele Bewegungsangebote im Freien auf dem Schulhof oder dem Sportplatz durchzuführen.

Geeignete Spiele sind unter anderem Spiel-Nr. 1, 16 und 17.

Spiele zum Kennenlernen

Wie der Name schon sagt, geht es bei diesen Spielen darum, sich gegenseitig kennenzulernen. Etwa zu Beginn der 1. Klasse in der Anfangsphase, damit man seine Mitschüler auch beim Namen nennen kann. Aber auch zum Vertiefen von Kontakten sind diese Spiele ein willkommenes Hilfsmittel, um beispielsweise die Klassengemeinschaft zu stärken.

Sicherlich gibt es viele Arten von Kennenlernspielen, zahlreiche auch ganz ruhiger Art. Aber insbesondere Kennenlernspiele in Verbindung mit Bewegung lockern die Atmosphäre auf und lösen die Anspannung. Außerdem sorgen sie für Abwechslung und machen zudem Spaß. Gelerntes, in diesem Fall die Namen und besondere Eigenschaften, bleiben besser im Gedächtnis verankert. Spiele, die sich ideal zum (besseren) Kennenlernen eignen, sind Nr. 12 und 24.

Spiele für die Klassenfahrt

Klassenfahrten unterliegen in der Regel einer ganz besonderen Atmosphäre, die man nutzen sollte, um das soziale Miteinander zu stärken. Zwischen den



verschiedenen Programmpunkten sollte immer Zeit für Bewegungspausen eingeplant werden: teils von Ihren Schülern selbstbestimmt, teils vom Lehrer oder einer Betreuungsperson angeleitet. Fungieren Erwachsene als Spielleiter, sollten diese möglichst unauffällig aus dem Hintergrund anleiten und nur einschreiten, wenn es nötig ist. Besonders Wettkampfs Spiele – in zwei Gruppen gespielt – haben einen hohen Motivationsfaktor, beziehen alle Kinder mit ein und fördern den Teamgeist. Ein Spiel, das sich dazu bestens eignet, ist Slalom-Ball mit der Nr. 2.

Spiele für die Betreuung

Die Betreuungsphase bietet viele Gelegenheiten für abwechslungsreiche Spiele, bei denen die motorischen Fähigkeiten der Kinder trainiert und alle Sinne angeregt werden. Gemeinsame Bewegungsspiele fördern die Kooperation und verbessern das soziale Miteinander auch in heterogenen Gruppen. Zudem trägt spielerische Bewegung auch zur Sprachförderung bei.



Für freies Spielen sind selbsterklärende Spielgeräte ideal, mit denen Sie leicht die ganze Gruppe beschäftigen. Bewegungsspiele, die sicher schnell zu Favoriten werden, sind Nr. 5 und 7.

Spiele für Schulfeste

Lustige Spiele, bei denen viele Kinder und auch Erwachsene teilnehmen können, beleben jedes Schulfest. Besonders beliebt sind Bewegungsspiele, bei denen um die Wette gespielt wird und dem Sieger zur Belohnung ein Preis winkt! Höhepunkte eines gelungenen Schulfests sind Auführungen mit Tanz und spielerischer Artistik. Besondere Spiele für besondere Tage sind Nr. 21 und 22.

Spielvorschläge

1. Balance im Labyrinth

Springseile oder ein Tau werden kurvig als Labyrinth auf den Boden gelegt. Auf dieser Springseilstrecke balancieren die Kinder dann. Diese einfache Übung trainiert den Gleichgewichtssinn und das Körpergefühl.

Etwas mehr Tempo kommt hinein, wenn zwei oder mehrere Labyrinth um die Wette durchquert werden. Schwieriger wird es, wenn Sie das Kommando zum Rückwärtslaufen geben.

Da zum freien Bewegen und zum Auslegen der Seile möglichst viel

Platz benötigt wird, spielen Sie am besten auf dem Schulhof oder der Turnhalle.

Führen Sie dieses Bewegungsspiel in der Turnhalle durch, empfehlen wir das Labyrinth barfuß zu durchqueren. So wird der Seil-Parcours bewusster und intensiver wahrgenommen. Mit den Füßen zu fühlen ist für viele Kinder ein echtes Erlebnis.

Materialvorschlag:
Springseile oder Tau



Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

2. Slalom-Ball

Gespielt wird in zwei gleich großen und heterogenen Gruppen. Die Kinder stellen sich hintereinander auf und los geht's: Der Erste jeder Gruppe erhält einen Ball, dieser muss so schnell wie möglich durch einen zuvor gesteckten Hindernisparcours geführt werden. Im Slalom geht es um die Barrieren.



Als Hindernisse eignen sich hervorragend Markierungskegel (Spielhütchen), ideal sind etwa 3 – 5. Am letzten Hindernis angelangt, geht der Weg zurück zur Gruppe. Dort übergibt er dem Nächsten in der Reihe den Ball. Die Gruppe, die als erste einmal komplett den Slalomparcours durchlaufen hat, hat gewonnen.

Der Spielleiter, idealerweise der Lehrer bzw. die Betreuungsperson, gibt die Anweisungen, wie der Ball zu führen ist.

