

„Endlich wird gerangelt“

– Spielideen im Themenbereich des Rangelns mit dem Schwerpunkt der Gewaltprävention für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene in Kindertagesbetreuung und Schulen im Primar- und Sekundarbereich



Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort
– *Was wir mit Rangeln meinen und Intentionen des Rangels*
2. Bewegung initiieren
– *Grundlegende Kriterien zur Planung von Bewegungsprozessen (Aktivitäten und Impulse) & die Bedeutung der Kriterien für das Rangeln*
3. Rahmen schaffen
– *Sicherheit beim Rangeln durch gemeinsames Erarbeiten von Regeln und verbalisieren von Grenzen*
4. Spielideen zum Rangeln
– *Spielideen im Themenbereich des Rangels mit dem Schwerpunkt der Gewaltprävention*

Die Eingangstexte sind von Philipp Hetmanczyk deskriptiv und erfahrungsbasiert verfasst. Die Inhalte sind vor allem in der elementarpädagogischen Praxis sowie im offenen Ganztag gelungen erprobt. Philipp Hetmanczyk ist staatlich anerkannter Erzieher und Lehrer am Alice-Salomon-Berufskolleg in Bochum. Er unterrichtet angehende Erzieherinnen und Erzieher an der Fachschule für Sozialpädagogik. Zudem ist Philipp Hetmanczyk für die Ausbildung von Übungsleiterinnen und Übungsleitern des Landessportbundes NRW autorisiert (Zweite Lizenzstufe ÜL-B; Qualifikationsnachweise: Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter – BiKuV & Bewegung, Spiel und Sport für sechs bis zwölfjährige Kinder – BeSS).

1. Vorwort – Was wir mit Rangeln meinen und Intentionen des Rangels

„*Endlich wird gerangelt* (...)“ ist von angehenden Erzieherinnen und Erziehern des Alice-Salomon-Berufskollegs für den Einsatz in der pädagogischen Praxis entwickelt. Die Erarbeitung der Spielideen fand im Rahmen des Lernfeldunterrichts „Sozialpädagogische Bildungsarbeit in den Bildungsbereichen professionell gestalten“ bei Herrn Hetmanczyk mit dem Schwerpunkt des Bildungsbereiches „Bewegung“ statt. Die Korrektur und Weiterentwicklung der Spielideen fand im Rahmen der „Sonderausbildung Bewegungserziehung“ für Erzieherinnen und Erzieher im Berufspraktikum bei Herrn Hetmanczyk und Herrn Trautmann in Kooperation mit dem Landessportbund NRW statt (BiKuV & BeSS Ausbildung).

Rangeln – Ein wunderbares Wort, das mit Leben zu füllen ist. Plädoyer: Kinder, rangelt wieder! „*Endlich wird gerangelt*“ beinhaltet Spielideen, konkrete Anregungen für die pädagogische Praxis. In diesem Vorwort klären wir zunächst, was wir unter Rangeln verstehen und gehen anschließend auf die Intentionen des Rangels mit dem Schwerpunkt der Gewaltprävention ein.

Der Begriff „Rangeln“ wird in der Alltagssprache gebraucht. „Es gibt eine Rangelei unter den Kindern auf dem Schulhof“. Im engeren Sinne verstehen wir unter Rangeln eine körperliche Auseinandersetzung zwischen mindestens zwei Menschen, genau wie Ringen oder Raufen. Im weiteren Sinne sprechen wir von Rangeln, wenn es um Bewegungs- und Spielformen mit intensivem Körperkontakt geht. Wir gehen bei unseren Spielideen vom Rangeln im weiteren Sinne aus und implizieren die Aspekte der Konkurrenz sowie der Kooperation. Das Wort Rangeln wird unseres Erachtens von Erzieherinnen und Erziehern kaum gebraucht. Aufgrund der Unbekanntheit ist es im Gegensatz zu Ringen und Raufen vermutlich nicht so sehr mit Vorstellungen und Emotionen behaftet. Das Wort Rangeln erregt (hoffentlich) Aufmerksamkeit, die zu einer Auseinandersetzung mit dem Themenbereich führt. Die Texte und Spiele regen an, den positiven Wert des Rangels im pädagogischen Alltag zu erkennen, sich auf das Rangeln einzulassen und das Rangeln kompetent und vielfältig als Lerngelegenheit zu arrangieren.

