



# Tanzspiel

## Was hüpfst denn da? oder Das Autospiel

So geht's:

 **Geschichte:** In der Stadt ist viel los. Viele Autos fahren dort. Die Autofahrer müssen gut aufpassen im Straßenverkehr und sie müssen schnell bremsen können, damit kein Unfall passiert. Denn man weiß nie, wer oder was da plötzlich über die Straße kommt.

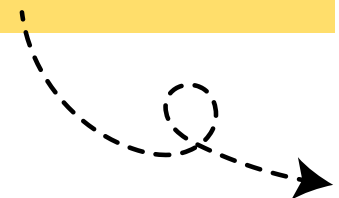
 **Musik:** Das Musikstück ist schnell, melodisch (Flöte) und rhythmisch (Grundbeat), so dass es sich für dieses Tanzspiel gut eignet.

### **Aufgabe:**

- alle Kinder fahren Auto (frei im Raum)
- wenn du die Musik stoppst, bleiben alle stehen
- du sagst, was über die Straße hüpfst (z. B. Ball, Flummi, Frosch, fröhliches Kind...) und alle Kinder hüpfen in der vorgegebenen Rolle durch den Raum **oder** du gibst vor, wo sie starten (z. B. von der einen Raumseite zur anderen)
- du kannst dazu die Musik anstellen, denn die ist im Grundbeat rhythmisch und eignet sich zum Hüpfen - ob langsam oder schnell **oder** du nutzt dein Tamburin und schlägst den passenden Rhythmus selbst (z. B. langsam für den Ball und schnell für den Flummi...)
- dann stoppst du wieder kurz und sagst, dass die Straße wieder frei ist und alle wieder weiterfahren können (bis zum nächsten Stopp und der nächsten Aufgabe)



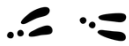
Musik-Tipp:  
Hetzjagd - Ensemble Rossi





## Ideen:

- Flummi → kurze, schnelle Hüpfen, Hüpfimpuls ist nach oben
- schwerer Ball → große, lange Hüpfen, Hüpfimpuls ist weit vorwärts
- fröhliches Kind → Freuden sprünge oder Hüpfschritt
- Frosch → Froschsprung
- Hase → Hände als Hasenohren formen und in der Hocke vorwärts hüpfen oder den echten Hasensprung probieren



- Känguru → Hände als Pfoten vor den Bauch und große Schlusssprünge
- Kind → von Zebrastreifen zu Zebrastreifen hüpfen -  
Varianten: von einem Bein aufs andere vorwärts hüpfen, Schlusssprünge rückwärts hüpfen, einbeiniges Hüpfen (nur dem rechten oder linken Bein)
- Seilchenspringer → Arme mitbewegen, als würden sie das Seil schlagen
- Hampelmann → Sprung in die Grätsche und wieder zusammen
- Sportler → Kniehebelauf (mit angezogenen Knien)
- Kind → Hüpfkästchen - abwechselnd ein- und beidbeinig hüpfen
- ... usw.

Da fällt euch bestimmt noch mehr ein.

## Tipp:

Erzähl ruhig kurz eine Geschichte dazu, z. B.: Der Peter hat sich von seinem Taschengeld einen Flummi gekauft und hat ihn sofort ausprobiert. Oje, da hüpfen ihm der Flummi davon, über die Straße.

Ihr seid jetzt der Flummi. Wie springt der Flummi? ... oder Da ist ein Kindergeburtstag unterwegs. Die Kinder spielen Sackhüpfen und hüpfen über die Straße.





## Lernziel:

**Hüpfen und Springen** sind wichtige Grundlagen für die kindliche Entwicklung. Sie fördern **Koordination, Gleichgewicht, Kraft, Körperspannung** und **räumliches Bewusstsein**. Außerdem stärken sie die **Bein- und Rumpfmuskulatur**, unterstützen die **Knochenentwicklung**, fördern die **Ausdauer** und helfen dabei, **Stress abzubauen**.

Bei diesem Tanzspiel stehen vor allem Hüpfen und Springen im Mittelpunkt und zwar nicht als trockene Übung, sondern **eingebettet in Spiel, Musik und Fantasie**.

Genau das macht den Unterschied.

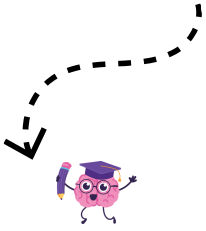
Die Kinder bewegen sich mit Freude, probieren sich aus und lernen ganz nebenbei.