Dazu einige Vorschläge:

- den Ball während des Slalomlaufes prellen
- den Ball mit den Händen rollen
- den Ball mit kleinen Pässen am Fuß führen
- den Ball unter den Arm klemmen und hüpfen

Materialvorschlag:

2 Bälle und 6 – 10 Hindernisse
(z. B. Spielhütchen)

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

3. Fitnessstudio im Klassenraum

Gummitwist und Springseile sind prima Sportgeräte zum Ziehen und Dehnen für Gymnastik- und Fitnessübungen. Hierbei kommt es weniger auf Kraft als auf die Wiederholung der Bewegung an. 5 – 10 Wiederholungen einer Übung reichen schon aus, um wieder dem Unterrichtsgeschehen aufmerksam zu folgen. Sicherlich finden Ihre Schüler in der Pausenkiste noch weitere Spielmaterialien, die sie inspirieren, diese zu Fitnessgeräten umzufunktionieren. So werden unter Umständen Topfstelzen zu Hanteln, der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.



Materialvorschlag:
Springseile, Gummitwist,
Topfstelzen, ...

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

4. Bewegung mit Rhythmusbegleitung

Die Kinder funktionieren Spielgeräte wie Topfstelzen, Jonglierteller, Wurfscheiben oder Bälle zu Rhythmusinstrumenten um und bilden ein Orchester. Den Rhythmus, den die neuen Instrumente nun spielen sollen, gibt der Spielleiter vor. Das

Besondere an diesem Orchester ist, dass Bewegung beim Spiel durchaus erwünscht ist.

Materialvorschlag:
Topfstelzen, Jonglierteller, Wurfscheiben, Bälle, ...

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

5. Manege frei!

Kinder lieben es, Zirkus zu spielen. Sie müssen gar nicht viel tun, damit Ihre Schützlinge aktiv werden. Im Grunde stellen Sie den Kindern nur die Materialien zur Verfügung. Packen Sie eine Box oder Tasche mit typischen Zirkusutensilien wie Jongliertücher, -bälle, -teller, -ringe und Diabolos. Im Handumdrehen werden die Kinder zu kleinen Artisten. Nach Bedarf geben Sie Tipps oder leisten Hilfestellung.



Jongliertücher:

Ideal sind zunächst 2 Tücher, um erste Jonglierversuche zu unternehmen, denn sie schweben und lassen Zeit zum Fangen. Danach wird mit 3 Tüchern jongliert. Auch zu zweit möglich: Das Paar wirft sich abwechselnd 2 – 3 Jongliertücher zu.



Jonglierbälle:

Für den Einstieg eignen sich etwa 6 cm große, griffige, weiche Bälle mit Granulatfüllung. Zunächst wird mit 2 Bällen geübt, später mit 3. Auch zu zweit macht das Jonglieren mit Bällen Spaß.





Jonglierringe:

Die Ringe bieten viele Möglichkeiten: hochwerfen und auffangen, zunächst mit 2 Ringen, später mit 3. Zu zweit werfen sich die Bewegungskünstler die Ringe entgegen und versuchen diese zum Beispiel mit den Armen aufzufangen. Spektakulär wird es, wenn die Ringe über dem Kopf gefangen werden.

Jonglierteller:

Auch als Chinateller bekannt. Klappt das Tellerjonglieren im Stehen, versuchen die kleinen Artisten mit dem rotierenden Teller in die Hocke zu gehen oder sich sogar auf den Rücken zu legen. Wer es schafft, versucht sein Jonglierglück mit 2 oder sogar 3 Kunststofftellern.



Diabolos:

Die Doppel-Kugelhalbschalen werden mit der Schnur zwischen den Stäben bewegt. Schnell werden Figuren und Würfe geübt.

Spielen Ihre Schüler regelmäßig mit den Zirkusutensilien, dann schlagen Sie ihnen doch vor, am Ende der Woche, eine Zirkusvorstellung vorzuführen. So wird das Gelernte und mühevoll Erprobte gewürdigt. Und manchmal lernen Sie das ein oder andere Kind mit ganz anderen Augen kennen.

Materialvorschlag:

Jonglierbälle, -ringe, -teller, -tücher und Diabolos

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

6. Ufo-Alarm

Zu Beginn finden sich immer 5–7 Kinder zu einer Gruppe „Außerirdischer“ zusammen und stellen sich im Abstand von etwa 3–4 m im

Kreis auf. Geschickt versuchen sie ihr Ufo, eine Soft-Wurfscheibe, immer abwechselnd im Kreis oder Zickzack zu manövrieren.

Wir empfehlen den Einsatz von Soft-Wurfscheiben, das bannet die Verletzungsgefahr und nimmt zurückhaltenden Kindern die Angst vor harten Wurfscheiben. Klappt das Zuspiel der „Ufos“ schon ganz gut, wird der Schwierigkeitsgrad erhöht. Ein „Außerirdischer“ geht in die Mitte des Kreises und versucht das flache Flugobjekt abzufangen. Gelingt ihm das, geht der Fänger in den Kreis zurück und der Werfer wandert nun die Mitte. Spielerisch werden so gezieltes Werfen und Fangen geübt.

