



Tsunami – Erdbeben – Atomkraft!

Wenn Nachrichten Angst machen

Anregungen, Informationen, Tipps und
Spiele dagegen

Inhalt

- Einleitung – Bilder des Schreckens
- Sich selbst verstehen lernen. Was ist Angst?
- Tipps, Handreichungen und Links für die Gruppenarbeit
- Eine Gruppenstunde für Kinder ab 6 Jahren zum Thema Angst
- Zweite Gruppenstunde für Kinder ab 6 Jahren: Atomkraft und Strahlung – so funktioniert's.
- Spielesammlung

Liebe Leserin, lieber Leser!

Sicher geht es dir genau so wie uns: Wenn man die Zeitung aufschlägt, im Internet surft oder den Fernseher einschaltet: Überall **Bilder des Schreckens!** Die Meldungen überschlagen sich und wir werden zgedröhnt mit diesen schrecklichen Bildern, die sich auch noch dramatisch steigern. Tag für Tag sehen und hören wir von einer fürchterlichen Katastrophe, die nicht zu enden scheint und offensichtlich keinen Ausweg lässt. Japan, das sind Tsunami, Erbeben und eine bevorstehende mögliche Atomkatastrophe! Die Einschätzungen der Journalisten und der Fachleute prasseln unablässig auf uns ein. Auf allen Titelseiten, allen Kanälen, in allen Nachrichten nur dieses Thema. Das macht Angst!

Nicht nur du, alle haben zurzeit Angst – Groß und Klein. Und um die Kleinen geht es hier. Sie haben oft nicht die Möglichkeit, mit Ihrer Angst umzugehen und sie auszudrücken. Vielleicht haben die Eltern keine Zeit oder kein Verständnis, vielleicht gibt es keine Freunde mit denen sie reden könnten, vielleicht werden sie mit ihren Sorgen allein gelassen. Viele Gründe für dich als Gruppenleitung, dich mit dem Thema „**Tsunami – Erdbeben – Atomkraft – wenn Nachrichten Angst machen!**“ einmal genauer zu beschäftigen und zum Thema deiner Gruppenstunden zu machen.

„Ja und wie?“ wirst du jetzt fragen. Mit unserer kleinen Arbeitshilfe, in der wir dir Tipps, Handreichungen und Spiele für die Gestaltung deiner Gruppenstunden liefern. Denn wir wissen eines ganz genau: Reden hilft, Spielen hilft und alle anderen Formen der Kommunikation und des Miteinanders! Dadurch wird – einfach gesagt – die Angst gebannt.

Sich selbst verstehen lernen. Was ist Angst?

Die „gute“ Seite der Angst.

Das kennst du bestimmt: Du bist gerade aus dem Schlaf aufgewacht, weil du ein Geräusch gehört hast. Jetzt liegst du da und lauschst. Da ist es wieder, ein leises Klappern. Dein Herz schlägt schneller, dir bricht der Schweiß aus, ein kalter Schauer läuft über deinen Rücken und du kriegst ganz feuchte Hände. Du hast Angst! Bange Minuten vergehen. Doch – Gott sei Dank – jetzt erkennst du das leise Husten deiner Mutter. Sie war aufgestanden, um sich ein Glas Wasser zu holen. Du atmest auf, deine Angstreaktion lässt nach und du schläfst beruhigt wieder ein.

Du siehst an diesem Beispiel, dass das Gefühl der Angst eine lebenswichtige Schutzfunktion für den Menschen ist. Sie schärft die Sinne und macht den Körper reaktionsschnell. Es hätte schließlich auch alles ganz anders kommen können.

Die „schlechte“ Seite der Angst.

Manchmal macht uns etwas Angst, was wir nicht beeinflussen können. Wir nehmen beispielsweise Ereignisse wahr, die sich in fremden Ländern abspielen oder hören von

Auslösern, die uns unheimlich und bedrohlich erscheinen und gegen die kein Mensch der Welt ein Mittel zu haben scheint. Das war schon immer und zu allen Zeiten so, dass die Menschen gerade bei Naturkatastrophen ziemlich hilflos waren und sich daher viele Erklärungen suchten, um der Angst einen Namen zu geben.

Die Geschichte ist voll davon. Beispielsweise das „jüngste Gericht“. In der christlichen Vorstellung werden die Menschen mit Naturkatastrophen bestraft. Um der Angst einen Ausdruck zu verleihen und Ereignisse zu erklären. Die Menschen haben das getan, um ihre schlechte, hilflose Angst zu bannen, da sie keinen Einfluss auf schreckliche Ereignisse hatten.

Deswegen: Ängste vor Naturereignissen, Krieg und Katastrophen, die durch die Medien ausgelöst werden und uns Hilflosigkeit vermitteln, müssen besprochen werden! Wenn das nicht geschieht, laufen Kinder und Jugendliche Gefahr, traumatisiert zu werden, da sie diese Ängste nicht verarbeiten können. So war es auch nach den Anschlägen vom 11. September 2001 in Amerika häufig zu beobachten.

Ich (einer der Autoren) selbst bin 53 Jahre alt und erinnere mich dennoch glasklar an ein Ereignis, das nun 45 Jahre zurückliegt. Eines Abends in den Sommerferien vor dem Zubettgehen hatte ich mir eine Zeitung geschnappt, die bei meiner Großmutter auf dem Tisch lag. Ich wollte, wie es die Erwachsenen taten, einmal vor dem Einschlafen „in Ruhe“ die Zeitung lesen. Schon nach kurzer Zeit blieb mein Blick auf einem doppelseitigen Foto hängen, einer Schwarzweiß-Luftaufnahme, die abschlussbereite Raketen zeigte. Die riesige Überschrift lautete: „Dritter Weltkrieg möglich?“ An weitere Details erinnere ich mich nicht mehr, aber das Gefühl, das ich damit verbunden habe ist mir immer noch nah. Mit Einschlafen war es natürlich nichts, da ich befürchtete, die Raketen könnten jeden Moment in unser Haus krachen und wir alle würden sterben. Ich muss dann wohl ziemlich verängstigt auf die Toilette getrapst sein. Meine Großmutter erkannte sofort, dass mit mir etwas nicht stimmte.

Als ich ihr stammelnd von den Raketen erzählte, hat sie mich auf den Arm genommen, mir über den Kopf gestreichelt und gemeint: „...die schreiben immer so einen Käse, ...die wollen einem nur Angst machen... und ... das ist alles Quatsch“. Ich dachte, wenn die Großmutter das so bestimmt sagt, ist es unter Garantie richtig! Dann gab's noch einen dicken Kuss und ich ging ins Bett. Die Angst war weg und ich schlief wunderbar.

Tipps, Handreichungen und Links für die Gruppenarbeit

Die Recherche

Tsunami – Erdbeben – Atomkraft. Das sind Begriffe, über die sich eine schier unbegrenzte Menge von Informationen beschaffen lässt, so dass es den Rahmen dieser kleinen Arbeitshilfe sprengen würde, auch nur ansatzweise diese Themen erklären und darstellen zu wollen. Wir wollen dich nicht unnötig verwirren. Wir geben dir eine Orientierung, wie du dir als Gruppenleitung selbst ein schnelles Bild davon machen kannst. Auch das ist nicht so einfach, denn du hast die Qual der Wahl.

