

SPIELANLEITUNG



Das kleine
Fußspiel

www.DAS-KLEINE-FÖRDERSPIEL.de

Tierisch gesunde Kids!



Das kleine
Fußspiel

Spielanleitung DAS KLEINE FUSSSPIEL



- S. 3 DIE IDEE
- S. 4 DIE ÜBUNGEN
- S. 5 BENÖTIGTE GEGENSTÄNDE
- S. 6 SPIELVARIANTE – FÜR KLEINE UND ZWISCHENDURCH
- S. 7 SPIELVARIANTE – QUARTETT zu drei oder mehr Personen
- S. 8 SPIELVARIANTE – QUARTETT zu zweit
- S. 9 SPIELVARIANTE – ZIRKELTRAINING
- S. 10 ALTERNATIVE ÜBUNGEN

DIE IDEE: SPIEL STATT ORTHOPÄDIE!

Wir haben zusammen mit Experten ein Spiel entworfen, durch das Kinder und Erwachsene zwischen 3 und 99 Jahren einen besseren Umgang mit ihrem Körper und mit sich selbst entwickeln können:

EIN KARTENSPIEL, DAS SPIELSPASS MIT BEWEGUNGEN UND ÜBUNGEN KOMBINIERT!

Ein Spiel, das orthopädisch und gesundheitlich wirksam, kindgerecht gestaltet, einfach zu begreifen, immer wieder abwechslungsreich zu spielen und überall anwendbar ist.

Es besteht aus **ÜBUNGSKARTEN ZUR FUSSGYMNASTIK FÜR KINDER** und ist aufgebaut wie ein Quartettspiel. Auf den 32 Spielkarten zeigen 8 Tiere jeweils 4 Übungen für die Füße. Die Übungen werden durch Fotos und eine kurze Beschreibung auf den Karten gezeigt. Verschiedene Spielvarianten werden im Kartenspiel oder auf unserer Internetseite www.DAS-KLEINE-FOERDERSPIEL.de erläutert und sorgen für Überraschung und Abwechslung ob zu zweit oder in der Gruppe.



Das kleine
Fußspiel



DIE ÜBUNGEN: DA IST JEDER SCHNELL IM BILD



Einfaches Prinzip – wer eine der Karten zieht, muss die entsprechende Übung nach- oder vormachen und erhält dafür die Karte. Gespielt werden kann es auch wie ein Quartett oder Zirkeltraining. Auf den folgenden Seiten werden die Spielregeln dazu erläutert.

Als Herausforderung und Spielvariante besitzen die Karten **4 Schwierigkeitsgrade**, symbolisiert durch **1- 4 Tierköpfe**. So kann man altersgerecht spielen, aber auch Ehrgeiz wecken, indem die Punkte der geleisteten Übungen gezählt werden. **Hase Hops** hat leichtere Übungen, **Monster Mo** dagegen eher schierigere. Vereinfachte Umsetzungen einzelner Übungen werden in der Broschüre angeboten.

Unsere Tierfiguren fassen jeweils ein „Quartett“ zusammen und stehen für einen bestimmten Bewegungsbereich, den sich die Kinder so leichter merken können.



BENÖTIGTE GEGENSTÄNDE



Das kleine
Fußspiel

Manche Tiere sind schwieriger als andere oder brauchen ein Paar Hilfsmittel, die in jedem Haushalt zu finden sind.

Für manche Spielkarten braucht man Hilfsmittel:

- Stifte + Papier
- Schüssel/Topf und Karton o. Ä. mit Löchern
- Besenstiel/Seil
- Tuch/Handtuch
- kleine Gegenstände (z.B. Legosteine)
- rauhe, glatte, weiche, kantige Gegenstände
- Ball/anderen größeren Gegenstand
- Haselnüsse zum Essen
- Pappbilderbuch
- Becher zum Ineinanderstecken
- Rassel
- Schneebesen + Schüssel/Topf zum Trommeln, Socken.

SPIELVARIANTE – FÜR KLEINE UND ZWISCHENDURCH



FÜR KLEINE ODER VIELE KINDER

Jeder zieht abwechselnd eine Karte und macht die Übung vor. Ist eine Übung erfolgreich absolviert, darf das Kind die Karte behalten und die anderen machen die Übung nach.