Materialvorschlag:
Soft-Wurfscheibe(n)



Meine persönliche Bewertung:





7. Hüpfspiel Himmel und Hölle

Die meisten Schulhöfe sind asphaltiert, zumindest zum Teil. Deshalb bietet sich der Einsatz von Straßenmalkreide bestens an. Gehen Sie mit Ihren Schülern auf den Schulhof und erteilen Sie den Auftrag, ein Himmel-und-Hölle-Spielfeld mit den Zahlen von 1 – 10 mit Malkreiden aufzuzeichnen. Erklären Sie das Spiel bei Bedarf. Zur Gestaltung eines Spielfeldes finden sich am besten immer 3–4 Kinder zusammen. Was das Aussehen der Hüpfkästchen anbelangt, sind der Fantasie der Kinder keine Grenzen gesetzt. Ist das Aufmalen vollbracht und hat jedes Kind einen Stein als Wurfmittel, geht das Spiel los. Zunächst wird der Stein in das Feld mit der Nr. 1 geworfen.



Trifft der Werfer das Feld, darf er direkt loshüpfen. Das Feld, in dem sich der Stein befindet, muss grundsätzlich übersprungen werden. So wird von Feld zu Feld gehüpft, ohne die Linien zu berühren. Und das alles nur auf einem Bein. Oben auf Nr. 10 angekommen, geht der Weg zurück. Auf dem Rückweg wird auch der Spielstein wieder eingesammelt. Jetzt ist der nächste Spieler an der Reihe. Beginnt die nächste Runde, wird der Stein in das Feld Nr. 2 ge-

worfen, danach in die 3, ... bis zur 10. Gelingt es dem Kind nicht fehlerfrei eine Runde zu springen, dann muss diese Nr. in der nächsten Runde noch einmal wiederholt werden. Gewonnen hat, wer als erster Spieler alle 10 Felder – ohne Fehler – durch-

hüpft hat. In den Pausen freuen sich auch andere Kinder über das gemalte Spielvergnügen – bis der nächste Regen einsetzt.

Materialvorschlag:
Straßenmalkreide und (Spiel-)Steine

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



8. Reise mit der Eisenbahn

Springseile verschiedener Längen werden zu einer möglichst kurvigen, langen Strecke gelegt. Die Kinder bilden einen Zug, indem jedes Kind die Schultern des vorderen fasst. Dann geht die Fahrt los, immer der Strecke nach. Dabei fährt der Zug als Bummelzug ganz langsam und als Eilzug mal ganz schnell. In den

Kurven müssen sich alle schräg legen. In einem fiktiven Zielbahnhof bleibt der ganze Zug stehen und löst sich wieder auf. Auch mit Musik macht die Reise mit der Eisenbahn viel Spaß.

Materialvorschlag:
Springseile verschiedener Längen

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

9. Lebende Bilder

Die Kinder bewegen sich pantomimisch mit Spielgeräten zu zweit oder in kleinen Gruppen, beispielsweise wie beim Tauziehen mit Springseilen, beim Tanz mit Bällen und Ringen, beim simulierten Badmintonspiel. Dann machen Sie ein „Foto“ und bei „klick“ bleiben augenblicklich alle wie erstarrt in ihrer jeweiligen Pose stehen. Wer sich als letzter noch bewegt, der scheidet aus. Die ausgeschiedenen Kinder helfen nun dem Spielleiter genau zu schauen, wer sich in jeder Runde als letzter bewegt. Es wird solange gespielt, bis nur noch ein Kind übrig bleibt.

Materialvorschlag:

Springseile, Bälle, Schläger, ...



Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

10. Urwald-Tausendfüßler

Alle Kinder fassen dicht hintereinander ein langes Seil an und werden so zum Urwald-Tausendfüßler. Dann windet er sich durch den Urwald, der sich auf dem Schulhof, der Turnhalle oder dem Klassenzimmer befinden kann. Überwindet der Tausendfüßler

Hindernisse wie Spielgeräte oder Tische, Stühle ...? Zum Schluss rollt er sich als Spirale zusammen. Ein tolles, schnell durchzuführendes Teamspiel.

Materialvorschlag:

langes Seil

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Welches Fluggerät fliegt am weitesten? Zum Einsatz kommt alles, was (weit) fliegen kann. Hier gewinnt derjenige, der die richtige Technik und die nötige Wurfkraft für sein Wurfgerät mitbringt. Als Wurfgeräte stehen den Kindern Bälle unterschiedlicher Größe und Gewicht, Wurfscheiben und -federn zur Verfügung. Aus der Alles-was-weit-fliegen-kann-Sammlung sucht sich jedes Kind ein Fluggerät aus und stellt sich hinter eine zuvor gezogene Linie. Die Kinder werfen der Reihe nach so weit wie sie können. Jedes Kind hat 3 Versuche und der weiteste Wurf wird mit Kreide oder einem Stock,



Derjenige, der am Ende den weitesten Wurf geschafft hat, hat gewonnen. Ein tolles Spiel für den Schulhof.

Beim Zielwerfen kommt es nicht darauf an weit zu werfen, sondern möglichst zielgenau. Dazu malen Sie einfach mit Kreide eine riesige Zielscheibe auf den Boden. Gewonnen hat hier das Kind, das die Mitte der Zielscheibe trifft.

