



# Praxishilfe

Bewegungsgeschichten zum Mitmachen

## Der NeujahrsBall

Typ	Action-Geschichte
Interaktion der Kinder untereinander	Ja, gemeinsames Ballspiel, einbinden eigener Bewegungsideen sowie nachahmen vorgemachter Bewegungen
Schwerpunktthema	Neujahrsball und Erwerb des Ballgefühls
Zielgruppe	ab 6 Jahre
Material	Bälle (pro Kind ein Ball) Ggf. Klassische Musik + Moderne Musik (bspw. Schule der magischen Tiere: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=w3Vs0LCK5ww">https://www.youtube.com/watch?v=w3Vs0LCK5ww</a> )
Ziel	Ganzkörpertraining mit dem Fokus Koordination
Dauer	15 bis 20min
Intensität	mittel
Orte	Turnhalle
Aufwand Vorbereitung	gering
Besonderheiten	Musik ist unabdingbar. Der Neujahrsball kann auch durch verschiedene Feierlichkeiten, wie zum Beispiel einen Geburtstag oder ein Jubiläum, ersetzt werden.

Erzählung	Bewegungsaktivitäten
<p style="text-align: center;"><b>Lasst uns gemeinsam ein Abenteuer erleben! Wir steigen mit großen Schritten in eine Zeitmaschine und reisen vor/zurück zum Silvesterabend. Es ist der 31. Dezember und in der Luft liegt der Zauber des kommenden Jahres.</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Die Kinder werden aufgefordert sich einen Ball zu holen/zu nehmen.</i></p>	
<p>Wir finden uns auf einem großen Schloss wieder, alles ist festlich geschmückt und die Stimmung der Gäste ist hervorragend. Wir mischen uns unter die vielen festlich gekleideten Menschen. Stellt euch vor, der Ball in Euren Händen wächst auf einmal, wird riesig und wir befinden uns in ihm. Er rollt quer durch den Raum, und wir müssen wie kleine Tänzer*innen mit ihm mithüpfen.</p>	<p>Alle Kinder gehen in eine tiefe Hocke und hüpfen dann mit ihrem Ball (gehalten mit beiden Händen) nach vorne. Sie springen hoch, als ob der Ball sie immer weiter in die Luft hebt. Die Kinder hüpfen durch den Raum.</p>
<p>Jetzt stellen wir uns im Kreis auf und tanzen alle gemeinsam, wie ihr es vielleicht aus alten Märchenfilmen kennt. <i>Welche Märchen kennt ihr denn? Kinder dürfen Antworten geben.</i> Mir fällt der Froschkönig ein, in dem es eine goldene Kugel gibt. Unser Ball ist jetzt diese goldene Kugel. Wir werfen ihn in die Luft und fangen ihn wieder, damit wir ihn im Glanz des Kronleuchterlichts bewundern können.</p>	<p>Die Kinder werfen den Ball in die Luft und fangen ihn.</p> <p><i>Zusatz: Die Kinder stehen im Kreis und werfen den Ball in die Luft, fangen ihn und hüpfen nach rechts bis sie wieder auf ihrem Ausgangspunkt ankommen. (Später hüpfen sie auch nach links und im Wechsel; ÜL gibt das Kommando „Hepp“ an)</i></p>
<p>Zeigt doch mal eure Kugeln – glitzern sie auch so schön wie meine? Lasst uns die Kugeln der anderen Kinder bewundern.</p>	<p>Die Kinder stehen im großen Kreis und werfen sich den Ball reihum zu – zunächst im Uhrzeigersinn und anschließend gegen den Uhrzeigersinn.</p> <p><i>Der/die ÜL gibt das Kommando (bspw. „Hepp“) und leitet eigenständig den Richtungswechsel an. Je nach Art des Balls kann dieser entweder direkt weitergespielt werden oder einen Bodenkontakt haben.</i></p>
