

**TIPP ZUM WOCHENENDE**  
**9. u. 10.01.2021**

**Spaziergang ist nicht gleich Spaziergang**

Das Wetter ist seit Tagen nur grau in grau. Trotzdem ist es wichtig, jeden Tag rauszugehen! Denn so bekommt man frische Luft und Bewegung! Wenn Ihre Kinder nicht immer Lust haben, können Sie sie mit den folgenden Spielideen locken:



**Spiele, die den Weg einbeziehen**

- Wer sieht zuerst den nächsten ... (Briefkasten, Bushaltestelle, Kastanienbaum)?
- Wer sieht zuerst etwas Grünes, Rotes, Blaues?
- Mama und Kind machen eine kurze Pause und zählen bis ..., Papa geht derweil vor und versteckt sich am Wegrand (in wechselnder Besetzung).

**Singen!**

Ein sehr beliebtes Sprech-Lied ist das, in dem jeder zweite Schritt gezählt wird, gefolgt vom Reim: „Ein Hut, ein Stock, ein Schirm, ein Mann, und – vor, zurück, zur Seite, ran!“ (die Bewegungen werden mit dem rechten oder linken Bein ausgeführt, danach geht der Marsch mit erneutem Zählen weiter).



**Endlosspiele,**

die man mit Kindern ab etwa drei Jahren im Gehen spielen kann: Ich packe meinen Koffer, Ich sehe was, was du nicht siehst, Wer/was bin ich?, Stein-Schere-Papier, ABC-Spiel und Wortketten.

**Blindwandern:**

Ein Teilnehmer bekommt ein Tuch über die Augen und muss, geführt von einem Mitwanderer, ein Stück des Weges blind bewältigen.

**Lauf-Olympiade:**

Hüpft ein Stück des Weges auf einem Bein, geht rückwärts, schlägt Räder. Verboten ist nur normales Laufen!

**Ein schönes Wochenende wünscht,**

Sabine Clausen

Dipl. Sozialpädagogin, mobil erreichbar unter 0151 23 66 92 42

**Bildungsforum im Falkenhagener Feld, Im Spektefeld 26, 13589 Berlin, Tel.: 030-3736253**

Wer diesen Newsletter nicht mehr erhalten möchte, sendet bittet eine e-mail an:

[sabine.clausen@paulgerhardtgemeinde.de](mailto:sabine.clausen@paulgerhardtgemeinde.de)

Gefördert durch:



Träger:



Paul-Gerhardt-Kirchengemeinde  
in Berlin-Spandau  
MEHRGENERATIONENHAUS