

# Inhaltsverzeichnis

- 4** Einleitung
- 7** Bewegungsideen für große Gruppen
  - 8** Bewegungsidee: Delfinvorstellung mit Nixen
  - 9** Balancier- und Springspiel: Tritt nicht auf die Schildkröten!
  - 10** Hindernisparcours: Findet den Glitzerstein!
  - 12** Bewegungsgeschichte: Bei den Aliens
  - 14** Nachlaufspiel: Schwanzdiebe
  - 15** Tanzspiel: Rätsel-Disko
  - 16** Kuschel- und Bewegungsspiel: Pinguin-Unfall
  - 17** Fitness-Ideen: Fußball-Training
  - 18** Bewegungsbaustelle: Murmeltier-Sport
  - 20** Ideenseite
- 21** Bewegung für Bald-Schulkinder
  - 22** Musik-Stoppenspiel: Achtung, Haie!
  - 23** Nachlaufspiel: Achtung vor dem Stampffuß
  - 24** Spiel: König, König, wie weit darf ich gehen?
  - 25** Spiel: Dschungeltiere-Nachlauf
  - 26** Aufpass-Spiel: Puppenwagen-Wettfahrt
  - 27** Zahlen- und Zählspiel: Ab ins Körbchen!
  - 28** Zielwurfspiel: Triff das Monster!
  - 29** Zielwurfspiel: Wirf die Punkte einfach weg!
  - 30** Musikstopp-Spiel: Buchstaben-Tanz
  - 31** XXL-Bausteinspiel: Hochstapler
  - 32** Ideenseite

### **33 Bewegung für die Kleinsten**

- 34** Mitmachgedicht: Tschüss, kleines Küken!
- 35** Entdeckerspiel: Verstecke finden
- 36** Ballreiterspiel: Komm, wir fahren im Bus!
- 38** Mitmachgedicht: Insekten-Sport
- 39** Aufräum- und Bewegungsspiel: Unordentliche Elfen
- 40** Bewegungslied: Was raschelt in der Wiese?
- 42** Sortier- und Mitmachspiel: Alle Vögel kommen ins Nest

### **43 Bewegungsideen für draußen**

- 44** Aufpassspiel: Beinegreifer
- 45** Halteübungen: Einbein, pass auf!
- 46** Eichhörnchen-Sport: Baumstammklettern
- 47** Planschidee: Die große Schlitter-Rutsche
- 48** Sportgerät: Frisbee-Werkstatt
- 49** Spiel: Blattwickler
- 50** Wahrnehmungsspiel: Waldlauf
- 51** Gestaltungsaktion: Ein Geschenk für die Elfen
- 52** Mitmachgedicht: Im wilden Wichtelwald
- 54** Bewegungsspiel: Blattlaus-Nachlauf

### **55 Ruhe-Ideen nach der Bewegung**

- 56** Kinder-Yoga: Garten-Yoga
- 58** Partnermassage: In der Feenküche
- 59** Massagelied: Wer will fleißige Gärtner sehen?
- 60** Taktile Erfahrung: Brummm!
- 61** Körpererfahrungen: Ganz, ganz schwer
- 62** Vorlese- oder Mitmachgeschichte: Als die wilden Riesen immer ruhiger wurden