

Gleichgewicht:

- Die Kinder bewegen sich frei im Raum. Auf Signal der Spielleiterin (Glockenspiel, Pfiff, Tamburin...) müssen alle sofort stoppen und versteinert stehen bleiben.
 - ohne Material
 - im Klassenzimmer möglich

- Die Spielleiterin fordert die Kinder auf einen Storch, eine Ente, eine wacklige Brücke, eine Seiltänzerin... nachzuahmen.
 - ohne Material
 - im Klassenzimmer möglich

Kooperation:

- Die Kinder sitzen zu zweit (oder mehrere) Rücken an Rücken gegeneinander. Sie versuchen nun ohne die Hände zu benützen aufzustehen.
 - ohne Material
 - im Klassenzimmer möglich

- Wespenschwarm; alle Kinder spielen Wespen und surren im Zimmer herum. Die Spielleiterin ruft eine Zahl. Sofort müssen so viele Wespen zusammenkleben und so weitersurren, bis die Spielleiterin das Zeichen gibt, um den Schwarm aufzulösen.
 - ohne Material
 - im Klassenzimmer möglich

Fangspiele (Orientierung):

- Ein Kind kann nicht gefangen werden, wenn es eine bestimmte Position einnimmt → auf einem Bein stehen, auf dem Bauch liegen, im Schneidersitz sitzen... Die Spielleiterin bestimmt im Voraus, welche Position gilt. Nach Einnehmen der Position soll diese rasch wieder aufgelöst werden und das Kind rennt weiter.
 - ohne Material
 - auf Pausenplatz oder in grossem Gang

- Alle Kinder fassen sich an den Händen und bilden so eine Schlange. Das Vorderste ist der Kopf, das Hinterste der Schwanz. Der Kopf versucht nun den Schwanz zu fangen. Der Mittelteil muss versuchen, den Schwanz zu schützen.
 - ohne Material möglich
 - auf Pausenplatz oder in grossem Gang

Wahrnehmung:

- Die Kinder bewegen sich im Raum. Bei einem vereinbarten Zeichen (Glockenspiel, Pfiff, Tamburin...) müssen die Kinder einen bestimmten Körperteil (Po, Ellbogen, Knie...) mit dem Fussboden in Berührung bringen und dann wieder weiter durch den Raum gehen.
 - ohne Material
 - im Klassenzimmer möglich

- Die Kinder bewegen sich im Zimmer. Die Spielleiterin ruft Rücken zu Rücken. Es müssen also die Kinder so zueinander stehen (zu zweit oder in Gruppen). Oder die Spielleiterin ruft Kopf zu Kopf...
 - ohne Material
 - im Klassenzimmer möglich

- Die Kinder bewegen sich zu Musik im Zimmer. Wenn sich zwei Kinder berühren, so kleben sie genau an diesen Stellen zusammen und sie müssen so weiter rennen. Es können auch mehrere Kinder aneinander kleben.
 - Musik, CD Gerät
 - Im Klassenzimmer möglich

Wahrnehmung mit Luftballons:

- Die Kinder schlagen mit der Hand den Luftballon hoch. Sie sollen einmal sehr hoch, ein andermal nur wenig stark schlagen. Sie müssen so den Kraftimpuls variieren.
 - pro Kind ein Luftballon
 - im Klassenzimmer möglich

- Die Kinder nehmen verschiedene Körperteile, um den Luftballon hochzuschlagen (Hand, Kopf, Fuss, Knie, Po...)
 - pro Kind ein Luftballon
 - im Klassenzimmer möglich

- Die Kinder versuchen, den Luftballon auf verschiedenen Körperteilen zu balancieren.
 - pro Kind ein Luftballon
 - Im Klassenzimmer möglich

- Zwei Kinder versuchen zusammen einen Luftballon zu transportieren, ohne dabei die Hände zu gebrauchen.
 - pro Kind ein Luftballon
 - im Klassenzimmer möglich