Materialvorschlag:
verschiedene Bälle, Wurf-
scheiben, Wurffedern und
Straßenmalkreide oder mit
Namen versehene Stöcke zur
Markierung



Meine persönliche Bewertung: ★ ★ ★ ★ ★

12. Verrate mir deinen Namen

Trifft eine Gruppe von Kindern neu zusammen, ist es zunächst einmal sinnvoll, sich spielerisch kennenzulernen. Gekoppelt mit etwas Bewegung geht es gleich noch einfacher und die anfängliche Scheu wird genommen. Eine Gruppe von mindestens 10 Kindern stellt sich im Abstand von ca. 2 m im Kreis auf. Der Spielleiter stellt sich als erstes vor und wirft einen Softball zu einem Kind und sagt: „Verrate mir deinen Namen.“ Der Fänger nennt seinen Namen und wirft wiederum zu einem anderen Mitspieler, der nun seinen Namen preisgibt. Nach und nach werden so alle Kinder angespielt, wobei sich die Namen ein-

prägen. Damit nicht immer dieselben angespielt werden und wirklich alle einmal drankommen, greift der Spielleiter unterstützend ein. Dazu erteilt er Anweisungen wie:

- wirf den Ball zu einem Mädchen/Jungen
- wirf den Ball zu einem Kind mit blonden Haaren
- wirf den Ball zu einem Kind mit einem gestreiften Pulli

Sind die Namen einigermaßen bekannt, ändert man die Regeln, indem jetzt der Fänger den Namen des Werfers nennen muss.

Materialvorschlag:
(Soft-)Ball

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

13. Raupenpost

Die Kinder stellen sich hintereinander in einer Reihe auf. Vorne wird dem ersten Kind ein Ball gegeben, den es mit nach oben gestreckten Armen nach hinten weitergibt, ohne sich umzudrehen. Der Ball wandert weiter von Kind zu Kind, dabei darf er den Boden nicht berühren! Das Tempo wird schneller, wenn nacheinander mehrere Bälle, Schaumstoff-

würfel oder Jonglierteller ins Spiel kommen. Zur Abwechslung können Ball und Co. auch zwischen den Beinen der Kinder durchgereicht werden.

Materialvorschlag:
Bälle, ggf. Schaumstoffwürfel und Jonglierteller

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



14. Rockband mit Luftgitarren

Eine Rockband, die nur auf Luftgitarren spielt! Wer spielt am coolsten? Dabei ist durchaus Einfallsreichtum gefragt, denn Sportgeräte wie Badmintonschläger oder Ähnliches dürfen auch als Luftgitarren fungieren. Natürlich können Ihre Schüler auf diese Hilfsmittel verzichten und frei-

händig spielen. Ein kurzes, effektives Bewegungsangebot, das sowohl in kleinen als auch in großen Gruppen gespielt werden kann.

Materialvorschlag:
Badmintonschläger

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



15. Reitturnier

Der „Reiter“ führt sein „Pferd“ durch einen Parcours. Dabei müssen Hindernisse übersprungen oder umlaufen werden. Pferdchengeschirre sind hierbei ideal, aber auch Springseile oder Stäbe und Reifen, die von beiden Kindern gefasst werden, eignen sich zum Führen der „Pferdchen“.

Wenn 2 „Reiter“ jeweils mit ihren „Pferden“ in einem Turnier gegenein-

ander antreten, wird es noch spannender. Denn hier zeigt sich, wer sein „Pferd“ am besten im Griff hat.

Materialvorschlag:
Pferdchengeschirre, Springseile,
Stäbe oder Reifen

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

16. Die Bienen sind ausgeflogen

Die Bienenkönigin hat ein Problem, all ihre Arbeitsbienen sind ausgeflogen. Nun macht sie sich auf den Weg, um all ihre sonst so fleißigen Helfer wieder einzufangen. Zu Beginn des Spiels wird eine Bienenkönigin gewählt. Alle übrigen Kinder sind die Arbeitsbienen und erhalten Markierungsschärpen. Dann werden die Grenzen des Spielfeldes, gemeinsam festgelegt. Bis dahin dürfen die „Bienen fliegen“. Zur besseren Unterscheidung sind Markierungsschärpen hilfreich, aber nicht zwingend erforderlich. Nun geht's los: Alle Arbeitsbienen „fliegen“ herum und versuchen sich vor der Bienenkönigin zu verstecken. Diese versucht nun einen ihrer Ausreißer zu fangen. Abschlagen reicht und zählt als gefangen. Die gefangene Arbeitsbiene legt die Schärpe ab und hilft jetzt der Königin, die anderen Arbeitsbienen einzufangen. Gespielt wird so lange, bis alle Arbeitsbienen erwischt wurden. Das Spiel ist eine Mischung aus verstecken und fangen, bei dem nicht nur Schnelligkeit gefragt ist, sondern auch Taktik.

Falls Sie Ihre Schüler mit „Bienen“ nicht mehr hinter dem Ofen hervorlocken, dann verwenden Sie Charaktere, die zurzeit bei Ihren



Schützlingen angesagt sind, zum Beispiel STAR WARS: Meister Yoda sucht seine Jedis.