Rangeln kann mit unterschiedlichen Intentionen umgesetzt werden, dies obliegt der jeweiligen Lerngruppe in Verbindung mit den zu thematisierenden Aspekten. Dabei ist das Rangeln per se hervorragend im Rahmen einer gewaltpräventiven Erziehung einzusetzen. Rangeln ist gewaltpräventiv. Vom Begriff her beugt Gewaltprävention der Gewalt vor. Unter Gewaltprävention verstehen wir praktische, meist ganzheitlich erlebbare, Maßnahmen mit anschließender Reflexion des Erlebten. Gewaltpräventive Maßnahmen implizieren es, sich und andere körperlich zu erleben, seine körperlichen Grenzen zu erfahren und zu verbalisieren. Gewaltprävention ist immer an den Aspekt der Moral gekoppelt (im Sinne einer Thematisierung). Gegenseitiger Respekt beugt Gewalt vor. Bildungsräume durch Rangeln entstehen erst durch die sprachliche Begleitung und die Feinfühligkeit der Erzieherin / des Erziehers.

Kinder haben durch das Rangeln die Möglichkeit, ihrer Energie Raum zu geben. Sie werden im Kräfteressen wertgeschätzt. Kinder die als Problemkind eingestuft werden, weil ihre Ressourcen keine Räume zur Entfaltung haben, bekommen die Möglichkeit, Lob zu erhalten, zu zeigen was sie können, angemessenes Verhalten zu zeigen und Anerkennung zu bekommen. Kinder lernen durch das Rangeln, wie wichtig klare Regeln sind, die gemeinsam abgesteckt und eingehalten werden. Kinder, die sich viel bewegen und anstrengen, sind anschließend zugänglicher für ruhigere Aktivitäten. Das typische Problemkind ist nach unserem Verständnis kein Problemkind, sondern die ungünstigen Bedingungen schaffen in Kombination mit dem Kind ein Problem. Die Strukturen, Räumlichkeiten und Aktivitäten passen nicht zu den Bedürfnissen des Kindes, nicht andersherum. Wir sind überzeugt, dass gerade

sogenannte Problemkinder ganz tolle Potenziale in sich tragen. In jeder Auffälligkeit steckt eine Botschaft, ausgehend von einem Bedürfnis. Rangeln ist sicherlich nur einer von möglichen Zugängen. Beim Rangeln spüren Kinder sich und andere ganz besonders. Kinder lernen sich nah zu sein, Kontakt zu zulassen und ihre Impulse zu kontrollieren. Sie lernen, sich zu verausgaben und ihrer Energie in einem akzeptierten Rahmen kontrollierten Raum zu geben. Kinder lernen beim Rangeln „nein“, „halt“, „stopp“ und „hör auf damit“ zu sagen. Sie lernen ihre Grenzen zu verbalisieren, sie werden mündig. Rangeln ist ganzheitlich und regt unterschiedliche Entwicklungsbereiche der Kinder an:

- Motorisch – hoher Einsatz von Kraft, Ausdauer und Körperlichkeit
- Kognitiv – Spielformen regen zum kombinatorischen und strategischen Denken an
- Sprachlich – verbalisieren der eigenen Grenzen; Handlungen werden sprachlich begleitet
- Emotional – positive Emotionen durch Anerkennung, Raum für Aggression, Freude im Tun
- Sozial – als Gruppe zusammenarbeiten, sich gegenseitig helfen

2. Bewegung initiieren – Grundlegende Kriterien zur Planung von Bewegungsprozessen (Aktivitäten und Impulse)

Für die Planung von Bewegungsprozessen erweisen sich in der Praxis folgende Kriterien als sinnvoll und bedenkenswert:

- a) Bewegungszeit & Praktikabilität
- b) Roter Faden vs. offener Bildungsimpuls
- c) Umsetzung der Querschnittsaufgaben einer Erzieherin/ eines Erziehers
– (insbesondere Partizipation, Sprachbildung und Wertevermittlung)

Erläuterungen:

Zu a) *Bewegungszeit* ist wertvoll und hat immer Priorität in einer Bewegungsaktivität. Vermeiden Sie unnötige Wartezeiten an Geräten und ausschweifende Erklärungen. Optimieren Sie Ihre Organisation im Sinne der Bewegungszeit. Während des Spielens bewegen sich alle Kinder möglichst viel. Fragestellung: Wie können Sie die Spiele gemeinsam mit den Kindern verändern, um mehr Bewegungszeit zu erreichen?