Die aktuellsten Infos findest du immer im Netz zum Beispiel auf den Seiten www.tagesschau.de und www.heute.de. Natürlich gibt es noch 2.845.367.006 weitere Nachrichtensender, aber weniger ist mehr! Die beiden genannten sind seriös, superaktuell und leicht verständlich. Du kannst alle Begriffe in ihren Mediatheken ermitteln und auch für deine Gruppe kinder- und jugendgerecht aufbereiten. Außerdem kannst du auch die Kindernachrichten unter <http://neuneinhalb.wdr.de/> anschauen und weitergeben.

Ebenfalls findest du hier alle erdenklichen Links zu den Themen, so dass du immer tiefer in diese Materie eindringen kannst. Es sind dir keine Grenzen gesetzt. Solltest du nun den Hals immer noch nicht voll haben, ist das Lexikon Wikipedia zu empfehlen unter www.wikipedia.de. Da findest du dann aber auch wirklich alles, ein ganzes Universum von Informationen. Ich finde, das muss reichen, denn es kommt darauf an, was du aus den Informationen machst, welche Schlüsse du daraus ziehst.

Ein weiterer wesentlicher Aspekt ist deine Sensibilität für die Gruppe. Schau hin, was geschieht! Wenn du von den oben geschilderten Ängsten und Verunsicherungen etwas merkst, ist es Zeit zu handeln. Hier unsere Linksammlung zu „Wenn Nachrichten Angst machen“.

News4kids

<http://www.news4kids.de/nachrichten/vermischtes/article/schweres-atomungluck-in-japan>

Logo-TV

<http://www.tivi.de/fernsehen/logo/artikel/08678/index.html>

Klicksafe

<https://www.klicksafe.de/service/aktuelles/news/katastrophenbilder-und-erschuetternde-nachrichten-aus-japan-junge-zuschauer-brauchen-unterstuetzung-bei-der-verarbeitung.html>

Kinder-Tagesschau

<http://neuneinhalb.wdr.de/>

Zu guter Letzt hier noch unsere Spezialempfehlung, der „**BNW**-Tipp –ENERGIE“. Das ist eine Arbeitshilfe für JRK-Gruppenleitungen, die in Zusammenarbeit der DRK-Landesverbände **Bayern**, **Nordrhein** und **Westfalen-Lippe** entstanden ist. Sie ist schon etwas älter, aber die wesentlichen Informationen sind immer noch aktuell. Du findest sie zum Download beim Kreisverband Borken unter <http://downloads.jrkkvborken.de/energie.pdf>

So, jetzt bist du gut informiert und kannst dein Wissen vermitteln, womit wir schon beim nächsten Punkt angelangt sind.

Gespräche

Wir haben es schon in der Einleitung gesagt: Reden hilft! Dem wollen wir an dieser Stelle nichts Weiteres hinzuzufügen, obwohl wir noch sehr viel mitzuteilen hätten. Wir lassen das, da wir nicht wünschen, dass du zu viel Zeit mit dem Studium dieser Arbeitshilfe verbringst. Besser ist, du bist bei deiner Gruppe! Daher hier nur das Nötigste. Schau dir weiter unten unser Beispiel einer Mustergruppenstunde an. Es handelt sich nämlich dabei um eine Methode, ein Gespräch zu gestalten, zu moderieren und zu einem Gesprächsziel zu führen.

Diskussion mit Fachleuten

Prinzipiell gilt: Man muss sich nicht alles selber erklären, wenn es dafür Fachleute gibt! Welche Fachleute? Natürlich die Politiker in deinem Ort! Die sagen doch immer, sie kennen sich mit allen Dingen auf der Welt aus. Nimm sie beim Wort. Vielleicht kennst du sogar den einen oder anderen. Also maile deinem Politiker oder ruf ihn an und vereinbare einen Termin mit ihm in deinem OV oder KV. Wundere dich nicht, wenn er tatsächlich auftaucht, du bist ja nicht irgendwer, du bist Mitglied im Deutschen Roten Kreuz – das hat Gewicht! Und außerdem will er auch irgendwann einmal von dir gewählt werden...

Aber: Bereite deine Fragen gut vor und liefere eine perfektes Bild ab, vielleicht ist der örtliche Pressevertreter auch dabei. Wenn das klappt – und die Chancen stehen gar nicht schlecht – hast du wirklich etwas erreicht.

Vorlesen

Obwohl du es gerade gelesen hast: Bei einer Kindergruppe ist es natürlich nicht angebracht, Reden zu schwingen oder Politiker einzuladen, das wäre Blödsinn. Sinnvoll sind jedoch Geschichten zum Thema. Die kannst du selbst ausdenken (sie sollten stets ein gutes Ende haben) oder aus unserer Linksammlung übernehmen. Vorlesen ist übrigens heute wichtiger denn je, da viele Eltern das einfach nicht mehr tun. Früher war das üblich; jeder Erwachsene im fortgeschrittenen Alter denkt immer noch gern an die Stunden, in denen ihm von Papa oder Mama vorgelesen wurde. Und: Vorlesen bindet die Menschen aneinander und schafft Vertrauen. Wichtig ist: Vorlesen muss man gerne. Du musst deine Texte „lieben“. Alles nur herunterleiern, wäre ganz schlecht – ist doch klar, oder?

Malen

Jetzt sage nicht, du bist kein Picasso. Hier ein superschönes Beispiel, wie eine **Malaktion** läuft.

„Malt ein Bild zu einer Situation, in der ihr Angst gehabt habt.“

Anleitende Fragen, die du während des Malens noch stellen kannst:

1. Wann habt ihr Angst gehabt?
2. Wer war noch beteiligt?
3. Wählt einen Titel für das Bild und schreibt ihn auf.
4. Schreibt euren Namen auf das Bild

Ort: drinnen

Anzahl Teilnehmer: unbegrenzt

Alter: 6 - 14 Jahre

Dauer: 45 - 60 Minuten

Material: Papier, Stifte, Tesafilm/-krepp, Farben, egal was da ist.

Alle Bilder werden aufgehängt und von den Kindern selbst vorgestellt. Die anderen dürfen Fragen zu den Bildern stellen. Das nennt man eine Vernissage.

Singen

Auch Singen verbindet Menschen und bringt sie zueinander. War es lange Zeit für die meisten jungen Menschen überhaupt nicht interessant, so feiert aktuell das Singen sein großes Comeback. Singen befreit außerdem von Ängsten, was Psychologen schon seit längerem erkannt haben. Probiere es aus! Nach einiger Überwindung werdet ihr alle viel Freude daran haben. Wir empfehlen euch den Kauf des Liederbuchs: **Die Mundorgel** Textausgabe. Mundorgel-Verlag, Waldbröl 2001, [ISBN 3-87571-043-6](https://www.amazon.de/dp/3875710436) Preis ab 3 Euro bei Amazon.

