

## ÜBUNGSTUNDE DES MONATS

# Aushilfe beim Weihnachtsmann

Die Weihnachtszeit hat begonnen! Um in die richtige Stimmung zu kommen, gibt es in dieser Ausgabe passende Übungen und Spiele für Kinder und Jugendgruppen.

Alter: 5–12 Jahre



## Aufwärmen: Wer hat Angst vorm Weihnachtsmann

### Material

Weihnachtsmütze, Hütchen

### Vorbereitung

Spielfeld mit Hütchen abgrenzen, einen Weihnachtsmann mit Mütze als Fänger auswählen

### Spielablauf

Dem Weihnachtsmann sind seine Wichtel abgehauen, nun versucht er seine Wichtel wieder einzufangen.

Der Weihnachtsmann und die Wichtel starten von gegenüberliegenden Spielfeldrändern. Sobald alle „Wer hat Angst vorm Weihnachts-

mann“ rufen, versuchen die Wichtel hinter die andere Seite des Spielfelds zu gelangen, da sie dort wieder sicher vor dem Weihnachtsmann sind. Dabei müssen sie an dem Weihnachtsmann vorbeikommen. Dieser versucht auf seinem Weg auf die andere Seite so viele Wichtel wie möglich zu fangen.

Sobald alle Wichtel gefangen oder in Sicherheit sind, beginnt die nächste Runde. Die vorher gefangenen Wichtel, helfen nun dem Weihnachtsmann die restlichen Wichtel zu fangen.

Das Spiel hat so viele Runden, wie es dauert, bis alle Wichtel gefangen wurden.

## Schlitten beladen

### Material

Gegenstände (Verschiedene Bälle/Medizinbälle, Seile/andere kleine Sportgeräte), Kisten/Kastenteile, kleine Kästen

### Vorbereitung

Startpunkt und Zielpunkt markieren, an dem Startpunkt werden die Gegenstände hingelegt (Geschenke Lager), an den Zielpunkt wird ein „Schlitten“ (umgedrehter kleiner Kasten oder Kiste etc.) pro Team aufgestellt

### Spielablauf

Wie jedes Jahr hat der Weihnachtsmann wieder so viel Geschenke, dass er es allein kaum schaffen kann den Weihnachtsschlitten zu beladen. Deshalb helfen die Kinder nun dem Weihnachtsmann aus, indem sie in kleinen Gruppen selbst einen Schlitten beladen.

Dabei versucht jedes Team den eigenen Schlitten so schnell wie möglich mit den Gegenständen zu beladen. Gewonnen hat das Team, das den Schlitten als Erstes vollgeladen hat.

### Variante 1

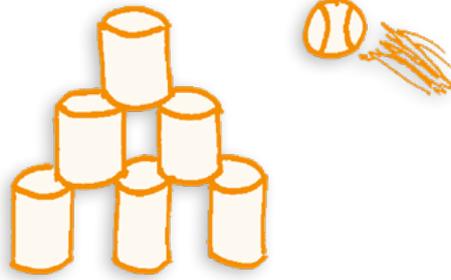
Versch. Transportarten:

Die Gegenstände müssten auf eine bestimmte Art und Weise zum Schlitten gebracht werden, beispielsweise durch zwei Spieler\*innen, die einen Gegenstand zwischen den Bäuchen einklemmen oder im Spinnengang, etc.

### Variante 2

Mit Transportschlitten: Jedes Team bekommt einen umgedrehten kleinen Kasten, welcher zuerst mit einem Gegenstand gefüllt wird und anschließend eine Strecke geschoben wird. Am Ende der Strecke muss der\*die Schlitten-Schieber\*in den Gegenstand aus einiger Entfernung in den Geschenkesschlitten werfen.

Erst wenn der Schlitten wieder zurück zu Startpunkt geschoben wurde, kann die\*der nächste\* starten.



## Geschenke werfen

### Material

Kleine Bälle (Tischtennis etc.), leere Dosen/Toilettenpapierrollen/kleine Kartons

### Vorbereitung

Die Dosen können vorher in Geschenkpapier eingepackt werden. Die fertigen Dosen als Pyramide stapeln und am besten auf eine Erhöhung stellen (Bank oder Tisch). Ein Abwurfpunkt wird etwas entfernt von den Dosen markiert.

### Spielablauf

Jedes Kind versucht, so viele Dosen wie möglich umzuwerfen. Entweder mit einer gewissen Anzahl an Würfeln (z. B. dreimal werfen) oder durch Zählen der Würfe, bis alle Dosen umgefallen sind.

### Variante 1

In Teams antreten: Hier hat entweder jedes Team Mitglied einen Wurf und es wird versucht als Team so schnell wie möglich alle Dosen umzuwerfen.

Oder Jeder hat Drei Würfe, nach jedem Wurf werden die Dosen wieder aufgestellt und die umgefallenen werden aufgeschrieben und zusammen addiert. Das Team mit den meisten abgeworfenen Dosen hat gewonnen.

## Schneeballschlacht

### Material

Stapel an Zeitungspapier

### Vorbereitung

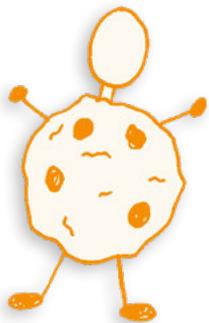
Die Gruppe in zwei Teams einteilen, ein Spielfeld mit zwei Hälften festlegen, jedem Team eine Spielfeldhälfte zuteilen. Jedes Team bekommt gleichviele Bögen des Zeitungspapiers.

### Spielablauf

Auf ein Startkommando Fangen die Teams an aus der Zeitung Papier-Schneebälle zu formen und werfen diese auf die gegnerische Spielfeldhälfte.

Ziel ist es, auf der eigenen Hälfte keine Schneebälle mehr liegen zu haben. Also müssen alle Schneebälle so schnell wie möglich in die andere Hälfte geworfen werden.

Nach dem Ende der Spielzeit, wird verglichen wer die sauberere Hälfte hat. Das Team mit weniger Schneebällen hat gewonnen.



## Abschluss: Kekse backen

### Material

Turnmatten

### Spielablauf

Der Weihnachtsmann braucht noch mehr Kekse, also backen die Kinder welche.

Ein Kind legt sich mit dem Bauch auf die Matte, ein zweites Kind kniet sich daneben und massiert sanft den Rücken des anderen Kindes.

Zuerst muss die Arbeitsfläche gereinigt werden, indem leicht über den Rücken gestreichelt wird.

Dann werden die Zutaten zusammengesucht: Mehl und Zucker werden durch leichtes Trommeln dargestellt, um die Eier aufzu-

schlagen benötigt es ein wenig mehr Kraft. Die Milch wird in Wellenförmigen Bewegungen und die Rosinen durch Drücken mit den Zeigefingern dazugegeben.

Alles wird mit Fingerspitzen und Handballen zusammen geknetet. Um den Teig ausrollen werden die Fäuste benutzt.

Nun können Formen ausgestochen werden, dazu werden verschiedene Formen auf den Rücken gezeichnet.

Jetzt können die Kekse in den Ofen, dafür streichen warme Hände (dolle reiben) über den Rücken, solange die Kekse backen.

Wenn die Kekse fertig gebacken sind, wechseln die Kinder Plätze.