Bewegungsaktivitäten gestalten Sie so *praktikabel* wie möglich. Reduzieren Sie Geräte und Materialien, setzen Sie diese dosiert und zielgerichtet ein. Fragestellung: Welche Materialien und Geräte verwenden Sie (diese sollten Sie schnell organisiert und aufgebaut haben)?

Zu b) In einer Bewegungsaktivität erweist sich ein *roter Faden* als sinnvoll. Eine sinnvolle Phrasierung erhöht die Spannung, das Interesse der Kinder und greift das Bedürfnis nach Bewegung und Entspannung auf. Ruhigere Anteile bieten sich gegen Ende der Aktivität an, um die Phase des intensiven Bewegens zu beenden. Hilfreich: Einstimmung, Schwerpunkt, Schwerpunktabschluss und Ausklang. Fragestellung: Welche Phasen unterschiedlicher Bewegungsintensität, die logisch und evtl. thematisch miteinander verknüpft sind, bietet Ihre Aktivität?

Offene Bildungsimpulse sind einladend und wenig bis gar nicht angeleitet. Gerade im Bereich der Materialerfahrung (z.B. Zeitungen, Skateboards oder Pezzibälle) hat das Material selbst herausfordernden Charakter und Bedarf nicht zwingend einer Anleitung oder einer Phrasierung. Fragestellung: Wie verknüpfen Sie angeleitete Phasen und Phasen der Öffnung?

Zu c) Im ganzheitlichen Charakter von Bewegung liegen vielfältige Chancen die *Querschnittsaufgaben* von Erzieherinnen und Erziehern umzusetzen. Bewegungsprozesse bieten Möglichkeiten der *Partizipation*. Kinder brauchen das Erlebnis, „sich ernst genommen

zu fühlen“. Kinder übernehmen und wollen Verantwortung übernehmen. Binden Sie die Kinder in alle möglichen Entscheidungsprozesse mit ein und gestalten Sie kurze Reflexionsrunden. Seien Sie herausfordernd, geben Sie den Kindern Aufgaben und den nötigen (Frei-)Raum. Lassen Sie die Kinder teilhaben. Fragestellung: Wann und wie treffen die Kinder Entscheidungen?

Alltagsintegrierte *Sprachbildung* hat in Bewegungsprozessen einen hohen Stellenwert. Helfen Sie den Kindern Signale zu entwickeln, vereinbaren Sie Signalwörter (Stopp) gemeinsam. Fragestellungen: Wie spielen Sie mit der Stimme (laut und leise; bewusst und dosiert)? Werden Bewegungshandlungen der Kinder sprachlich begleitet? Wird nicht nur oberflächlich gelobt, sondern dabei die Handlung, das Interesse, das Engagement und die Verantwortungsübernahme der Kinder gespiegelt (differenziertes Lob)?

Wertevermittlung lässt sich durch das Erleben von Respekts- und Fairnesssituationen begreifbar machen. Rücksichtnahme und Verantwortungsübernahme sind alltäglich erlebte Aspekte in Bewegung, Spiel und Sport. Fragestellungen: Wie gestalten Sie Rituale? Wie thematisieren Sie Grenzüberschreitungen und Respektserleben? Wie geben Sie den Kindern positives Feedback für Engagement und Hilfsbereitschaft?

Die Berücksichtigung und Inklusion der didaktischen Prinzipien der Bewegungserziehung nach ZIMMER 2013 ist bei der Planung von Bewegungsprozessen grundsätzlich erforderlich:

- Kindgemäßheit (orientiert an Interessen und Bedürfnissen der Kinder)
- Offenheit (offen für situative Interessen)
- Freiwilligkeit (Kinder dürfen auch „nein“ sagen)
- Erlebnisorientiertheit (orientieren sich an der Erlebniswelt der Kinder, Geschichten können Spielhandlungen begleiten)
- Entscheidungsmöglichkeit (alternative Wahlmöglichkeiten haben)
- Selbsttätigkeit (Handeln aus eigenem Antrieb)

Die Bedeutung der „Kriterien zur Planung einer Bewegungsaktivität“ für das Rangeln:

Die beschriebenen Kriterien tragen per se zum Gelingen von Bewegungsprozessen bei. Natürlich spielen viele weitere Faktoren dabei eine Rolle (z.B. Beziehungsqualität, Fähigkeit zum Formulieren einer gezielten sprachlichen Bewegungsaufgabe, Kohäsion der Kindergruppe u.a.).