Durch das Autofahren zur Musik kommen die Kinder zunächst richtig in Bewegung. Sie fahren durch den Raum, reagieren auf Richtungswechsel, bremsen, weichen aus und erleben sich selbst **aktiv im Geschehen**. So können sie überschüssige **Energie abbauen**, ihren **Bewegungsdrang ausleben** und sich erst einmal **auspowern**.

Sobald die Musik stoppt, ist schnelle Reaktion gefragt. Die „Autos“ müssen sofort bremsen. Dieses plötzliche Stoppen fördert **Konzentration, Reaktionsfähigkeit, Körperspannung** und **Körperkontrolle**. Die Kinder üben, ihren Körper bewusst zu steuern und in einer Bewegung sicher zum Stillstand zu kommen.

Dann rückt das Hüpfen in seinen vielen Varianten in den Vordergrund. Durch die kleine Geschichte wird daraus keine strikte Übung, sondern ein **lebendiges Mitmachen und Ausprobieren**.





Da hüpfen ein Flummi über die Straße, ein Frosch, ein Hase, ein Känguru oder ein Kind auf dem Zebrastreifen...

So setzen sich die Kinder **spielerisch** mit **unterschiedlichen Hüpf- und Sprungformen** auseinander. Die Kinder erleben weniger Druck *“Kann ich das? Mach ich das richtig? Ist das falsch?”* und trauen sich mehr auszuprobieren, weil die Bewegungen in eine fantasievolle Geschichte eingebettet sind. Die Kinder sind in einer Rolle und genau dadurch fällt es ihnen leichter, Neues zu wagen. Das stärkt nicht nur die **motorischen Fähigkeiten**, sondern auch das **Selbstvertrauen**.

Gleichzeitig bietet das Spiel Raum für **Kreativität** und **Mitgestaltung**. Die Kinder können **eigene Ideen** einbringen:

- Was könnte noch über die Straße hüpfen?
- Wie springt ein kleiner Flummi?
- Wie hüpfen ein schwerer Ball?
- Wie springt man vor Freude?
- Wie hüpfen ein Frosch?

So wird nicht nur die **Bewegung geschult**, sondern auch die **Vorstellungskraft angeregt**.

Und für dich **als Erzieherin** ist dieses Tanzspiel so wertvoll, denn du kannst ganz **spielerisch beobachten**:

- Welche Hüpfarten gelingen schon gut?
- Wer braucht noch Übung?
- Wer reagiert schnell?
- Wer kann gut stoppen, aufmerksam zuhören und sich im Raum orientieren? ...

Und so hast du deine Bildungsdokumentation schon fast fertig.

Kreativer Kindertanz fördert nicht nur Motorik, sondern **ganzheitlich**. Und du hast jeden Entwicklungsschritt im Blick.





Kreativer Kindertanz bewegt, fördert, macht unglaublich viel Spaß und erleichtert dir die Bewegungserziehung.

Statt komplizierter, aufwendiger Planung von Turnstunden mit Geräten und ausgeklügelten Übungen und Spielen - für dich, und vielen Regeln, Zuhören, Anstehen und Warten - für die Kids, steht hier das freudige Mitmachen, das Ausprobieren und das **Hineinwachsen in neue Bewegungen** im Vordergrund - und das ist **ganz einfach für dich umzusetzen**.

### ➡ **Hier beginnt der Unterschied:**

Dieses Tanzspiel zeigt dir bereits, wie spielerisch Kinder wichtige Bewegungsfertigkeiten erlernen können - mit Freude, Fantasie und ohne unnötigen Druck.

Das fühlt sich ganz anders an als eine klassische Turnstunde.

Weniger planen, aufbauen, erklären und ermahnen.

Mehr mitmachen, ausprobieren und Bewegung mit Spaß erleben.

Genau dafür habe ich **TanzZeit statt TurnTumult** entwickelt.

Damit du nicht mehr gestresst in die Turnstunde gehst, sondern dich darauf freust.

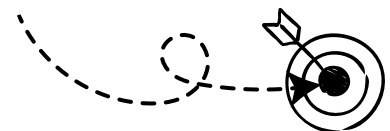
Damit die Kinder sich bewegen, lachen und du nicht ständig eingreifen musst.

Bewegungserziehung kann auch leicht gehen.

Hier kannst du dir **TanzZeit statt TurnTumult** anschauen.

➡ [TanzZeit statt TurnTumult](#)

**Viel Spaß beim Tanzen**



TANZSPIEL