



Fit von klein auf

BKK Gesundheitsförderung für Kitas und Grundschulen

Erläuterung zur Spielbeschreibung

Sitzkreis

Alter	Ab 3 Jahren
Material	keins
Zielsetzung	Förderung der Kooperation und des Gemeinschaftsgefühls

Spielidee

Ein sehr lustiges Spiel ist das Sitzkreisspiel. Dazu stellen sich alle Kinder in einen Kreis und drehen sich dann in eine Richtung herum, so dass alle im Kreis hintereinander stehen. Nun rückt der Kreis näher in die Mitte zusammen. Auf Kommando setzen sich alle Mitspieler ganz langsam auf die Oberschenkel des Hinterrückens, so dass ein Sitzkreis entsteht.

Erfahrungsgemäß fällt dieser nach wenigen Sekunden zusammen. Um ihn länger durchzuhalten, bedarf es einiger Übung. Auf alle Fälle sorgt dieses kleine Spiel für viel Spaß