Bewegungszeit: Achten Sie bei Partnerübungen oder Spielen mit Kleingruppen darauf, dass die Kinder in Bewegung sind und keine Wartepausen entstehen und vermeiden Sie, dass nur einzelne Kinder eine Übung durchführen.

Praktikabilität: Vermeiden Sie große Aufbauten und die Spiele mit viel Material, wenn Sie mit großen Kindergruppen in eine Sporthalle kommen.

Roter Faden: Themenorientierung! Verbinden Sie Spiele systematisch nach einem kindgerechten Thema, das die Kinder anspricht (z.B. Autos, Schifffahrt, Märchen, Helden o.ä. je nach Alter der Kinder). Kreativ verändern Sie die Namen der Spiele und binden diese in eine Aktivität mit ein.

Partizipation: Nutzen Sie kindliche Ressourcen und gestalten Sie kurze Reflexionen, in denen die Kinder mit ihren Erfahrungen die Rangel-Ideen weiterentwickeln.

Sprachbildung: Helfen Sie den Kindern Signale zu entwickeln, vereinbaren Sie solche Signalwörter (Stopp) gemeinsam. Gerade, weil das Rangeln so körperlich nah und intensiv ist, möchten Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Anschluss darüber sprechen.

Wertevermittlung: Geben Sie den Aktivitäten einen Rahmen mit Sprachanlässen in denen man die körperlichen Erfahrungen thematisiert. Dabei greifen Sie Themen wie Respekt, Rücksichtnahme und Fairness in den Reflexionen auf.

3. Rahmen schaffen – Sicherheit beim Rangeln durch gemeinsames Erarbeiten von Regeln und verbalisieren von Grenzen

Was nicht passieren darf ist, dass die Kinder nach Hause gehen und sagen: „Heute durften wir uns richtig prügeln“. Rangeln braucht einen ganz klaren Rahmen, dieser Rahmen wird mit den Kindern thematisiert. Kurze Gesprächsrunden vor und nach dem Rangeln erweisen sich dabei in der Praxis als sinnvoll. Fragen Sie die Kinder, was sie unter Gewalt verstehen. Häufig antworten Kinder, „wenn mir jemand weh tut“. Im Sport, in der Bewegung, kann man sich auf zweierlei Art verletzen. Wenn ein Kind geschubst wird, tut es vielleicht an den aufgeschlagenen Knien weh, dazu kommt das Gefühl des Verletztseins, gedemütigt zu werden. Beim Rangeln geht es in der pädagogischen Praxis nicht um Gewinnen und Verlieren, es geht um die Anstrengung und um die Erfahrung, wie schön es sein kann, sich mit Hilfe von Regeln und einem Spielrahmen körperlich zu messen und zwar ganz nah. Unserer Erfahrung nach zeigen Kinder viel Begeisterung, wenn Sie Kräfte messen dürfen, im Team zusammenarbeiten und sich anstrengen können.

Praktisch erprobte Anregungen zum Schaffen von Sicherheit durch gemeinsames Erarbeiten von Regeln und verbalisieren von Grenzen:

- Grundsätzlich hat der Anleitende eine einladende und wertschätzende Grundhaltung.
- Intervenieren Sie nur, wenn es um Sicherheit geht.
- Schiedsrichter können für manche Gruppen Sinn ergeben.
- Stoppsignale sind immer einzuführen und einzuhalten. Es wird nicht getreten, gekratzt, gebissen und gespuckt.
- Lockere Sportkleidung, barfuß oder Schuhe; kein Schmuck, Piercings, Armbänder und Uhren; möglichst zusammengebundene Haare.
- Thematisieren Sie exemplarische Aspekte wie Respekt, Hilfe, Verantwortung, Anstrengung und transferieren Sie diese auf den Alltag der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.
- Rangeln steht immer in Verbindung mit (kurzen) Thematisierungsphasen.
- Sagen Sie den Kindern, worum es geht und legen Sie einen zeitlichen Rahmen fest.
- Gewinnen und Verlieren ist ein heikles Thema und wird im Elementarbereich oftmals tabuisiert. Erfahrungen zeigen, dass auch sich auch Kinder bereits im Alter von drei bis sechs Jahren messen wollen. Entscheidend sind die Haltung und der Umgang der Erzieherin / des Erziehers mit Gewinnen und Verlieren. Es kann ein Ritual sein, dass Spielpartner sich die Hände geben und der Gewinner sich beim Verlierer bedankt.
- Wertschätzen Sie die Kinder und sagen Sie ihnen nach dem Rangeln persönlich, was Sie beeindruckt hat; z.B. „Nils, ich finde es toll, wieviel Energie du heute beim Staplerfahrerspiel hattest. Du hast nicht aufgegeben und versucht und es geschafft ganz viele Kinder hochzuheben. Du hast Helen sogar alleine hochgehoben. Das hat mich beeindruckt.“ – Bekommen Kinder regelmäßig Bestätigung und Akzeptanz für ihr Verhalten ist dies persönlichkeitsbildend. Streit ist nicht schlimm und sogar ein spannender und förderlicher sozialer Lernprozess. Ritualisieren Sie Gesprächssituationen (im Kreis) und lassen sie die Beteiligten bedächtig zu Wort kommen.