Materialvorschlag:
Markierungsschärpen

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

17. Zwillinge-Fußball

Zwei gleich große Mannschaften werden gebildet. Zur besseren Unterscheidung erhält jedes Team gleichfarbige Mannschaftshemden oder -bänder. Die Kinder jeder Mannschaft finden sich nun zu Paaren zusammen und erhalten einen Klettgurt, ein sogenanntes Dreibein. Die Gurte werden um die rechte Wade des linken Kindes und die linke Wade des rechten Kindes dank des Klettverschlusses fest verbunden. So werden aus 4 Beinen 3 und es entsteht ein völlig neues Laufgefühl. Dreibein-Gurte werden häufig zur Koordinationsschulung eingesetzt. Alternativ können Sie auch Tücher oder Seile verwenden. Sind alle Zwillinge verbunden, kann das Spiel beginnen. Es gelten die gleichen Re-



geln, wie beim normalen Fußball. Gewonnen hat das Team mit den meisten Toren. Eine pfiffige Fußballvariante, die auch mal Kindern eine Chance lässt, die Fußball nicht so gerne spielen.

Materialvorschlag:
Fußball, Klettgurte und ggf. Mannschaftshemden oder -bänder

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

18. Storch im Salat

Verschiedene Spielgeräte liegen in geringem Abstand verteilt auf dem Boden. Die Kinder durchqueren das Feld vom Start zum Ziel. Dabei müssen sie ganz vorsichtig sein, denn sie

dürfen nicht auf oder über einen der Gegenstände treten. Das gilt auch für Seile! Am besten klappt der Storchengang auf Zehenspitzen.

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Materialvorschlag für Spiel
18. Storch im Salat :
verschiedene Spielgeräte als
Hindernisse, wie z. B.: Hula-Hoop-
Reifen, Topfstelzen, Gummiringe,
Soft-Wurfscheiben, etc.



19. Bärenstarke Posen

Bären sind stark und sie bewegen sich gemächlich. Die Kinder stellen Bären dar, die mit den Spielgeräten wie in Zeitlupe Kraftsport machen. Dabei werden die Muskeln mächtig angespannt. Die „Bären“ möchten Winterschlaf halten. Dazu legen sich die Kinder auf den Boden und entspannen bewusst ihre Muskeln. Wird im Klassenraum gespielt, setzen sich die „müden Bären“ auf ihren Stuhl und legen den Kopf auf

den Tisch. Nach einer kurzen Entspannung fordern Sie die „Bären“ wieder auf, sich in Schüler zu verwandeln.

Ein tolles 5-Minuten-Spiel, nach dem die „Bären“ dem Unterrichtsgeschehen wieder konzentriert folgen können.

Materialvorschlag:
Springseile, Bälle, Wurfscheiben

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



20. Let's twist again!

Das klassische Hüpfspiel ist ein Dauerbrenner, insbesondere bei Mädchen. Gespielt wird mit 3 – 5 Kindern und einem ca. 3 m langen Gummiband. Zwei Kinder stellen sich mit den Gesichtern zugewandt in etwa 3 m Abstand gegenüber und spannen das elastische Band um ihre Fußknöchel. Alle Mitspieler vereinbaren zuvor noch die zu hüpfende Abfolge, gerne auch mit Spruchversen. Sind alle Vorbereitungen getroffen, beginnt das dritte Kind die vereinbarte Hüpfabfolge zu springen. Gelingt ihm das fehlerfrei, wird der Schwierigkeitsgrad erhöht, indem das Hüpfgummi höher wandert. Be-

ginnend um die Fußknöchel, weiter zu den Kniekehlen und am Schluss um die Hüften. Macht der Springer aber einen Fehler, ist der Nächste an der Reihe. Fehler sind beispielsweise, wenn der Springer versehentlich auf das Gummiband tritt, nicht die richtige Sprungabfolge einhält oder sich mit dem Band verheddert. Es gibt unendlich viele Sprungvarianten, wobei der Fantasie Ihrer Kinder keine Grenzen gesetzt sind. Dann viel Spaß und let's twist again.

Materialvorschlag:
Gummitwist

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

21. Sommer-Ski

Für dieses lustige Spiel, welches sowohl Kindern als auch Erwachsenen gleichermaßen Spaß macht, werden immer 2 Personen benötigt. Das Duo bekommt ein Paar Tandembretter*, auf die es steigt und los geht's im Gleichschritt bis zum Markierungspunkt und wieder zurück. Was sich so einfach anhört, ist in Wirklichkeit recht schwierig. Denn nur wenn die Bewegungen aufeinander abgestimmt sind und ein gemeinsamer Laufrhythmus gefunden wird, kommt das Paar auf den Sommer-Ski auch wirklich vorwärts. Noch aufregender wird es, wenn sich 2 Sommer-Ski-Paare ein Duell liefern. Ein tolles Wettkampfspiel, das auf jedem Schulfest immer wieder ein Highlight ist.

Materialvorschlag:
1 – 2 Tandembretter und
Spielhütchen zur Markierung

* Tandembretter sind in der Regel 2 Holzbretter, teils mit je 2 Fußschlaufen und / oder Haltekordeln. Tandembretter gibt es bereits fertig zu kaufen, können aber auch selbst gebaut werden.



Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



22. Olympischer 7-Kampf

Dieses Spiel bedarf zunächst einiger Vorbereitungen. Denn beim olympischen 7-Kampf handelt es sich um einen Stationsbetrieb. Gespielt wird in der Turnhalle oder auf dem Schulhof. Insgesamt 7 Stationen werden von Ihren Schülern durchlaufen, bei denen verschiedene Fortbewegungstechniken verwendet werden müssen: Balancieren, Hüpfen, Kriechen, Laufen, Rollen, Springen und Werfen.

Balancieren:

Hier balancieren die Kinder über eine Art Schwebebalken. Dazu verwenden Sie eine umgedrehte Turnbank, über die Ihre Schützlinge von der einen Seite zur anderen und wieder zurück balancieren müssen.

Materialvorschlag: Turnbank

Hüpfen:

Mit einem Hüpf sack, egal ob ein alter Kartoffelsack oder ein extra Hüpf sack in Kindergröße, hüpfen die Kinder der Reihe nach etwa eine Strecke von 6–7 m bis zu einem Markierungspunkt und wieder zurück.

Materialvorschlag:
Hüpf sack und Spielhütchen zur Markierung

Kriechen:

Auf allen Vieren durchqueren Ihre Schüler den Tunnelgang.

Materialvorschlag:
1–2 Kriechtunnel



Laufen:

So schnell wie möglich läuft jedes Kind der Reihe nach etwa eine Strecke von 6 – 7 m bis zu einem Markierungspunkt und wieder zurück.

Materialvorschlag:

Spielhütchen zur Markierung

Rollen:

Auf einem Rollbrett sitzend oder auf dem Bauch liegend rollt jedes Kind der Reihe nach etwa eine Strecke von 6 – 7 m bis zu einem Markierungspunkt und wieder zurück.

Materialvorschlag:

Rollbrett und Spielhütchen zur Markierung

Springen:

5 – 10x mit einem Springseil springen.

Materialvorschlag:

Springseil

Werfen:

10 Dosen stellen Sie pyramidenartig auf einen kleinen Tisch. Es gilt, möglichst alle Dosen mit 3 Würfeln wieder umzuwerfen.

Materialvorschlag:

1 komplettes Spiel Soft-Dosenwerfen oder 10 gleich große Dosen und 3 Spielbälle, Tisch

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

23. Zirkus-Seiltänzer

Ein Tau oder Springseile werden in einer Reihe ausgelegt. Ein Kind nach dem anderen balanciert über das Seil und macht dabei Posen wie ein Seiltänzer, geht in die Hocke, geht ein Stück rückwärts oder mimit einen Beinahe-Absturz. Am anderen Ende angekommen, bekommt der Seiltänzer vom Publikum Applaus.

Materialvorschlag:
Tau oder Springseile



Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

24. Verdrehter Kreislauf

Die Kinder bilden zwei Kreise, einen Außen- und einen kleineren Innenkreis. An den Händen gefasst, bewegen sich alle Beteiligten im Kreis zur laufenden Musik. Allerdings bewegen sich die beiden Kreise in entgegengesetzter Richtung, d. h. ein Kreis links und der andere rechts herum. Stoppt die Musik, bleiben alle stehen und drehen sich so um, dass jedes Kind aus dem Innenkreis einem Kind aus dem Außenkreis gegenübersteht. Jetzt stellt der Spielleiter die Aufgabe: „Stellt euch gegenseitig mit Namen vor!“ Ist die Aufgabe erledigt, setzt die Musik zur nächsten

Runde wieder ein. Durch das Zufallsprinzip stehen sich immer wieder andere Kinder gegenüber. Sind die Namen bekannt, stellt der Spielleiter einfach zum besseren Kennenlernen oder zur Teamstärkung, andere Aufgaben:

- Welche Farbe ist deine Lieblingsfarbe?
- Was spielst du am liebsten?
- Welche Sportart magst du?
- Welches ist dein Leibgericht?
- Was wünschst du dir?

Materialvorschlag:
CD-Player mit Musik

Meine persönliche Bewertung: ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Pausen-Sets

LACHEN
LEBEN
LERNEN

SEIT 1959
BACKWINKEL



Ausgewählte Materialien,
die dem Bewegungsdrang
der Schüler auf dem
Schulhof entgegenkommen.

Spiel- und Pausenkiste I

Ein Rund-um-Spielpaket für den Pausenhof und die Turnhalle

Inhalt der Box:

- 3 Spielbälle
- 1 Schaumstoffwürfel
- 3 Gummitwist, ca. 4 m
- 1 Soft-Football
- 8 Springseile, 2,50 m, farbig sortiert,
100 % Polypropylen
- 1 Springseil, 5 m, 100 % Polypropylen
- 3 Jonglierteller mit Kunststoffstab
- 3 Paar Topfstelzen
- 5 Soft-Wurfscheiben
- 4 Soft-Wurffedern
- 3 Soft-Wurftorpedos, in 3 Größen
- 1 Eimer Straßenmalkreide

Aufbewahrungsbox mit Deckel und
integrierten Rollen. Ab 6 Jahren.

H x B x T: ca. 38 x 72 x 39 cm. Ca. 10,3 kg

Art.-Nr.

inkl. MwSt.

