

# Tierische Aufwärmspiele

## Bewegungsspiele für kalte Tage in der Natur



Felix Dietrich / WWF Schweiz

Auch im Winter kann Unterricht draussen stattfinden. Voraussetzung dafür ist, dass Klasse und Lehrperson gut für das kalte Wetter ausgerüstet sind. Sollte den Kinder trotzdem kalt werden, finden Sie unten eine Zusammenstellung von tierischen Aufwärmspielen, die ohne oder mit sehr wenig Material in fast jeder Umgebung gespielt werden können.

### **Zyklus 1 und 2**

#### **Zeitbedarf**

5-10 Minuten pro Spiel

#### **Kompetenzen**

BS.4.A.1 Die Schülerinnen und Schüler können Spiele spielen, weiterentwickeln und erfinden, indem sie gemeinsam Vereinbarungen treffen und einhalten.

## Eichhörnchen im Winter

Alle Kinder bis auf eines sind Füchse. Diese rennen auf einem Rundkurs, welcher um zwei Wendemarken (zum Beispiel zwei Bäume), die ca. 10m auseinander stehen, führt. Ein Kind ist ein Eichhörnchen, welches sich im Winter aus seinem Kobel (Nest) wagt, um an seine Wintervorräte zu kommen. Dafür muss es den Wald, der voller Füchse ist, durchqueren. In der Hosentasche oder hinten in der Hose hat es ein Tuch oder einen Bändel (Schwanz).

Beim Durchqueren des Walds muss das Eichhörnchen aufpassen, dass es nicht von einem Fuchs erwischt wird. Die Füchse können das Eichhörnchen schnappen, indem sie das Tuch oder den Bändel entwendet. Die Füchse dürfen aber auf ihrem Kurs nicht anhalten oder zurücklaufen. Wenn ein Fuchs das Tuch/den Bändel erbeutet hat, wird er das neue Eichhörnchen. Die Walddurchquerungen werden gezählt. Wer schafft die meisten und hat damit am meisten Futter?

## Zauberfangis

Eine an die Gruppengrösse angepasste Anzahl Fängerinnen und Fänger wird bestimmt. Wenn ein Kind gefangen worden ist, flüstert ihm die Fängerin/der Fänger einen Tiernamen ins Ohr und verwandelt es damit in das genannte Tier. Dieses darf nur pantomimisch dargestellt werden (ohne Worte und Geräusche!). Verzauberte Kinder können erlöst werden, indem ein anderes Kind errät, um welches Tier es sich handelt, und es laut benennt.

## Fuchs und Maus-Fangis

Immer zwei Kinder stehen (oder liegen) dicht nebeneinander über das ganze Spielfeld (wurde vorher definiert) verteilt. Ein oder mehrere Kinder sind Mäuse und ein oder mehrere Kinder sind Füchse (Fänger mit Bändel). Die Mäuse laufen piepend los und die Füchse versuchen sie zu fangen. Um sich in Sicherheit zu bringen, stellt oder legt sich eine Maus neben eine Zweiergruppe. Nun wird das Kind, das am anderen Ende der nun entstandenen Dreiergruppe ist zur neuen Maus und rennt weg. Erwischt ein Fuchs eine Maus, erhält die gefangene Maus den Bändel und wird zum neuen Fuchs, während der alte Fuchs eine Maus wird.

**Fortgeschrittene Variante** mit nur einer Maus und einem Fuchs: Sobald sich die Maus

gerettet hat, verwandelt sich der Fuchs in die Maus und muss wegrennen. Das Kind, am anderen Ende der nun entstandenen Dreiergruppe wird zum neuen Fuchs und jagt die Maus.

## Regenwaldrennen

Die Kinder werden in Vierer- oder Fünfergruppen aufgeteilt. In jeder Gruppe wird je ein Kind als Tiger, Gorilla, Kolibri, Papagei und evtl. als Vogelspinne bestimmt. Die Lehrperson denkt sich eine Regenwaldgeschichte aus, in der alle diese Tiere vorkommen, und erzählt sie. Die vier oder fünf Tiere, denen die Kinder zugeordnet sind, sollten möglichst häufig auftauchen. Sobald eines davon genannt wird, laufen die Kinder, die das betreffende Tier darstellen, in der typischen Gangart des Tieres einmal um ihre Gruppe herum. Spielende ist bei Geschichtsende.

## Feuer, Wasser und Sturm

Die Lehrperson oder ein Kind gibt eine Tierbewegung vor: wie ein Frosch hüpfen, wie eine Schlange schlängeln, wie ein Affe laufen, wie ein Tiger schleichen, etc. Auf einen von drei Zurufen hin wird sofort die momentane Bewegungsaufgabe gestoppt und die Aufgabe des Zurufs ausgeführt. Auf den Zuruf «Feuer!» flieht jedes Kind möglichst schnell in eine Ecke des Spielfeldes. Auf den Zuruf «Wasser!» muss jedes Kind schnell irgendwo hochsteigen. Auf den Zuruf «Sturm!» legt sich jedes Kind schnell auf den Boden.