Besonders geeignet für die Jüngsten – **Hase Hops**, **Frosch Platsch** und die Karten mit einem Tierkopf.

JEDEN TAG 1 TIER – 4 ÜBUNGEN

Das Kind sucht sich 1 Tier aus dem Spiel aus, das es „durchspielt“ – täglich spielerisch etwas für die Gesundheit tun.

FÜR UNTERWEGS

Wählen Sie Karten aus, die keinen Hilfsmittel benötigen. Davon gibt es eine ganze Menge. Der **Frosch Platsch** benötigt keine Hilfsgegenstände.

AUCH DEN GROSSEN TUT DAS SPIEL GUT! Machen Sie ruhig Mal mit!

SPIELVARIANTE – QUARTETT zu drei oder mehr Personen



Das kleine
Fußspiel

Die Karten mischen und einzeln an die Spieler verteilen – dabei erhalten unter Umständen einige Spieler eine Karte mehr als andere. Der Spieler links vom Kartengeber beginnt das Spiel und fragt einen beliebigen Mitspieler nach einer eindeutig bezeichneten Karte, die ihm zur Bildung eines Quartetts fehlt; z.B. „Hast du die 3 Hirschköpfe?“

Ein Spieler darf nur dann nach einer bestimmten Karte fragen, wenn er von dem betreffenden Quartett mindestens eine Karte in der Hand hält. Hat der befragte Mitspieler die gesuchte Karte, so muss er sie dem Fragenden herausgeben, und dieser darf weiterhin von seinen Mitspielern ihm fehlende Karten fordern. Wenn jedoch ein Befragter die gewünschte Karte nicht besitzt, dann ist dieser an der Reihe nach Karten zu fragen. Sobald ein Spieler ein vollständiges Quartett, z.B. vier Hirschkarten, besitzt, legt er dieses offen vor sich auf den Tisch. **Das Besondere bei diesem Quartett: Der Spieler, der sein Quartett ablegt macht die Übungen der Karten vor und die anderen machen sie nach.** Hat ein Spieler keine Karten mehr in der Hand, so ist er aus dem Spiel, und sein linker Nachbar darf als nächster nach Karten fragen.

Wer bis Spielende die meisten Quartette sammeln kann, gewinnt.

SPIELVARIANTE – QUARTETT zu zweit



Das kleine
Fußspiel

Wenn nur zwei Spieler teilnehmen, erhält jeder zehn Karten. Die restlichen Karten werden verdeckt auf den Tisch gelegt. Wer eine gesuchte Karte nicht erhält, nimmt die oberste Karte des Stapels in sein Blatt, während der andere fragen darf. Ansonsten gelten die Regeln des Spiels für drei oder mehr Personen.



SPIELVARIANTE – ZIRKELTRAINING



Jedes Kind sucht sich 1 - 2 Übungen aus dem Kartenspiel aus, oder man spielt 1 - 2 Tiere komplett durch. Man kann auch die Übungen nach den Fähigkeiten der mitspielenden Kinder auswählen. Es sollten **mindestens 4 und maximal 8 Übungen** zustande kommen.

Die verschiedenen Stationen werden nacheinander absolviert und an jeder wird eine Spiel- bzw. Übungskarte des kleinen Fußballspiels durchgeführt. Die Stationen sind kreisförmig angelegt. Die Zeit pro Übung sollte etwa eine Minute betragen, damit die Kinder die Übungen ausprobieren können.

Z.B. Wie oft kannst Du mit den Füßen klatschen? (Frosch)

Wieviele kleine Spielsachen kannst Du in eine Schüssel räumen? (Fuchs)

Wieviele Gegenstände kannst Du erraten? (Igel)

Wie weit kannst Du mit Stiften unter den Zehen laufen? (Igel)

Die Übungen sollten so angelegt werden, dass bei aufeinander folgenden Übungen unterschiedliche Muskelgruppen belastet werden, die Übungen also so unterschiedlich wie möglich sind, sodass die Muskeln sich während der Übungen leicht regenerieren können.