4. Spielideen zum Rangeln – Spielideen im Themenbereich des Rangels mit dem Schwerpunkt der Gewaltprävention

Name des Spiels	„Einrangeln“
Schwerpunkt/ Intention	Vertrauen gewinnen, Körperkontakt zulassen, Auflockern, eigene und Grenzen anderer erleben
Anzahl/Alter der Spieler	Unbegrenzte Anzahl (mind. Zwei pro Einheit) Ab drei Jahren
Material/Zeit/Ort	Kein Material Zeit/Dauer der Einheiten variierbar Sporthalle, Bewegungsraum, Wiese
Beschreibung	1. Auflockern: Die Kinder bewegen sich durch die Turnhalle. Abwechselnd finden sich Paare zusammen, die ihre Hände kurz aneinanderdrücken. 2. Freier Fall: Hierbei steht der Begriff des Vertrauens an oberster Stelle. Es finden sich immer zwei Kinder zusammen (etwa die gleichen körperlichen Voraussetzungen) und sie lassen sich mit dem Rücken zum Partner in deren Arme fallen. 3. Druckrangeln: Es finden sich wieder zwei Personen zusammen, stellen sich gegenüber und halten die Hände etwa auf Brust/Hals Höhe. Nun treten die beiden so nah aneinander, dass die Hände sich berühren. Nun wird gedrückt. Hierbei gibt es zwei weitere Variationsmöglichkeiten. Die erste ist, dass man sich Rücken an Rücken stellt und dann drückt. Die zweite ist eine Erweiterung der Grundidee und zwar, dass man sich gegenseitig schubst, um herauszufinden, „wie weit“ man bei seinem gegenüber gehen kann (Kraftaufwand). 4. Entrangeln: Die Gruppe braucht einen freiwilligen der den Raum für kurze Zeit verlässt. Danach bildet die Gruppe einen Kreis und hält sich an den Händen fest. Nun verdreht die Gruppe die Kette und der Freiwillige entknotet die Kette.
Autoren	Mandy Aßmann, Philipp Freckmann, Anastasia Litovkina, Myra Truschel



Name des Spiels	Die Nase im Dreck
Schwerpunkt/Intention	Kraft, Schnelligkeit
Anzahl/Alter der Spieler	Zwei bis drei Personen Ab fünf Jahren
Material/Zeit/Ort	Sicherer Untergrund, Matte, Wiese o.ä.
Beschreibung	In Liegestützposition liegt man sich gegenüber. Ziel des Spieles ist es, dass der Gegner mit dem kompletten Körper auf dem Boden liegt, dies wird durch Ziehen an den Armen des Gegenübers erreicht. Wenn die Liegestützposition zu schwer ist, können die Knie Bodenkontakt haben. 
Autoren	Benjamin Lorenz, Sebastian Parlitz

Name des Spiels	Beschütze den Schatz
Schwerpunkt/ Intention	Kraft, Geschicklichkeit, Teamfähigkeit – kooperieren und Absprachen treffen
Anzahl/Alter der Spieler	Vier Kinder Ab drei Jahren
Material/Zeit/Ort	Material: eine große Matte; ein Ball Zeit: fünf bis zehn Minuten Ort: Turnhalle/Bewegungsraum
Beschreibung	Eines der vier Kinder nimmt sich den Ball und setzt sich auf die Matte. Dieses Kind schützt unseren Schatz (Ball). Der Beschützer des Balles achtet darauf, nicht von der Matte runterzukommen und den Ball auch nicht an die Mitspieler zu verlieren. Die anderen Kinder versuchen mit Kraft, verschiedenen Methoden im Team den Ball zu erlangen und das andere Kind von der Matte herunter zu bekommen. Sie dürfen das auf der Matte sitzende Kind nicht tragen. Diese Kinder müssen darauf achten, dem anderen Kind nicht wehzutun und stets im Team zu agieren. 
Autoren	Zehra Nur Bercin; Islam El-Baba; Siham Tofigh-Zadeh