Aktionen

Hier kannst du alle Register ziehen. Ob eine Mahnwache zum Gedenken an die Opfer von Naturkatastrophen und Atom oder eine Spendensammlung. Da du als langjähriges JRK-Mitglied diese Aktionsformen sicher gut beherrschst, wollen wir dir das nicht erklären. Du solltest aber genau aufpassen, was geht. Schau ins Netz auf die Seiten deines Kreisverbands oder auf www.jrk-westfalen.de. Hier findest du aktuelle Aufrufe und Aktionsvorschläge.

Spielen

Schau dir weiter unten (...nach „Eine Gruppenstunde...“) unsere Spielideen an.

1. Eine Gruppenstunde für Kinder ab sechs Jahren zum Thema Angst

Ort: großer Raum

Anzahl Teilnehmer: 5 bis 10

Alter: ab 6 Jahre

Dauer: 60 Minuten

Material: Material: große Papierbögen, Stifte, Scheren

Hinweis: Bereite dich bitte sehr gut vor!

Einleitung:

a) Wenn ein Mensch vor nichts und niemandem Angst hätte, dann würde er auch ohne Angst auf eine giftige Schlange zugehen, sie anfassen, von ihr gebissen werden und daran sterben. Das wäre schlecht und ruckzuck wären alle Menschen ausgestorben, weil sie sich alle ähnlich dumm verhalten würden. Stattdessen bekommt der Mensch Angst, läuft weg und bleibt am Leben! Und das ist gut so.

b) Und nun inspiriere (anregen ;-)) deine Kinder, sich noch weitere Beispiele auszudenken, die die gute Seite der Angst beschreiben.

Eine gute Seite der Angst ist, wenn...

c) Verteile anschließend den „Fragebogen“ (s.u.). Eigentlich sind es Aussagen (neudeutsch sagt man „Statement“), mit denen Angst definiert werden soll.

Jeweils zwei Kinder sollen gemeinsam entscheiden, ob sie die Aussagen richtig oder falsch finden.

Ist die folgende Aussage ...	Bitte ankreuzen richtig oder falsch?	
	E	G
Erwachsene haben keine Angst.	E	G
Das beste Mittel gegen Angst ist, mit anderen darüber zu reden	E	L
Männer und Jungs haben keine Angst.	I	S
Angst schützt den Menschen vor Gefahr	P	O
Auch mutige Menschen haben ab und zu Angst	E	S
Kluge Kinder haben keine Angst.	U	N
Jeder Mensch hat mal Angst.	S	E
Wer Angst hat, ist dumm.	A	T

Das Lösungswort hat acht Buchstaben und ihr kennt es bestimmt aus Gruselfilmen.

--	--	--	--	--	--	--	--

d) Mit folgenden Fragen kann dann anschließend ein Gespräch mit den Kindern stattfinden:

Welche Sätze findet ihr richtig, welche falsch?

Wisst ihr, was Erwachsene, die ihr gut kennt, über Angst denken?

Wenn ihr Angst habt, könnt ihr das den anderen Kindern sagen?

Was tut ihr, wenn ihr Angst habt?

Was würdet ihr den anderen raten, wenn sie sich fürchten oder ängstlich sind?

e) Das Haus deiner guten und schlechten Gefühle.

Ein Kind legt sich mit dem Rücken auf einen großen Bogen Packpapier. Ein anderes zieht den Körperumriss mit einem dicken Stift nach. Anschließend schneiden die Kinder die Figur entlang der Körperumrisslinie aus und kennzeichnen mit dicken Buntstiften die Stellen des Körpers, an denen sie ihre Gefühle spüren: Wut, Kummer, Zorn, Angst, Furcht, Freude, Zufriedenheit und Glück.

Einleiten kannst du zuvor mit folgendem Beispiel: „Wenn ihr euch ganz toll freut, klopft euer Herz und vielleicht bekommt ihr auch ganz rote Wangen. Welche Zeichen gibt uns unser Körper, wenn wir traurig, aufgeregt oder wütend sind?“

Anschließend noch einige Auswertungsfragen

- erinnert ihr euch, in welchen Situationen ihr euch traurig, froh oder wütend usw. gefühlt habt?
- Gibt es Situationen, in denen ihr über eure Gefühle nicht sprechen möchtet?
- Was könnte passieren, wenn ihr es trotzdem tut?
- Könnt ihr euch an Situationen erinnern, in denen ihr Angst hattet?
- Könnt ihr euch vorstellen, warum es manchmal auch gut sein kann, Angst zu haben?

2. Eine Gruppenstunde für Kinder ab sechs Jahren: Atomkraft und Strahlung – so funktioniert's.

Ort: großer Raum und draußen

Anzahl Teilnehmer: 5 bis 10

Alter: ab 5 Jahren

Dauer: 60 Minuten

Material: PC, Schere, Alufolie, Wasserfarben, Schaschlikspieße, Uhu, Styroporkugeln, Ü-Eier

Hinweis: Bereite dich bitte sehr gut vor! Sammle, wenn möglich, die Materialien schon in der Gruppenstunde zuvor.

Hast du schon einmal ein Brett durchgesägt: Nein? Dann bitte deinen Vater doch einmal, das zu tun. Wenn ihr damit fertig seid, berühre ganz kurz das Sägeblatt. Achtung, es ist sehr warm. Ihr beide habt nicht nur das Holz zersägt, ihr habt auch eine Menge einzelner Atome zerschnitten und dabei ist viel Wärme entstanden.

Diese Wärmeenergie, die beim Zerschneiden, der Fachmann sagt, beim Spalten von Atomen entsteht, kann man prima zur Gewinnung von Energie benutzen. Das wusste schon der berühmte Forscher Albert Einstein, der das vor fast 80 Jahren entdeckt hatte und auch die Möglichkeit, beim Spalten sehr viel Energie zu gewinnen.

Es ist nämlich bei der Atomkraft genau wie beim Sägen. Nur wird bei der Gewinnung von Energie nicht Holz gespalten, sondern die Atome eines Eisenerzes, die Uran-Atome. In einem Atomkraftwerk sind das unvorstellbar viele Atome, die bei diesem Vorgang enorm viel Wärme entwickeln. Damit wird Wasser erhitzt, das verdampft und eine gewaltige Turbine, antreibt die Strom erzeugt. Der kommt dann aus der Steckdose und bei euch zu Hause ist es schön warm. Soweit, so gut – alles wunderbar. Wäre da nicht das Problem der Strahlung, die die gespaltenen Atome absondern.

Dazu müsst ihr folgendes wissen: Alle Dinge und Lebewesen, alles was auf der Welt ist, besteht aus diesen winzig kleinen Atomen, also nicht nur das Holz oder das Uran-Erz. Und eben diese Uran-Atome müssen – um jeden Preis im Atomkraftwerk bleiben. Sollten sie, wie das in Japan geschehen ist, aus dem zerstörten Gebäude entweichen, besteht große Gefahr: Sie „stecken“ gewissermaßen alle anderen, gesunden Atome in den Tieren, in unserer Nahrung und in uns selbst an, wie bei einer Grippewelle. Alles wird verstrahlt, so sagt man und hat zur Folge, dass alle Lebewesen krank werden.