AM ENDE IST JEDER EIN GEWINNER!

SPIELVARIANTE – LERN-THEMA WALDTIERE



Erfinden Sie eine Geschichte um das Monster Mo, z.B. Monster Mo landet mit seinem Raumschiff auf der Erde und besucht die Waldtiere. Hierzu können auch die Masken der Tiere heruntergeladen, ausgedruckt und von den Kindern zuvor bemalt werden.

Das Monster Mo macht mit den Kindern Aufwärmübungen wie Laufen, Hüpfen etc. und Übungen des Monsters.

Im Anschluss könnten Sie eine der erläuterten Spielevorschläge der Spielanleitung wählen

Das Thema Waldtiere – Lebensraum Wald, Gewohnheiten – kann in diesem Zusammenhang auch erläutert werden, den das Monster Mo will natürlich viel erfahren von der Erde und seinen Bewohnern.

Gemeinsam oder in Gruppen können die Kinder die einzelnen Waldtiere erarbeiten und sie später den anderen Kindern und dem Monster Mo erklären.

Ausflüge zu Wildtiergehegen oder in den Wald bieten sich hier ebenfalls an.

Schicken Sie uns gerne weitere Anregungen!

SPIELVARIANTE – WÜRFEL Spielvorschlag eines Kindergarten-Kurses



Das kleine
Fußspiel

Das Monster Mo landet mit seinem Raumschiff auf der Erde und besucht die Waldtiere. Hierzu können auch die Masken der Tiere heruntergeladen, ausgedruckt und von den Kindern zuvor bemalt werden.

Das Monster Mo macht mit den Kindern Aufwärmübungen wie Laufen, Hüpfen etc. und Übungen des Monsters.

Wählen Sie 6 Tiere der 7 Waldtiere aus und kleben Sie die Köpfe auf die 6 Seiten eines Würfels. (Spielen Sie das Spiel noch Mal, wählen Sie 6 andere Tiere aus.) Die Kinder würfeln nun nacheinander und jedes Kind macht seine Übung des gewürfelten Tieres vor, die anderen machen es nach. Danach darf es die Karte behalten, so wird jede Übung nur 1 Mal gemacht.

Die Übungen der 6 Tiere, die Sie ausgewählt haben, können Sie natürlich vorher auch reduzieren und z.B. zu jedem Tier nur 2 Karten auslegen, je nach Anzahl und Alter der mitspielenden Kinder bzw. der Hilfsmittel, die Sie verwenden wollen.

Die Übungen können Sie im Sommer auch draußen spielen mit Hilfsmitteln aus der Natur – Stöckchen/Steine aufheben, in Wasser werfen statt in Bahälter, ...

ALTERNATIVE ÜBUNGEN



Das kleine
Fußspiel



Hirsch Lutz

AUFGABE
ALTERNATIVE

Auf einem Tuch stehen während daran gezogen wird
Die Augen dabei verbinden – deutlich schwerer!



Eichhörnchen Knack

AUFGABE
ALTERNATIVE

Balancieren auf einem Besenstiel
Balancieren auf einem Seil oder auf Fugen



Fuchs Leja

AUFGABE
ALTERNATIVE

Papier zerreißen
Papier zerknüllen

www.DAS-KLEINE-FOEDERSPIEL.de



Das kleine
Förderspiel

Besuchen Sie uns auf unserer Internetseite und erfahren Sie mehr über die noch folgenden Spiele der Produktfamilie **Das kleine Förderspiel** und seiner Tiere.

VON KOPF BIS FUSS – SPIELE FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

Gegliedert ist das Spielekonzept in verschiedene einzelne Kartenspiele für alle relevanten Entwicklungsbereiche, repräsentiert durch eine jeweils andere Gruppe von Tieren

- **Das kleine Fußspiel** – Waldtiere
- **Das kleine Rückenspiel** – Haustiere
- **Das kleine Motorikspiel** – Zirkustiere

Das Monster Mo bleibt dabei immer verbindendes Element und führt durch alle Spiele.



www.DAS-KLEINE-FOEDERSPIEL.de