

# Lustiger Sitztanz

**Alter:** ab 4 Jahren

---

**Material:** Tanzmusik

---

**Zeitaufwand:** 3–5 Minuten

---

## **Spielverlauf:**

Alle Kinder sitzen zusammen im Kreis auf dem Boden.

Zum Rhythmus der Musik können Sie zum Beispiel beide Arme nach oben ausstrecken und in der Luft hin und her bewegen. Darüber hinaus können Sie aber auch Quatsch machen, indem Sie im Takt zur Melodie die Zunge rausstrecken, den Kopf schütteln oder einfach mit dem Zeigefinger auf die Nasenspitze tippen. Die Kinder ahmen alles nach. Das geht so lange, bis Sie die Hände hinter Ihrem Rücken verschwinden lassen. Die Kinder tun es Ihnen gleich und warten ab, bis Sie irgendein Kind namentlich aufrufen, das dann im Takt zur Musik etwas vor-machen darf. Die übrigen Kinder ahmen alles so lange nach, bis irgendwann das Kind seine Hände hinter seinem Rücken verschwinden lässt und ein neues Kind namentlich aufruft, das nun seine Rolle übernehmen darf.

Auf diese Weise geht's immer weiter, bis die Musik beendet ist.



*Zur Schulung der Rhythmusfähigkeit eignen sich Sitztänze. Sie schaffen Abwechslung im Morgenkreis und fördern darüber hinaus durch die Bewegungen das Koordinationsvermögen, die Bewegungsfreude und das Denkvermögen. Indem die Kinder dabei auch noch Quatsch machen dürfen, trägt das zu einer positiven Gruppenatmosphäre bei.*

# Große Uhren machen tick tack

**Alter:** ab 1 Jahr

---

**Material:** 1 rotes Herz aus Holz, Pappe o. Ä.

---

**Zeitaufwand:** 3–5 Minuten

---

## **Spielverlauf:**

Zu Beginn holen Sie sich ein rotes Herz und begeben sich dann mit Ihrem Stuhl in die Kreismitte. Danach setzen Sie sich auf den Stuhl und rufen ein beliebiges Kind namentlich auf, das Sie herzlich in die Kreismitte einladen. Das Kind erhält von Ihnen das Herz und darf sich auf Ihren Knien bzw. vorne auf Ihren Oberschenkel setzen und zwar so, dass Sie und das Kind sich gegenseitig in die Augen blicken können. Danach singen alle Kinder einstimmig den Kanon „Großen Uhren machen tick tack“, der im frühen 19. Jahrhundert vom deutschen Komponisten, Arrangeur und Schulmeister Karl Karow (1790–1863) geschrieben wurde:

*Großen Uhren machen tick, tack, tick, tack.*

*Kleine Uhren machen ticke, tacke, ticke, tacke.*

*und die kleinen Taschenuhren*

*ticketacke, ticketacke, tick.*

Passend zum Ticken der Uhr schaukeln Sie das Kind genauso schnell hin und her. Alle übrigen Kinder, die zusammen im Stuhlkreis sitzen, heben bei jedem „Tick“ und „Tack!“ kurz ihr Po an und steigern genauso wie Sie langsam das Tempo. Im Anschluss daran darf das Kind sein Herz einem anderen Kind übergeben, das dann auf Ihrem Schoß den Kniereiter durchführen darf. Auf diese Weise wird das Ganze noch ein paarmal wiederholt.



*Diese Praxisidee zeigt, wie Sie mit allen Kindern auf eine höchst kreative Weise einen Kniereiter im Morgenkreis durchführen können. Dabei kann ein Herz, das aus Holz sein kann, den Kindern verdeutlichen, wer von ihnen gerade in den Innenkreis eingeladen wird und letztendlich an der Reihe ist.*