100-1969

179,00 €

Achtung Hinweis: 1, 2, 9, 20 (Seite 43)





**50 Kinder gleichzeitig
beschäftigen**

Spiel- und Pausenkiste II

Spiele, die immer wieder Spaß machen

Inhalt der Box:

- 10 Jongliertücher, 40 x 40 cm,
farbig sortiert, 100 % Nylon
- 5 Moosgummi-Ringe
- 3 Soft-Wurfscheiben
- 6 Springseile, 2,50 m, farbig sortiert,
100 % Polypropylen
- 1 Springseil mit Drehwirbel,
100 % Polypropylen
- 2 große Swinging-Loop
- 3 Gummitwist, ca. 4 m
- 3 Hüpfsäcke, 100 % Jute
- 1 Soft-Wurfspiel mit 6 Ringen

- 3 Mini Badminton-Sets
- 1 Rubber-Ball, Ø 18 cm
- 1 Rubber-Ball, Ø 22 cm
- 1 Basketball
- 1 Schulhof-Fußball
- 2 Diabolos

Aufbewahrungsbox mit Deckel und integrierten Rollen. Ab 6 Jahren.

H x B x T: ca. 38 x 72 x 39 cm. Ca. 11 kg

Art.-Nr.

inkl. MwSt.

100-1989

179,00 €

Achtung Hinweis: 1, 2, 9, 20 (Seite 43)



Spiel- und Pausenkiste III

22 Pausenspiele für die ganze Klasse

Inhalt der Box:

- 3 Gummitwist, ca. 4 m
- 1 Basketball Größe 5
- 4 Springseile, 2,50 m, farbig sortiert, 100 % Polypropylen
- 1 Springseil, 5 m, 100 % Polypropylen
- 5 Soft-Wurfscheiben
- 3 Mini Badminton-Sets
- 3 Schleuderbälle
- 2 Soft-Fußbälle

Aufbewahrungsbox mit Deckel und integrierten Rollen. Ab 5 Jahren.

H x B x T: ca. 38 x 72 x 39 cm. Ca. 6 kg

Art.-Nr.

inkl. MwSt.

100-1068

119,00 €

Achtung Hinweis: 1, 9 (Seite 43)



LACHEN
LEBEN
LERNEN

seit 1929
BACKWINKEL



kinderleicht
zu schieben

Spiel- und Pausentonne

**fahrbares Spielpaket für
Pausenhof und Turnhalle**

Zwei große Räder machen die stabile Kunststofftonne mobil. Schnell und einfach fahren Sie das vielfältige Spielpaket an den gewünschten Ort. Mit der fahrbaren BACKWINKEL-Pausentonne beschäftigen Sie leicht 80 Kinder gleichzeitig!

**Alle Spielmaterialien
bekommen Sie auch
einzeln auf:
www.backwinkel.de**

Inhalt der Tonne:

- 8 Springseile, farbig sortiert, 2,50 m, 100 % Polypropylen
- 3 Springseile, 5 m, 100 % Polypropylen
- 4 Sensorik-Bälle
- 3 Gummitwist, ca. 4 m
- 2 Soft-Fußbälle
- 4 Jonglierteller mit Kunststoffstab
- 3 Soft-Wurfscheiben, beschichtet
- 4 Moosgummi-Ringe
- 2 Schleuderbälle
- 2 Klettball-Spiele, Bezugsmaterial Teller und Ball: 100 % Nylon
- 2 Scoop-Ball-Spiele
- 3 Mini Badminton-Sets
- 4 Pferdchengeschirre, 100 % Nylon

Aufbewahrungstonne mit Klappdeckel und Rädern. Ab 5 Jahren.

H x B x T: ca. 91 x 48 x 55 cm. Ca. 18 kg

Art.-Nr.

inkl. MwSt.

100-1069

329,00 €

Achtung Hinweis: 1, 9, 46 (Seite 43)

Klassen-Pausenkiste

mit abwechslungsreichen Spielideen

Zur Pausengestaltung für
eine ganze Klasse.

Inhalt der Box:

- 1 Bouncing-Ball, Ball und Netz:
100 % Polyurethan
- 1 Scoop-Ball-Spiel
- 1 Schwunzei-Spiel
- 1 Klettbball-Spiel, Bezugsmaterial
Teller und Ball: 100 % Nylon
- 1 Pferdchengeschirr, 100 % Nylon
- 1 Soft-Fußball Ø 20 cm
- 3 Springseile, 2,50 m, 100 % Polypropylen
- 1 Gummitwist, ca. 2,50 m
- 1 Springseil, 8 m, 100 % Polypropylen

Aufbewahrungsbox mit Deckel. Ab 5 Jahren.

H x B x T: ca. 31 x 46 x 39 cm. Ca. 4,2 kg

Art.-Nr.

inkl. MwSt.

100-71717

79,00 €

Achtung Hinweis: 1, 9 (Seite 43)



LACHEN
LEBEN
LERNEN

seit 1959
BACKWINKEL

Die bewegte Pausen-Spielbox

alles griffbereit, für die ganze Klasse

Inhalt der Box:

- 5 Springseile, 2,50 m, 100 % Polypropylen
- 1 Springseil, 5 m, 100 % Polypropylen
- 2 Gummitwist, ca. 2,50 m
- 2 Soft-Wurfscheiben
- 4 Moosgummi-Ringe
- 1 Schulhof-Fußball, Größe 5
- 1 Klettbball-Spiel, Bezugsmaterial
Teller und Ball: 100 % Nylon

Aufbewahrungsbox mit Deckel.