Name des Spiels	Zusammengeklebt
Schwerpunkt/ Intention	Muskeltonus, Geschicklichkeit, Kraft
Anzahl/Alter der Spieler	Zweier Teams Ab drei Jahren
Material/Zeit/Ort	Matten, je zehn Minuten, Turnhalle/draußen auf der Wiese
Beschreibung	Zwei Kinder sitzen Rücken an Rücken mittig auf einer Matte/in einem markierten Feld. Ziel in dem Spiel ist es, den Gegner von der Matte/aus dem Feld zu drängen, die Rücken bleiben jedoch aneinander. Verschiedene Varianten: 1. Arme ineinander verschränkt 2. Arme und Beine werden nicht benutzt, Gesäß jedoch in der Luft 3. gemeinsam aufstehen 
Autoren	Birte Werfel, Saskia Runte

Name des Spiels	Das Krebs-Duell
Schwerpunkt/Intention	Körperspannung, Kraft, Ausdauer
Anzahl/Alter der Spieler	Ab 4 Jahren Partnerübung
Material/Zeit/Ort	Linie (Klebeband) Max. eine Minute Turnhalle
Beschreibung	Die Kinder suchen sich einen Partner und setzen sich gegenüber auf den Popo. Sie stützen sich mit den Händen auf dem Boden ab und heben die Beine im 90 Grad Winkel an und halten die Füße aneinander. Auf ein Zeichen drücken die Kinder ihre Füße gegen die der anderen Kinder. Ziel des Spiels ist es den Partner durch Körperspannung wegzudrücken und mit dem eigenen Popo über die zuvor markierte Linie zu kommen. Zu beachten ist, dass die Füße in der Luft bleiben. Varianten: • Alternativ kann man auch einen Gegenstand zwischen Oberschenkel, Knie oder Unterschenkel platzieren • Barfuß probieren • Eine weitere Möglichkeit wäre es auch mit einem Bein zu versuchen
Autoren	Lea Frantz, Lea Rocholl, Sarah Schmidt, Miriam Schönfeld, Vivien Strey, Monique Wicha

Name des Spiels	Ballkönig
Schwerpunkt/Intention	Kraft, Kontakt, Nähe
Anzahl/Alter der Spieler	Zweier Teams Ab drei Jahren
Material/Zeit/Ort	Material: Ball Zeit: fünf Minuten Ort: Turnhalle oder draußen auf der Wiese
Beschreibung	Die Kinder bilden ein Feld aus Pylonen (alternativ: Matten). Ein Kind hat einen Ball in der Hand – es versucht den Ball zu behalten. Das Kind ohne Ball versucht dem anderen Kind den Ball weg zu nehmen, ohne dabei das Feld zu verlassen. Das Kind mit Ball darf das Kind ohne Ball aus dem Feld schubsen. Hat das Kind ohne Ball es geschafft, den Ball zu bekommen – ist es Ballkönig. Hat das Kind mit dem Ball geschafft diesen zu behalten, bleibt es Ballkönig. Nach wenigen Minuten wechselt man den Ball, wenn das Kind bis jetzt den Ball noch nicht erobert hat, beginnt das Spiel neu. 
Autoren	Miriam Pöhland, Sabrina Orlowski, Sabine Hahn

Name des Spiels	Brückenrangeln
Schwerpunkt/Intention	Kraft, Geschicklichkeit
Anzahl/Alter der Spieler	Zwei Teams Zwei Spieler – bei mehr als zehn Spielern, vier Teams
Material/Zeit/Ort	Material: • zwei Bänke • zehn Sicherheitsmatten, die um die Bänke gelegt werden Zeit: Pro Runde 45sek. Ort: Turnhalle der Kita; Nebenraum
Beschreibung	• Die zwei Bänke werden in die Mitte des Raumes gestellt und mit den Sicherheitsmatten drum herum abgesichert • Es werden zu Beginn zwei (gleichstarke) Teams gebildet • Immer zwei Teammitglieder kämpfen gegeneinander und versuchen sich herunter zu schubsen • Der Spieler der es geschafft hat den anderen von der Bank zu befördern ist weiterhin dran, beim anderen Team wird gewechselt. • Das Ziel des Spiels ist es, möglichst viele vom gegnerischen Team von der Bank zu befördern. 
Autoren	Fabian Materna, Stefan Lucas, Kevin Bukowski