So weit deine Einleitung. Anschließend schaut im Internet den Clip:

http://neuneinhalb.wdr.de/sendungen/2007/07/2007_07_21.php5 Er dient euch als Vorbereitung auf den folgenden praktischen Teil.

Nun baut aus den Materialien einmal die Atommodelle. Grüne für die guten Atome in uns und rote für die schlechten, bösartigen Atome im Atomkraftwerk.

Und zeig' den Kindern, wie die „Ansteckung“ funktioniert. Das geht auch prima mit dem Bewegungsspiel „Ketten fangen“. Das kennst Du doch, oder?
Du kannst aber auch die Dinge, die im Atomkern drin sind, mit Ü-Eiern in zwei verschiedenen Farben darstellen. Vielleicht ein gelbes Ü-Ei und ein rot angemaltes? Wenn dann im gelben noch feine weiche Watte drin ist und im roten Nägel oder Reißzwecken, habt ihr zumindest ein anschauliches Modell entwickelt, auf das ihr in den nächsten Gruppenstunden zurückgreifen könnt, solltet ihr das Thema weiter vertiefen.

Spielesammlung

Wir haben hier für euch Spiele zusammengestellt, die ihr spielen solltet. Das sind nicht unbedingt alle Spiele, die sich direkt auf das Thema Katastrophe beziehen. Es kommt darauf an, dass ihr etwas gemeinsam macht! Denn in Zeiten der Angst und Verunsicherung ist es ganz besonders wichtig, nahe zusammen zu rücken und dem Mitmenschen zu signalisieren: Du bist nicht allein und ich habe ein Ohr für dich und deine Sorgen. Also nicht allein ins Internet verschwinden, das Gegenteil ist jetzt angesagt: Kontakt zueinander im Hier und Jetzt. Was gibt es da Besseres als gemeinsam zu spielen?

Erdbebensimulator

Ort: großer Raum oder draußen
Anzahl Teilnehmer: 5 bis 10
Alter: 3 bis 6 Jahre
Dauer: 15 Minuten
Material: 2 große Pappkartons 30 eckige Bierdeckel

Die Wirkung von Erdbeben kann man schon den ganz Kleinen prima durch folgendes Experiment veranschaulichen. Du baust auf den beiden großen Pappedeckeln, die du zum Teil überlappst, mehrere Kartenhäuser aus den Bierdeckeln. Die großen Pappedeckel stellen die Kontinentalplatten dar. Anschließend zieht oder rüttelt ein Kind an einer Unterlage. Großes Hallo, alle Kartenhäuser fallen in sich zusammen.
Auf diese Weise begreifen deine Gruppenkinder die Funktionsweise eines Erdbebens ganz schnell.

Tsunami – Rette sich, wer kann!

Ort: großer Raum oder draußen
Anzahl Teilnehmer: ab 10
Alter: ab 6 Jahre
Dauer: 10 Minuten
Material: Karten, Stift, Stoppuhr, Koffer

Auf 30 Metaplan-Karten schreibst du Personen und Dinge, die den allermeisten Menschen wirklich wichtig sind. Dazu gehören Vater, Mutter, Bruder, Schwester, Oma, Opa, Sparbuch, Teddy, Nintendo; aber auch Unsinniges wie Käsekuchen oder Luftloch. Wenn Ihr wollt, könnt ihr diese Dinge auch in einer Gruppenstunde zuvor aus Zeitungen oder Zeitschriften ausschneiden.

Die Karten verteilst du im Raum. Es gilt nun für den Spieler, alle Karten so schnell wie es geht in den Koffer zu packen und sich auf eine Insel zu retten (Tisch oder Klettergerüst), da die Flut rasant schnell steigt. Die Zeit wird gestoppt, der schnellste Spieler, der zudem die wichtigsten Dinge oder Personen mitgenommen hat, gewinnt. Alles einzupacken macht keinen Sinn.

Aktion Pinguine und Flamingos

Ort: großer Raum oder draußen
Anzahl Teilnehmer: 12 bis 30
Alter: 6 bis 14 Jahre
Dauer: 15 Minuten

Bei dem Fangspiel gibt es einen Flamingo (den Fänger) und die Pinguine (die Gejagten). Der Flamingo bewegt sich mit schwingenden Armen und „storchenartigem Gang (Knie beim Gehen hochziehen). Die Pinguine dürfen nur durch die Gegend „watscheln“, d.h. sie können sich nur in sehr kleinen, schnellen Schritten fortbewegen, wobei sich die Fersen berühren müssen und die Fußzehen nach außen zeigen. Die Arme liegen eng am Körper an, und die Hände stehen auf Hüfthöhe seitlich ab.

Fänger und Gejagte können sich also nur sehr langsam bewegen. Wenn ein Flamingo einen Pinguin „getickt“ hat, wird dieser zum Flamingo und muss sich als solcher fortbewegen. Von nun an ist er auch ein Fänger und muss versuchen, so viele Pinguine wie möglich zu fangen. Das Spiel ist zu Ende, wenn es nur noch Flamingos gibt. Da dies häufig sehr schnell geht, können ruhig drei bis vier Durchgänge gespielt werden.

Zusammenrücken

Ort: drinnen oder draußen
Anzahl Teilnehmer: 10 bis 30
Alter: ab 12 Jahre
Dauer: 15 bis 20 Minuten
Material: Klebeband

Die Jugendlichen haben die Aufgabe, sich als gesamte Gruppe mindestens fünf Sekunden in einen markierten Kreis zu stellen. Der Boden außerhalb des Kreises darf von den Spielern nicht betreten oder berührt werden.

Größenverhältnisse (Teilnehmerzahl – Kreisdurchmesser)

- 10 bis 15 Personen: ca. 80 cm Kreisdurchmesser (Gymnastikreifen)
- 16 bis 20 Personen: ca. 100 cm
- 21 bis 30 Personen: ca. 120 cm

In einer Auswertungsphase könnt ihr darüber nachdenken, wie die Gruppe vorgegangen ist, wie sich der einzelne gefühlt hat, wer der Wortführer war etc.

Kernschmelze

Ort: egal
Anzahl Teilnehmer: ab 10 Personen
Alter: ab 6 Jahre
Dauer: ca. 10 Minuten pro Durchgang

Die Atome sind heiß geworden und kleben aneinander. Die Techniker müssen diese Atome von einander lösen und sortieren.

Ein bis drei Freiwillige gehen vor die Tür (oder drehen sich zur Wand). Der Rest der Gruppe stellt sich im Kreis auf und fasst sich an den Händen. Nun fabriziert ihr einen „Gordischen Knoten“ indem alle über und unter den Armen der anderen herklettern. Ist die Gruppe mit dem Ergebnis zufrieden, dürfen die Freiwilligen versuchen, den Atomknoten zu entwirren.

Zu beachten: Bei der Entstehung des Knotens dürfen auf keinen Fall die Hände der Nachbarn losgelassen werden, da der Knoten sonst nicht zu entwirren ist. Vorsicht mit Kindern und Menschen in Leichtbauweise!