Ab 5 Jahren.

H x B x T: ca. 31 x 46 x 39 cm.

Ca. 4,5 kg

Art.-Nr.

inkl. MwSt.

100-48842

79,00 €

Achtung Hinweis: 1, 9 (Seite 43)



Quellen und Lektüretipps

Erkert, Andrea: Hurra! Wir spielen draußen.
Ökotopia Verlag, Münster 2012

Dordel, Sigrid; Breithecker, Dieter: Bewegte Schule als Chance einer Förderung der Lern- und Leistungsfähigkeit? In: Haltung und Bewegung, 23 (2), 5 – 15, Wiesbaden 2003

Haberer, Elke; Fessler, Norbert: Gesund und schlau durch Toben? Bewegung im Unterricht aus gesundheitlicher und lerntheoretischer Sicht. FOSS (Forschungszentrum für den Schulsport und den Sport von Kindern und Jugendlichen – Karlsruhe) 2008
http://www.sport.phkarlsruhe.de/ab1/docs/GesundundschlaudurchToben_HabererFessler.pdf

Ingelmann, Carolin: Lernen durch Bewegung. Für: Kinderturnstiftung Baden-Württemberg.
http://www.kinderturnstiftung-bw.de/sites/default/files/lernen_durch_bewegung-ci-110105.pdf

Ring, Caroline: Sport und Hirnentwicklung. Nichts als Bewegung im Kopf. (Interview mit Prof. Dr. Stefan Schneider, Deutsche Sporthochschule Köln, Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft)
Für: Spektrum der Wissenschaft, 28.10.2013
<http://www.spektrum.de/news/nichts-als-bewegung-im-kopf/1212121>

Seidel, Ilka: (Wie) Kann man durch Bewegung besser lernen? Karlsruhe: FOSS
<http://www.sport.kit.edu/foss/download/BewegungLernen.pdf>

Zimmer, Renate: Sprachförderung braucht Bewegung. Was Springen, Tanzen und Klettern mit Sprachentwicklung zu tun haben. In: Kindergarten heute, 3/2008, Freiburg, 8 – 12

Bezugsadresse

Die Pausen-Sets von Seite 37 – 41 sowie auch alle einzelnen Spielmaterialien erhalten Sie bei:

BACKWINKEL GmbH
Ruhrallee 5
45525 Hattingen
Telefon: 02324 5666-0
Fax: 02324 5666-26
E-Mail: bestellen@backwinkel.de
Internet: www.backwinkel.de



Impressum

Autoren:

Christine Hagemann

Alexandra Trapp

Lektorat:

Tatjana Heinrich

Gestaltung und Satz:

Stefan Eckstein

Annette Kitzerow

Bildnachweis:

Fotolia.com (Seite: 1, 8, 9,

11, 23, 44 Christian Schwier,

7 drubig-photo, 12 Cherry-Merry,

22 V&P Photo Studio,

24 Denis Aglichev)

Die Bildrechte der anderen Fotos

liegen bei BACKWINKEL GmbH

Printed in Germany

2. bearbeitete Auflage 2018

©2015 BACKWINKEL GmbH

Ruhrallee 5, 45525 Hattingen

Telefon: 02324 5666-0, Fax: 02324 5666-26

info@backwinkel.de

www.backwinkel.de

Gerne nehmen wir von Ihnen Fragen, Ideen,
Lob und Tadel entgegen.








Unsere qualitäts- und umweltrelevanten Abläufe sind nach diesen ISO-Normen zertifiziert.



Achtung Hinweise zur Produktsicherheit

Für die Sicherheit unserer Kinder unterliegen unsere Produkte genauesten Prüfungen und entsprechen selbstverständlich den gesetzlichen Anforderungen und Richtlinien. Alle relevanten Hinweise finden Sie am Produkt, direkt unter der Art.-Nr.-Zeile.

- 1  **ACHTUNG!** Nicht für Kinder unter 36 Monaten geeignet. Erstickungsgefahr! Kleine Teile/Es können kleine Teile entstehen/Herauslösbare kleine Teile.
- 2  **ACHTUNG!** Benutzung unter unmittelbarer Aufsicht von Erwachsenen.
- 9  **ACHTUNG!** Nicht für Kinder unter 36 Monaten geeignet. Strangulationsgefahr wegen langer Schnüre!
- 20  **ACHTUNG!** Nicht für Kinder unter 36 Monaten geeignet. Sturzgefahr!
- 46  **ACHTUNG!** Nicht für Kinder unter 36 Monaten geeignet. Strangulationsgefahr wegen langer Schnüre. Verwendung nur auf ebener Erde. Darf nicht in der Nähe von oder auf Spielgeräten (z. B. Rutschen, Schaukeln, Kleingerüsten, Kletterhäuschen oder anderen Spielgeräten) sowie Bäumen verwendet werden. Die Aufsicht durch Erwachsene ist erforderlich.

Muntermacher

Ideenheft Bewegung

LACHEN
LEBEN
LERNEN

seit 1959

BACKWINKEL



Unsere qualitäts- und umwelt-
relevanten Abläufe sind nach
diesen ISO-Normen zertifiziert.