Name des Spiels	Kampf der Musketiere
Schwerpunkt/ Intention	Intensivierung der Auge-Hand-Koordination, Geschicklichkeit und Gleichgewichtsfähigkeit.
Anzahl/Alter der Spieler	zwei Spieler ab vier Jahren
Material/Zeit/Ort	Material: Bank, Matten, zwei kleine Medizinbälle oder Holzstäbe (vorne gekennzeichnet). Ort: Gymnastikraum der Kita Zeit: ca. 20 Minuten
Beschreibung	Aufbau: Eine Bank wird verkehrt herum aufgestellt, sodass ein schmaler „Balancierbalken“ entsteht. Diese wird dann mit Matten umlegt, zur Sicherheit bei eventuellen Stürzen. Spielverlauf: Jeweils zwei ähnlich körperlich entwickelte Kinder stellen sich gegenüber auf die Bank und halten jeweils einen Ball/Holzstab in den Händen. Die Bälle/Stäbe werden aneinandergedrückt, dabei wird versucht, sich gegenseitig von der Bank zu drücken. Die Kinder erproben ihre Kräfte und ihr Gleichgewicht, bis eines der Kinder von der Bank herunterfällt. Dieses Kind ist dann der neue „Herausforderer“. 
Autoren	Hannah-Maria Arto, Joy Harms, Gina Klapperich

Name des Spiels	Die Schatzinsel
Schwerpunkt/Intention	Reaktionsfähigkeit, Intensivierung des Zusammenhalts (Kohäsion)
Anzahl/Alter der Spieler	Mindestens drei Spieler Ab drei Jahren
Material/Zeit/Ort	Material: ein umgedrehter Kasten, darin befindet sich ein „Schatz“ (Inhalt kann variieren) Zeit: pro Kind ca. zwei Minuten Ort: Bewegungsraum
Beschreibung	Eine Gruppe von Kindern steht Schulter an Schulter in einer vorher festgelegten Fläche und stellt Wellen dar, indem sie hin- und herschaukelt. Je nachdem, wie viele Mitspieler es gibt, werden mehrere Reihen hintereinander gebildet, um das Spiel anspruchsvoller zu gestalten. Ein weiteres Kind (die Anzahl kann variieren) ist Pirat und versucht, sich durch die Wellen zu „kämpfen“, um zur Schatzinsel zu gelangen. Dabei hat es die Möglichkeit, (bei jüngeren Kindern übernimmt diese Aufgabe unter Umständen die Erzieherin/ der Erzieher) der Gruppe Anweisungen zu geben, wie sich diese bewegt: • ein Sturm zieht auf – die Kinder drehen sich im Kreis • Ebbe – die Kinder gehen in die Hocke • Flut – die Kinder laufen in Richtung des „Piraten“ • etc. Die werden durch Ideen zu den Bewegungsabläufen mit in das Spiel einbezogen. Die Schatzinsel kann als Bewegungsgeschichte angeleitet werden. Vorher: Regeln erklären, kein Schubsen, Kratzen, Hochheben etc. 
Autoren	Selina Bernard, Katharina Piorrek, Anna Schaten, Katharina Wendt

Name des Spiels	Schnapp den Schatz
Schwerpunkt/Intention	Kraft, Geschicklichkeit, Teamarbeit
Anzahl/Alter der Spieler	Vier bis sechs Spieler Ab drei Jahren
Material/Zeit/Ort	Material: Große Matte, kleine Matten, Softball, Kiste; Zeit: 20-30 Minuten; Ort: Turnhalle, Bewegungsraum
Beschreibung	Drei Kinder stehen als Verteidiger auf der großen Matte. Eines von ihnen hat den Schatz (Ball) in der Hand. Drei weitere Kinder, die als Angreifer fungieren, wollen den Schatz durch Rangeln erobern. Es darf nur auf der großen Matte gerangelt werden. Die Angreifer müssen den eroberten Schatz in die Kiste legen. Er darf nicht geworfen werden. 
Autoren	Norman Kliemt, Dominique Schuler, Sascha Schmidtke