Klammeraffen

Ort: drinnen oder draußen (begrenztes Feld)
Anzahl Teilnehmer: 6 bis 66
Alter: ab 8 Jahre
Dauer: 15 Minuten
Material: Wäscheklammern (nicht scharfkantig)

Jeder Spieler befestigt 2 oder 3 Klammern an seiner Kleidung oberhalb der Knie und zwar an Körperstellen, wo eine Berührung mit einem Mitspieler nicht als unangenehm empfunden wird. Auf Kommando laufen alle in einem begrenzten Feld durcheinander und versuchen den anderen die Klammern abzunehmen und bei sich wieder anzuheften.

Nach einiger Zeit kann der Gruppenleiter unterbrechen und zur allgemeinen Verblüffung erklären, dass die- bzw. derjenige gewonnen hat, die/der am wenigsten Wäscheklammern am eigenen Körper hat! Danach geht das Spiel natürlich weiter und alle versuchen die erbeuteten Klammern jemand anderem anzuheften. (Klammern wegwerfen gilt natürlich nicht!)

Luftballonrakete

Ort: draußen
Anzahl Teilnehmer: 6 bis 10
Alter: ab 6 Jahre
Dauer: 15 Minuten
Material: Luftballon, Luftballonpumpe

Ein Luftballon wird aufgepumpt. Der Ballon wird aber nicht zugebunden, sondern nur mit Daumen und Zeigefinger zugehalten. Der Gruppenleiter oder ein Spieler hält den so vorbereiteten Luftballon hoch und öffnet dann plötzlich die beiden Finger. Der Ballon zischt ab wie eine Rakete und eine oder mehrer Spieler müssen versuchen, den Ballon zu greifen, bevor er den Boden berührt.

Herrscher der Insel

Ort: draußen (Rasenfläche, Sand)
Anzahl Teilnehmer: 6 bis 12
Alter: ab 6 Jahre
Dauer: 15 Minuten, mehrere Durchgänge
Material: Matte/Decke als Insel

Alle befinden sich kniend auf der Insel. Jeder möchte Alleinherrscher über das Eiland sein, so entbrennt ein Gerangel, jeder gegen jeden mit dem Ziel, alle ins Meer zu werfen. Wer ins Meer gefallen ist, scheidet aus.

Zu beachten:

Drücken, schieben, ziehen, rollen ist erlaubt. Jede Form von Schlagen, Treten und Strampeln allerdings verboten!

Der Anti-Angst-Koffer

Ort: drinnen
Anzahl Teilnehmer: egal
Alter: ab 6 Jahre
Dauer: 45 Minuten
Material: Schuhkartons, Scheren, Schnur, Kleber, Tacker, Knetmasse, Material zum Schmücken, Stifte

Jeder gestaltet zuerst seinen „Anti-Angst-Koffer“. Dazu nehmt ihr den Schuhkarton, den ihr fantasievoll beklebt und anschließend ein Stück Schnur als Griff anbringt. Danach wird aus Knetmasse ein Talisman gegen Angstgefühle hergestellt. Dieser hat grundsätzlich die bekannte Funktion eines Schutzengels. Das kann eine Figur aber auch ein Gegenstand sein. Dieser wird anschließend im Koffer verstaut. Wer mag, kann hinterher allen seinen Talisman zeigen und erläutern, warum er so geworden ist und welches Unheil er abhält.

Wetter- und Naturereignisse-Massage

Ort: drinnen
Anzahl Teilnehmer: Egal, es muss jedoch eine gerade Zahl sein.
Alter: ab 8 Jahre
Dauer: 15 Minuten
Material: Stuhl oder Decken

Die Kinder finden sich zu zweit zusammen. Der eine sitzt verkehrt herum auf einem Stuhl und lässt die Arme und den Kopf locker über die Lehne hängen (oder liegt entspannt auf dem Boden). Er ist entspannt und schließt die Augen. Der andere ist der „Wettermassieur“. Er leitet die Wettermassage an, zum Beispiel mit einer kleinen Geschichte. Macht die Handbewegungen vor, damit die anderen Wettermassieure auch wissen, wie sie massieren sollen. Am besten wird die Übung immer mit „Sonnenschein“ beendet.
Ein Beispiel: *„Ihr liegt im Sommer am Strand, hört das Rauschen der Wellen, die Sonne scheint auf euren Rücken...“*

Sonnenschein: Die ganze flache Hand nacheinander auf mehrere Stellen auf den Rücken legen.
Kleine Wolken: Mit der flachen Hand kleine, leichte Kreise auf dem Rücken machen.
Dunkle Wolken: Mit der Faust langsam etwas festere Kreisbewegungen machen.
Nieselregen: Mit den Fingerkuppen ganz leicht klopfen.
Fester Regen: Mit den Fingerkuppen fester klopfen.
Starkregen: Leicht mit den Fingerkuppen pieksen. Darauf achten, dass es dem anderen nicht weh tut.
Leichtes Erdbeben: Mit den Fingern von oben nach unten neben der Wirbelsäule entlang klopfen.
Mittleres Erdbeben: Mit den Fäusten von oben nach unten neben der Wirbelsäule entlang klopfen.
Seebeben: Den ganzen Körper des zu Massierenden leicht rütteln.
Wellen: Kleine kreisende Bewegungen mit der Handfläche auf dem Rücken.
Starke Wellen: Große kreisende Bewegungen mit der Handfläche auf dem Rücken.
Sturmflut: Kleine kreisende Bewegungen mit der Faust auf dem Rücken.
Tsunami: Große kreisende Bewegungen mit der Faust auf dem Rücken.
Und am Ende: Sonnenschein

Musik und Aktion

Ort: drinnen oder draußen
Anzahl Teilnehmer: ab 10 Personen
Dauer: 5 bis 10 Minuten
Alter: ab 4 Jahre
Material: CD-Player, Musik

Alle bewegen sich zur Musik durch den Raum (Gehen, Tanzen, Schreiten etc.). Wenn die Musik aufhört, stellt der Spielleiter eine Aufgabe, die entweder alleine oder zu mehreren oder in der ganzen Gruppe kurz und einfach zu lösen ist, solange die Musik noch aus ist. Es können verschiedene Aktionen zur Begrüßung sein, „sportliche“ Aufgaben oder thematisch orientierte Aufgaben, beispielsweise:

verschiedene Begrüßungsformen (Hand geben, Ohr ziehen, Knöchel fassen, alle begrüßen eine bestimmte Person, Vulkaniergruß,...),
Kleingruppen bilden (diverse Kriterien: Haar- oder Augenfarbe, Anfangsbuchstabe Vorname, Alter, Lieblingsfarbe, Geburtsmonat,...),
kleine Aufgaben im Raum (in eine Ecke laufen, unter Tische kriechen,...),
sich benehmen wie...(Kind, alter Mann, Affe, Lokomotive, Tourist, Kindergruppenleiter,...).
Der Fantasie sind in dieser Spielform wenig Grenzen gesetzt.

