

# Bewegungs- und Spielideen mit Würfeln

Material:

Zahlenwürfel oder Farbwürfel, Blätter, Stifte

Auf ein Blatt Papier werden die Zahlen 1-6 beliebig oft geschrieben. Für kleinere Kinder eignet sich ein Farbwürfel, dann malt ihr die Farben des Würfels beliebig oft auf euer Blatt.

Das Blatt legt ihr an einen Ort im Haus/Wohnung/Garten. Hier sind euerem Bewegungsdrang wieder keinerlei Grenzen gesetzt.

Das Spiel kann „einer gegen einen“ gespielt werden oder in Mannschaften. Dann läuft, wie in einer Staffel, einer nach dem anderen. Bei kleineren Kindern kann auch ein Elternteil mitlaufen und gegen das andere Elternteil oder gegen größere Geschwister antreten. Es kann auch ein Kind alleine starten. Vielleicht mögt ihr am Tisch würfeln und das Kind streicht Zahlen/Farben weg. Um einen kleinen Wettkampf daraus zu machen könnt ihr z.B. die Zeit mitstoppen. Danach gibt es natürlich eine Belohnung für den fleißigen Läufer!!!

Dann bestimmt ihr, wer loslegen darf.

Das kennt ihr ja schon aus der Spielidee Memorykarten :)

z.B.

- wer als erstes eine bestimmte Frage richtig beantwortet
- der Jüngste
- der Ältteste
- wer sich als letzter verletzt hat
- der mit den meisten Zahnlücken
- der, der eine vorgemachte Tierstimme am schnellsten eraten kann
- der, der am längsten auf einem Bein stehen kann
- der, der es am längsten ohne blinzeln oder lachen aushalten kann
- usw.

---

\* Yvonne Beer \* Am Lehmgrubenfeld 7 \* 93128 Steinsberg \*  
\* 0171-1457405 \* [fitness@fsv-steinsberg.de](mailto:fitness@fsv-steinsberg.de) \*

DOSB-Übungsleiter C; Allround-Fitness (Gymnastik-Turnen-Spiel)  
DOSB-Übungsleiter B; Sport im Elementarbereich  
BTV-Kursleiter; Kinderturnen 0-7 Jahre  
zertifizierte Entspannungstrainerin

Jetzt geht's ans Würfeln. Gewürfelt wird an einem festen Platz, z.B. am Tisch. Wird z.B. eine VIER gewürfelt läuft ihr zum Blatt und streicht dort eine VIER ab. Gleiches gilt für Farben.

Ist die Zahl oder die Farbe auf dem Blatt bereits gestrichen, wird trotzdem gelaufen (Nullrunde). Sieger ist, wer als erstes alle Zahlen/Farben auf seinem Blatt gestrichen hat.

Auf den Verlierer wartet dann eine Aufgabe, die es zu erfüllen gibt.

z.B.

- einmal um den Tisch laufen
- einmal unter dem Tisch durch krabbeln
- einmal die Treppe hoch und runter
- drei Hampelmänner machen
- auf allen vieren durch den Raum krabbeln
- usw.

Oder der Gewinner erhält vom Verlierer eine kleine Massage!?! ;)

Auch hier könnt ihr eurer Phantasie und natürlich der Phantasie eurer Kinder freien Lauf lassen.

Und jetzt viel Spaß beim Bewegen!  
bis dahin - VIG Yvonne

---

\* Yvonne Beer \* Am Lehmgrubenfeld 7 \* 93128 Steinsberg \*  
\* 0171-1457405 \* [fitness@fsv-steinsberg.de](mailto:fitness@fsv-steinsberg.de) \*

DOSB-Übungsleiter C; Allround-Fitness (Gymnastik-Turnen-Spiel)  
DOSB-Übungsleiter B; Sport im Elementarbereich  
BTV-Kursleiter; Kinderturnen 0-7 Jahre  
zertifizierte Entspannungstrainerin