



Wir reisen zu den Gefühlsplaneten

Kita, Spielgruppe

Der Umgang mit den eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer sind wichtige Fähigkeiten der emotionalen Kompetenz. Diese Fähigkeiten muss ein Kind erst lernen und laufend erweitern. Über Bewegungsspiele werden soziale Erfahrungen gemacht und Emotionen zum Ausdruck gebracht.

Die Spielidee Wir reisen zu den Gefühlsplaneten (ab Kita, Spielgruppe) bietet den Kindern die Gelegenheit, sich mit verschiedenen Gefühlen auseinanderzusetzen.

Material

Putzlappen, Zeitungsblätter, Teppichresten oder ähnliches

Spielidee

Mit den Kindern werden anhand von Bildkarten, Geschichten, Liedern die Basisemotionen erarbeitet. Sind diese bekannt, kann die Reise quer durchs Weltall auf der Suche nach verschiedenen Gefühlsplaneten losgehen. Im Raum werden passend zur Anzahl der Kinder Putzlappen, Zeitungsblätter, Teppichresten oder ähnliches verteilt. Diese sind einerseits die Startrampen für die Raketen und andererseits auch Planeten. Jedes Kind sucht sich eine Startrampe (Putzlappen) und nimmt die Startposition (kniend, Hände auf den Oberschenkeln) ein. Nun startet der Countdown und die Kinder klatschen im Takt mit und stehen langsam auf. *«Knall, knall, knall, wir fliegen jetzt ins All, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1, los!»* Bei «los» springen die Kinder in die Höhe und breiten die Arme zum Losfliegen aus. *«Wir erkunden nun das Weltall, passen auf, dass wir nicht mit anderen Raketen kollidieren und halten Ausschau nach neuen Planeten.»* Die Kinder bewegen sich durch den Raum. *«Achtung, Achtung, wir landen in Kürze auf dem Wut-/Glücklich-/Traurig-/...planeten. In 3, 2, 1, Landung!»* Bei «Landung» sollten die Kinder auf einem Planeten (Putzlappen) gelandet sein und nun das benannte Gefühl mit dem Körper, der Mimik, der Stimme darstellen. Nach einer Weile geht es weiter mit *«Achtung, Achtung, wir machen uns bereit zum Start. Knall, knall, ...»*.

Variationen

Als Startposition können die Kinder auch in die Hocke und die Hände bilden über dem Kopf eine Spitze. Es wird ohne Mitklatschen gespielt.

Anstelle von Gefühlsplaneten, können auch versch. Bewegungs-, Tierartenplaneten etc. bereist werden.