Zu beachten: Passende Musik vorher aussuchen, genügend Platz, kurze und harmlose Aufgaben, kein Wettkampf

Fritz Ferkel

Ort: drinnen oder draußen
Anzahl Teilnehmer: 8 bis 20 Personen
Alter: ab 7 Jahre
Dauer: je nach Anzahl 5 bis 20 Minuten

Material: ein ungewöhnlicher Gegenstand, der die Aufmerksamkeit erregt

Die erste Person nimmt den Gegenstand in die Hand und stellt sich mit ihrem Vornamen und einem Tiernamen vor, der mit dem gleichen Buchstaben anfängt (Fritz Ferkel, Ralf Regenwurm, Christoph Chamäleon). Der zweite übernimmt den Gegenstand vom ersten und wiederholt den ersten Namen („Das ist ... „) und stellt sich dann selbst genauso vor („und ich bin...“). So geht's weiter, bis alle durch sind!

Zu beachten: Es handelt sich um ein Kennenlernspiel, dass in gelöster Atmosphäre stattfinden soll. Leistungsdruck, insbesondere bei jüngeren Kindern vermeiden und, wenn nötig, bei Hänger durch pantomimische Darstellung helfen.

Mörder-Pantomime

Ort: drinnen

Anzahl Teilnehmer: 2 Akteure, Zuschauer

Alter: ab 10 Jahre

Dauer: ca. 10 Minuten

Ein Freiwilliger wird vor die Tür geschickt. Die Gruppe überlegt sich einen Kriminalfall mit den Fakten Ort des Verbrechens, Beruf des Opfers und Tatwaffe. Die Person wird wieder reingeholt und nimmt auf einem Stuhl Platz. Sie stellt einen Kommissar dar, der soeben diesen Fall gelöst hat und der Presse (= Gruppe) nun vom Tat-Hergang erzählt. Seine einzige Hilfe dabei ist eine zweite Person, die hinter dem Stuhl kniet, die Hände durch seine Arme (auf dem Rücken) steckt und so „für ihn“ gestikuliert. Es entsteht eine spannende Geschichte mit hohem Unterhaltungswert.

Zu beachten: Recht anspruchsvolle Spielform, „Kommissar“ ist verbal gefordert. Kinder sollten bereits Erfahrung mit darstellendem Spiel (z.B. Scharaden) haben. Gut zum Thema „Teamarbeit“.

Peng!

Ort: drinnen oder draußen

Anzahl Teilnehmer: ab 10 Personen, je mehr, desto besser

Alter: ab 6 Jahre

Dauer: ca. 15 Minuten (mit Vorbereitung)

Material: Luftballons, Pumpe

Alle Spieler binden sich einen prall aufgeblasenen Luftballon mit einem Bindfaden um ihren linken Knöchel. Bei einsetzender Musik versucht jeder Spieler die Ballons der anderen zu zertreten und gleichzeitig seinen eigenen zu schützen. Ist der eigene Ballon kaputt, muss der Spieler das Spielfeld verlassen und darf selbst nicht mehr mitspielen.

Zu beachten: Es sollten keine Massakrierungen stattfinden, auch Knöchelbrüche sind zu vermeiden. Daher das Spiel mit möglichst geringem Wettkampfcharakter vermitteln und zur Vorsicht mahnen. Bei kleinen Kindern auf Frust („Mein schöner Ballon, bääääääh....) vorbereitet sein. Eventuell für nach dem Spiel einen (noch schöneren!) Ballon für jeden in Reserve haben und verteilen.

Klopfsignale

Ort: drinnen oder draußen

Anzahl Teilnehmer: ab 6 Personen

Alter: ab 8 Jahre

Dauer: ca. 1 Minute pro Teilnehmer

Alle Spieler sitzen um den Tisch. Der linke Arm wird über, der rechte unter dem des Nachbarn hergeführt, so dass sich zwischen den auf dem Tisch liegenden eigenen Händen noch zwei andere Hände befinden. Nun wird durch den entstandenen „Händekreis“ ein Klopfen weitergegeben, wobei einfaches Klopfen bedeutet, dass die Richtung beibehalten wird, doppeltes Klopfen jedoch einen Richtungswechsel zur Folge hat. Wer falsch klopft, oder es vergisst, muss die entsprechende Hand vom Tisch nehmen. Sieger sind die letzten beiden Hände!

Zu beachten: Der Spielleiter muss einheitlich entscheiden, was als Fehler gilt und was nicht (z.B. „Zucken“: schon ein Fehler?). Regeln können im Laufe des Spiels verschärft werden.

Deckenrennen

Ort: drinnen oder draußen

Teilnehmerzahl: mindestens 10

Alter: ab 6 Jahre

Dauer: ca. 5 bis 10 Minuten

Material: Decken, Handtücher

Als Aufhänger für dieses Spiel erzählst du eine Geschichte, in der gewisse Parallelen zum Erdbeben gezogen werden. Es kommen dort Begriffe wie Lava, Wasser, Sumpf, Erde usw. vor. Verschiedene Teams versuchen eine festgelegte Strecke (zum Ziel) möglichst schnell zurückzulegen und dabei einen Gegenstand (Plastikflasche, Teddy, o.ä.) transportieren. Sie dürfen sich allerdings nur mit Hilfe ihrer beiden magischen Decken (bei kleinen Teams Handtücher) fortbewegen, da sie den Boden nicht berühren dürfen. Dies geschieht, indem sie auf einer Decke stehen, die andere davor legen, sich auf diese stellen, die erste aufheben, vor die jetzt besetzte legen usw. Das Team, das zuerst das Ziel erreicht, hat gewonnen.

Zu beachten: Alte Decken nehmen, wenn möglich Schuhe ausziehen.

So lässt sich ein wenig nachvollziehen, welche Schwierigkeiten Erdbebenhelfer haben.

Windei

Ort: draußen

Anzahl Teilnehmer: ab 2 Personen

Alter: ab 6 Jahre

Dauer: 1 Minute pro Durchgang

Material: Stühle, Slalomstangen, Luftballons

Ein Parcours wird aufgebaut, in dem ein Startpunkt festgelegt wird und in einer Entfernung von Idealerweise acht bis zehn Metern zwei Stühle mit den Sitzflächen aufeinander gelegt werden, so dass die Stuhlbeine des oberen Stuhls in die Luft zeigen. Zusätzlich können Hindernisse, Slalomstangen etc. eingebaut werden. Ziel eines jeden Spielers ist es nun, einen Luftballon, der

am Start auf dem Boden liegt, möglichst schnell zwischen diesen Stuhlbeinen abzulegen. Der Haken bei der Sache ist, dass er weder Arme noch Hände benutzen darf, und den Luftballon auch in keinsten Weise einklemmen darf.

Das Spiel kann einzeln auf Zeit gespielt werden (ein Parcours, Stoppuhr), als Staffelspiel (ein oder zwei Parcours, zwei Mannschaften, Ballon wird erst vom Letzten abgelegt, die anderen laufen mit Ballon um das Ziel herum und übergeben am Start) oder in Form eines Turniers mit K.O.-System wie beim Tennis (2 Parcours, 1 gegen 1, Sieger kommt weiter).

Zu beachten: Soll Spaß machen, nicht zu ernst und verkrampft werden lassen.