## Graureiher und Frösche

Je nach Gruppengrösse gibt es einen oder mehrere Graureiher. Die Graureiher dürfen sich nur im Seiltänzerschritt bewegen (immer einen Fuss vor den anderen setzen). Die anderen Kinder sind Frösche, welche fünfmal mit geschlossenen Beinen hüpfen dürfen. Danach müssen sie eine Pause einlegen, indem sie einmal laut bis fünf zählen. Dies ist die Chance für die Graureiher. Berührt ein Graureiher einen Frosch, so ist dieser gefressen. Spielende ist, wenn alle Frösche gefressen sind. Variante: Um beim Spiel wieder mitmachen zu können, muss der gefressene Frosch eine Zusatzaufgabe lösen (z.B. mit einem Bein um das Spielfeld hüpfen); in diesem Fall wird das Spiel nach einer bestimmten Zeit beendet. Danach werden neue Graureiher bestimmt.

## Wirbelsturm

Alle Kinder laufen kreuz und quer über das Spielfeld. Auf ein Zeichen der Lehrperson hat jedes Kind die Aufgabe, einmal um irgendein anderes Kind herumzulaufen. Das ist allerdings nicht so einfach, da alle anderen Kinder sich auch ein Kind ausgesucht haben, um das sie herumlaufen wollen. Gelingt es einem Kind, das ausgewählte Kind dreimal zu umrunden, ruft es «Halt!», und das Spiel beginnt wieder von vorn; dafür suchen sich alle ein neues Kind aus, das sie umkreisen möchten. Die Bewegungs- oder Gangart kann geändert werden (die Kinder hüpfen wie Frösche usw.).

## Wildschweinrennen

Die Kinder sind eine Rotte von Wildschweinen, die auf die Suche nach Futter ist. Wie beim «Pferderennen» stehen die Kinder im Kreis und klopfen zunächst mit den Händen den Takt der Gangarten der Wildschweine auf die Oberschenkel. Die Lehrperson beschreibt nacheinander die verschiedenen Situationen der Futtersuche:

Die Wildschweine sind hungrig und traben unruhig umher (Kinder klopfen in mittlerer Gangart). Sie strengen ihre Nasen an und versuchen etwas Essbares zu erspüren (Kinder «schnüffeln» links und rechts), doch sie riechen nichts. Vielleicht gibt es unter den Eichen neben der Waldlichtung feine Eicheln zu fressen. Die Wildschweine machen sich auf zur Lichtung (Kinder wechseln in schnelle Gangart). Dabei nehmen sie Linkskurven (Kinder lehnen sich nach links), Rechtskurven (Kinder lehnen sich nach rechts) und laufen schneller und schneller, da sie immer hungriger werden. Sie überqueren Bäche (hoher Sprung und dazu «Zischen» mit dem Zeigefinger im Mund), Holzbrücken (mit den Füßen auf den Boden stampfen und mit den Händen auf den Brustkorb klopfen), umgestürzte Bäume (Hocksprünge einfach oder doppelt) und kriechen unter herunterhängenden Ästen durch (Kinder ducken sich). Schliesslich kommen sie bei der Waldlichtung an, wo sie vor Freude laut grunzen, als sie die vielen Eicheln sehen, die auf dem Boden liegen.



### Unser Ziel

Gemeinsam schützen wir die Umwelt und gestalten eine lebenswerte Zukunft für nachkommende Generationen.

## Eichhörchentanz

Die Kinder stehen im Kreis und singen oder sagen: «*Eichhörnli tüend tanze, Eichhörnli tüend tanze, Eichhörnli tüend tanze und zwar so*», während sie sich an Ort in tanzenden Bewegungen um sich selbst drehen. Dann beginnt das erste Kind und macht eine tanzende Bewegung mit einem Körperteil, mit dem die Eichhörchen tanzen (z. B. mit dem Kopf nicken) und sagt dazu: «*Mitem Chopf, Chopf, Chopf.*» Dann beginnt das Lied von vorne. Die ganze Gruppe ergänzt die Strophe des ersten Kindes und macht dazu die passende Bewegung. Danach wird das zweite Kind gefragt: «*Und mit was, was no?*» Daraufhin nennt dieses Kind ein zweites Körperteil mit passender Tanzbewegung, und das Lied und der Tanz beginnen von neuem, nun mit zwei Strophen, ähnlich wie bei «Ich packe in meinen Koffer». Das Spiel endet, wenn jedes Kind einmal an der Reihe war oder sich niemand mehr an die Abfolge erinnern kann.

Ganzer Text:

«*Eichhörnli tüend tanze, Eichhörnli tüend tanze, Eichhörnli tüend tanze und zwar so:*

1. *Mitem Chopf, Chopf, Chopf (z. B. Kopfnicken)*
2. *Mit de Ärm, Ärm, Ärm (z. B. mit den Armen über dem Kopf wedeln)*
3. *Mitem Buch, Buch, Buch (z. B. einen grossen Kreis mit Bauch und Hüfte machen)*

4. ...

*Und mit was, was no?»*

### WWF Suisse

Hohlstrasse 110  
Postfach  
8010 Zürich

Tel.: +41 (0) 44 297 21 21  
Fax: +41 (0) 44 297 21 00  
E-Mail: [service@wwf.ch](mailto:service@wwf.ch)  
[www.wwf.ch](http://www.wwf.ch)  
Spenden: PC 80-470-3