<p>Wie exzentrisch (wie ausgefallen) – einer der Gäste hat einen Windhund dabei. Was für ein wilder Kerl. Das Herrchen kann ihn überhaupt nicht bändigen. Er zieht ihn von der einen Seite des Raumes zu anderen. Nun legen wir den Ball auf den Boden und machen es ihm nach. <i>Habt ihr Ideen wie wir ohne die Hände den Ball von dieser Seite zu anderen bewegen können? Die Kinder sollen ihre Ideen einbringen, wobei jede vorgeschlagene Variante umgesetzt wird. Gegebenenfalls wird dabei nur der „Hinweg“ oder der „Rückweg“ berücksichtigt, wenn zu viele Ideen eingebracht werden.</i></p>	<p>Die Kinder positionieren sich gemeinsam an einer Wand und rollen den Ball mit ihren Füßen von einer Raumseite zur anderen, wobei sie die selbst vorgeschlagenen Ideen umsetzen. (Beliebig oft wiederholbar)</p> <p><b>Zusätzliche Variationen, falls Ideen gesucht werden:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Seitlich laufen und den Ball mit den Füßen anschieben.</li> <li>• Rückwärts laufend und den Ball mit den Füßen anschieben.</li> <li>• Den Ball abwechselnd mit dem rechten und linken Fuß berühren und dabei anschieben.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Im Sitzen mit den Füßen nach vorne, den Ball anschiebend.</li> <li>• Ball zwischen Knie einklemmen</li> </ul>
Seht ihr das leckere Buffet? Was gibt es Köstliches zu essen – was meint ihr? <i>Kinder dürfen Antworten geben.</i> Na los, lasst uns unsere Teller füllen, aber nicht zu voll, damit auch für alle anderen etwas übrigbleibt.	Die Kinder balancieren den Ball auf ihrer flachen Hand ( <i>Handwechsel ansagen</i> ), während sie durch den Raum gehen oder rennen.
Hört mal! Die Gastgeberin zählt bereits die letzten Sekunden runter bis Mitternacht: 10-9-8-7-6-5-4-3-2-1.	Die Kinder prellen den Ball bei jedem Zahlwort so oft, wie die Zahl auf den Boden.
Oh – es ist so weit - draußen geht das Feuerwerk los. Seht ihr die Funken, Raketen und bunten Lichter, die den Himmel erleuchten? Es ist, als ob der ganze Nachthimmel in ein Meer aus Farben und Glanz taucht.	Die Kinder werfen den Ball in die Luft und machen dabei wilde Bewegungen mit ihren Armen, als ob Funken sprühen. Anschließend lassen sie den Ball auf den Boden prallen bevor sie ihn fangen. <i>Die Kinder werden angewiesen, aufeinander zu achten und Abstand zu halten. Sie dürfen dabei passende Geräusche machen.</i>
Es wird später, und die älteren Gäste verabschieden sich allmählich. Die Musik wechselt, und die Discokugel beginnt zu drehen. Lasst uns den Ball schwingen, als wäre er eine große, leuchtende Discokugel!	<i>Moderne Musik einschalten.</i> Die Kinder nehmen den Ball in die Hände und schwingen ihn über ihren Kopf von einer Seite zur anderen, während sie sich im Zickzack als lange Schlange durch den Raum bewegen. Die/der ÜL gibt die Laufrichtung vor. <b>Variationen für weitere Zickzack-Läufe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ball um Körper kreisen.</li> <li>• Ball unter dem Knie durchreichen.</li> <li>• Ball hochwerfen und klatschen.</li> <li>• Ball prellen.</li> </ul>
Zum Abschluss tanzen wir in Paaren – der Ball ist dabei unsere Tanzpartnerin oder unser Tanzpartner.	Die Kinder nehmen ihren Ball mit gestreckten Armen und tanzen frei durch den Raum. Dabei drehen sie sich, hüpfen und schwingen den Ball.
<p>Am Ende des NeujahrsBalls kommen alle Kinder zusammen und atmen tief ein und aus. Wir haben uns richtig bewegt und das Fest gerockt. Jetzt sind wir fit und bereit für das neue Jahr. Mit großen Schritten steigen wir wieder in die Zeitmaschine und kehren zurück in unser Universum und unsere Zeit</p>	