Blinzelmörder

Ort: egal

Teilnehmerzahl: ab 10 Personen

Alter: ab 10 Jahre

Dauer: 5 bis 15 Minuten

Material: Kartenspiel

Alle Spieler im Stuhlkreis erhalten eine Karte, ohne den Mitspielern die Karte zu zeigen. Der Spieler, der die Pik 7 hat, ist der „Mörder“. Er mordet, indem er seinen Mitspielern zublinzelt (vorher gemeinsam definieren). Wer „angeblinzelt“ wird, zeigt durch das Ablegen seiner Karte und seine Körperhaltung an, dass er „tot“ ist. Hat ein (lebendiger!) Spieler einen Verdacht, wer der Mörder ist, so gibt er ein Handzeichen. Erst wenn zwei Spieler einen Verdacht haben, wird das Spiel unterbrochen. Auf ein Kommando des Spielleiters hin zeigen beide *gleichzeitig* auf eine Person und nennen deren Namen. Haben beide den gleichen Verdacht, muss sich die Person offenbaren, ist der Verdacht unterschiedlich, geht das Spiel weiter, die beiden Spieler scheiden aus. Das Spiel ist zu Ende, wenn der Mörder gefunden oder nur noch drei Spieler übrig sind.

Kiwi Kiwi Kiwi

Ort: egal

Anzahl Teilnehmer: ab 6 Personen

Alter: ab 8 Jahre

Dauer: solange es Spaß macht...

Zunächst wählt jeder Spieler einen Fruchtnamen für sich aus. Gelingt es dem Spieler, der am Zug ist, einen der Fruchtnamen dreimal hintereinander zu rufen, ohne dass ihn die betreffende Person mit dem Ausruf ihres Namens unterbricht, ist diese am Zug, hat quasi den „Schwarzen Peter“.

Zu beachten: Erst Namen wählen lassen, dann erklären. Langer Name ist sehr vorteilhaft!

Grummeln

Ort: drinnen

Anzahl Teilnehmer: ab 10 Personen

Alter: ab 8 Jahre

Dauer: solange es Spaß macht...

Material: Münze

Alle Spieler bis auf den „Schwarzen Peter“ sitzen am Tisch, haben die Hände unter selbigem und geben verdeckt eine Münze weiter. Der „Schwarze Peter“ muss die Münze ausfindig machen und hat dafür verschiedene Kommandos zur Verfügung, bei denen bestimmte Handbewegungen aller Spieler erfolgen:

„Häschen“, beide Hände als Hasenohren;

„Elefant“: Hände übereinander als Elefantengigur auf dem Tisch;

„Glatze“: beide Hände flach vor die Stirn;

„Flunder“: beide Hände flach auf dem Tisch.

Wenn die Münze von Hand zu Hand wandert, hat der „Schwarze Peter“ die Möglichkeit dreimal direkt nacheinander (zum Beispiel Flunder, Glatze, Flunder) Kommandos zu geben. Nach dem dritten Kommando muss er auf einen Spieler tippen, bei dem er die Münze vermutet. Hat er Recht, ist nun dieser Spieler der „Schwarze Peter“, wenn nicht, muss er weiter raten.

Zu beachten: Die vier Kommandos und Handbewegungen müssen vorher klar abgesprochen sein. Eignet sich besonders in bereits gelöster Atmosphäre, dann auch für Erwachsene. Weitere Kommandos können erfunden werden.

Energiekreis

Ort: egal

Anzahl Teilnehmer: ab 6 Personen

Alter: ab 6 Jahre

Dauer: je nach Laune 2 bis 15 Minuten

Alle Spieler stehen im Kreis. Der Spielleiter wendet sich seinem rechten Nachbarn zu und gibt an ihn mit einem Händeklatschen den Ruf „Hepp!“ weiter. Der Nachbar macht gleiches mit seinem rechten Nachbarn usw. Das „Hepp!“ läuft solange weiter, bis ein Mitspieler das „Hepp!“ nicht seinem rechten Nachbarn weitergibt, sondern es seinem linken Nachbarn mit einem „Hepp-Hepp“ „zurückgibt“. Dadurch entsteht ein Richtungswechsel und das „Hepp!“ läuft nun in die andere Richtung. *Variante:* Später zwei „Hepps“ rumgehen lassen.

Zu beachten: Da es sich um einen *Energiekreis* handeln soll und es ein warm-up Spiel ist, sollte das „Hepp!“ laut und die Drehung zum Nachbarn zügig erfolgen. Je schneller und lauter gespielt wird, desto mehr Spaß macht das Spiel.

Team Go!

Ort: großer Raum, draußen

Anzahl Teilnehmer: ab 6 Personen

Alter: ab 6 Jahre

Dauer: 1 bis 2 Minuten

Alle Spieler stehen im Kreis, Arme um die Schultern der jeweiligen Nachbarn gelegt („Tsaziki-Tanz“). Alle stehen mit dem rechten Fuß im Kreis, der linke wird zurückgesetzt. Im gleichmäßigen Rhythmus wechseln alle gleichzeitig vom rechten auf den linken Fuß. Der Spielleiter leitet kurz in das Spiel oder/und die momentane Gruppensituation ein und beginnt dann mit dem Ausruf „Team go!“, wobei das Wort „Team“ während der Belastung des linken

Fußes ausgerufen wird, das Wort „Go“ während der Belastung des rechten Fußes. Nacheinander tun es ihm die anderen Spieler im Kreis gleich, bis die Reihe wieder beim Spielleiter ankommt. Direkt nachdem der letzte Spieler dran war, wird die Runde mit einem gemeinsamen „Go, go, go!“ abgeschlossen.

Zu beachten: In der Spielgruppe muss zwar keine vertraute Atmosphäre herrschen, jedoch sollte sie frei von Spannungen sein, da es sich um ein Spiel mit Körperkontakt handelt. Es sollte „peppig“ vermittelt und gespielt werden, um Schwung und Gruppenempfinden zu vermitteln. Als „roter Faden“ für Freizeiten, Seminare oder auch wöchentliche Treffs jeweils zu Beginn/Ende von Einheiten/Tagen geeignet.

Wer bin ich?

Ort: egal

Anzahl Teilnehmer: egal

Alter: ab 8 Jahre

Material: Zettel, Stifte, Tesa

Dauer: mindestens 20 Minuten

Jeder Spieler klebt einem Mitspieler einen Zettel mit dem Namen einer bekannten Person (auch Musik, Film, Comic etc.) auf die Stirn. Alle Spieler laufen durch den Raum. Treffen sich zwei Spieler, darf jeder von ihnen den anderen solange geschlossene Fragen (Ja/Nein) zu der von ihm verkörperten Person stellen, bis die Antwort „Nein“ lautet. Ist das bei beiden geschehen, trennen sich die Spieler und suchen neue Partner. Hat ein Spieler durch geschicktes Fragen herausbekommen, wen er darstellt, beschließt er für sich das Spiel mit dem lauten Ausruf „Ich bin ...“ (lustig: dabei auf einen Stuhl steigen) und beobachtet den Rest des Spiels von außen.

Variante: Bei wenigen Spielern kann auch im Stuhlkreis gespielt werden. Es geht reihum (bis zum „Nein“ natürlich), die Fragen werden an alle gestellt.

Zu beachten: Zu erratende Personen müssen auch wirklich bekannt sein!

Der Eisberg schmilzt – das Krokodil und die Pinguine

Ort: egal

Anzahl Teilnehmer: ab 10 Personen

Alter: ab 4 Jahre

Dauer: 10 Minuten

Die „Pinguine“ gehen zu Musik durch den Raum (= Meer). Setzt die Musik aus, taucht das „Krokodil“ auf und versucht, sie zu fangen. Die einzige Möglichkeit für die Pinguine, sich zu retten, besteht darin, sich schnell auf die im Raum befindlichen „Eisberge“ (= Zeitungspapier oder Decken) zu begeben. Diese werden allerdings von Durchgang zu Durchgang weniger und mitunter auch kleiner (zusammenfalten). Fängt ein Krokodil einen Pinguin, so wird er auch zum Krokodil.

Zu beachten: Bei kleinen Kindern keine Angst erzeugen, passende Musik verwenden.

Atom-Spiel

Ort: großer Raum, draußen
Anzahl Teilnehmer: ab 15 Personen
Alter: ab 4 Jahre
Dauer: solange es Spaß macht...
Material: Zeitungen

Die Spieler stellen einzelne Atome dar und bewegen sich im Raum durcheinander (evtl. Musik). Auf das Kommando des Spielleiters verbindet sich eine bestimmte Anzahl Atome (je nach Kommando des Spielleiters) zu einem Molekül, indem sich die entsprechende Anzahl Spieler an die Hände nehmen. Atome, die keinen Anschluss finden, bleiben „ungebunden“. Auf das Kommando „Spaltung“ lösen sich die Moleküle auf und die Spieler werden wieder zu Atomen. Beim letzten Spielleiter-Kommando kann durch dieses Spiel dann eine für andere Zwecke (z.B. AGs) erwünschte Gruppenbildung geschehen.

Variante: Als Wettspiel gespielt, scheiden nach jeder Molekülbildung die ungebundenen Atome aus.

Zu beachten: Genügend Platz, um sich locker zu bewegen, sollte vorhanden sein. Insbesondere bei jüngeren Kindern muss darauf geachtet werden, dass die Atome ohne Anschluss nicht als Versager dastehen. Gut geeignet, um Gruppen/Mannschaften zu bilden, in denen Leute miteinander arbeiten sollen, die sonst nicht soviel miteinander zu tun haben.

Virus-Fang-Spiel

Ort: großer Raum, draußen
Anzahl Teilnehmer: ab 10 Personen
Alter: alles, was laufen kann
Dauer: offen

Der Fänger stellt einen gefährlichen Virus dar (z.B. im Winter „böser Kältevirus“), der jeden befällt, der mit ihm in Kontakt kommt. Ist ein Spieler krank, erstarrt er auf der Stelle. Erkrankte können nur kuriert werden, indem gesunde Mitspieler sie zu zweit umfassen („Antikörper“), in die Knie gehen und dabei sagen „Simsalabim, is´ gar nicht schlimm!“ Das Spiel endet, wenn der Virus alle Spieler erwischt hat oder wenn keiner mehr Bock hat.

Zu beachten: Dieses Bewegungsspiel erfordert selbst bei wenigen Spielern ausreichend Platz, damit die Chance besteht, Kranke zu kurieren. Als Einstieg in ein Gesundheitsthema geeignet.

Klapperschlange

Ort: großer Raum
Anzahl Teilnehmer: ab 6 Personen
Alter: ab 6 Jahren
Dauer: ca. 2 Minuten pro Durchgang
Material: Augenbinde, Stecknadeln in Dose

Die Spieler bilden einen großen Kreis. Zwei von ihnen bekommen die Augen verbunden und erhalten „Rasseln“ (z.B. Stecknadeln in einer geschlossenen Dose). Beide bewegen sich innerhalb des Kreises, einer ist Fänger, der andere Beute. Rasselt der Fänger mit seiner Rassel,

so ist die Beute verpflichtet, ihm mit ihrer Rassel zu antworten. Die Spieler, die den – möglichst großen – Kreis bilden, bewahren die „Blinden“ davor, gegen Tische, Mauern, Säulen oder ähnliches zu laufen und drehen sie falls nötig in den Kreis.

Zu beachten: Je größer der Raum, desto spannender und länger das Spiel. Bei jüngeren Kindern das Problem des Nicht-Sehens (Angst, Vertrauen) berücksichtigen. Während des Spiels sollte es möglichst ruhig sein. Spielerische Form für Sinneserfahrung.

Klatsch und Fang!

Ort: draußen

Anzahl Teilnehmer: ab 5 Personen

Alter: ab 4 Jahre

Dauer: unterschiedlich

Material: Ball

Die Spieler stehen im Kreis, der Spielleiter mit Ball in der Mitte. Er wirft abwechselnd den Spielern den Ball zu und ruft eine Zahl zwischen 0 und 3. Die Spieler müssen, bevor sie den Ball fangen, sooft wie verlangt in die Hände klatschen. Gelingt es, dürfen sie im Kreis bleiben, wenn nicht, scheiden sie aus. Nennt der Spielleiter keine Zahl, gilt die letztgenannte.

Zu beachten: Vorsicht bei Brillen, Fenstern etc!

Vier gewinnt

Ort: drinnen

Anzahl Teilnehmer: ab 10 Personen

Alter: ab 8 Jahre

Dauer: 5 bis 15 Minuten

Material: Klebeband

Vier Stühle stehen in einer Reihe und sind besetzt, die restlichen Personen bilden mit ihren Stühlen einen Halbkreis, der den vieren zugewandt ist. Ein Stuhl im Halbkreis bleibt frei. Jeder zweite Spieler wird „markiert“, z.B. durch Klebeband, dadurch entstehen 2 Mannschaften. Für jeden Spieler wird eine Namenskarte erstellt, die gesammelt und *zufällig* verteilt werden, so dass jeder Spieler eine Namenskarte hat, auf der jedoch nicht unbedingt sein eigener Name steht. Nach dem Prinzip von „Mein rechter Platz ist frei“ werden jetzt Namen aufgerufen und Plätze gewechselt, jedoch gelten jeweils die Namen, die auf den Karten stehen. Wechselt man den Platz wird die Namenskarte mit demjenigen getauscht, der einen herbeigerufen hat. Ziel des Spiels ist es, die Reihe mit den vier Stühlen alle mit Personen der eigenen Mannschaft zu besetzen. Gelingt dies, ist das Spiel zu Ende.

Zu beachten: Wenn man es erstmal spielt, ist es gar nicht so schwierig, wie es sich anhört.

von Hajo Mußenbrock, Sebastian Driemer und Nicole Velling; Fotos Michael Penzel

Fon: 0251/9739-218, Fax: 0251/9739-217, www.jrk-westfalen.de,

Mail: hans-joachim.mussenbrock@drk-westfalen.de