Name des Spiels	Rangel-Brennball
Schwerpunkt/Intention	Teamfähigkeit, Reaktionsvermögen, Schnelligkeit, Zielsicherheit beim Werfen und Fangen
Anzahl/Alter der Spieler	Ab zehn Spielern Ab fünf Jahren
Material/Zeit/Ort	Material: Ball, Matten, Kästen, Seile, Bank Zeit: 15-20 Minuten Ort: Turnhalle
Beschreibung	Es werden zwei Teams gebildet. Ein Spieler der Laufmannschaft (Werfer) wirft den Ball in das Feld und versucht so viele Stationen wie möglich zu bewältigen. Die Spieler der Feldmannschaft (Fänger) kann dies verhindern, indem sie schnell den Ball fangen und durch gegenseitiges Zuwerfen in den Kasten befördern. Landet der Ball im Kasten, während sich ein Werfer auf keiner Station befindet, ist dieser „verbrannt“ und fängt noch einmal von vorne an. Durchläuft man alle Stationen, ohne zu verbrennen, erhält das Team einen Punkt. Nach der Hälfte der Zeit wechseln die Mannschaften. Die Regeln, die Zeit des Spieles, so wie die verschiedenen Stationen können beliebig variiert werden. Beispiele für die Stationen: Station 1: Ein Rangler aus der Feldmannschaft stellt sich vor die große Matte und verhindert, dass der Werfer an ihm vorbeikommt. Station2: Bis zum Ende der Bank rutschen. Station3: Auf den Kasten stellen. Station4: Ein bis zwei Rangler aus der Feldmannschaft verhindern, dass sich der Werfer an ein Seil hängen kann. <i>Hinweis:</i> Sensibler Umgang mit Ausscheiden, Gewinnen und Verlieren. Die Gruppe darf wegen der Bewegungszeit nicht zu groß sein.
Autoren	Carmen Bock, Janina Gehrwin, Lena Miklikowski



Name des Spiels	Zahnschutz
Schwerpunkt/Intention	Teamarbeit, Geschicklichkeit, Schnelligkeit
Anzahl/Alter der Spieler	Mindestens sechs Spieler (immer eine gerade Anzahl) Ab vier Jahren
Material/Zeit/Ort	Material: 1 Kasten oder ähnliches, 1 weicher Ball (bei großer Gruppe auch mehr Bälle) Zeit: jeweils circa 5 Minuten - Seitentausch nach drei Treffern Ort: Turnhalle bzw. Bewegungsraum
Beschreibung	Spielidee: Achtung! Süßigkeiten wollen Bakterien am Zahn abliefern. Nur die Zahnpasta kann dies verhindern. Ein Kasten stellt hierbei den Zahn und der Kreis den Mundraum dar. Die Gruppe im Kreis symbolisiert die Zahnpasta, während die angreifende Gruppe die Süßigkeiten darstellt und die Bakterien in Form des Balles abzuliefern versucht. Aufbau: Ein Kasten wird umgedreht in die Mitte eines Kreises gestellt. Bei kleineren Kindern sollte man aufgrund von Verletzungsgefahr vielleicht statt des Kastens eher einen elastischen Wäschekorb oder etwas Ähnliches verwenden. Der Kreis sollte nicht zu klein sein, in der Turnhalle bietet sich der Mittelkreis des Basketballfeldes an. Die Spieler teilen sich in zwei gleich große Gruppen, wovon eine innerhalb des Kreises steht und die andere sich außerhalb um den Kreis herum positioniert. Spielverlauf: Die äußere Gruppe hat den Ball und versucht ihn in den Kasten zu legen. Dabei darf immer nur ein Spieler der Angreifer, der den Ball hat, den Kreis der Verteidiger betreten. Diese versuchen natürlich den Eindringling festzuhalten, an seinem Vorhaben zu hindern und ihn wieder aus dem Kreis zu schieben. Dabei dürfen sie selbst den Kreis nicht verlassen. Nach drei sicher abgelegten Bällen werden die Seiten getauscht. Regel: Nicht in den Kasten setzen!
Autoren	Lars Bludau, Johanna Chmill, Etienne Okoko



Name des Spiels	Rettet die Schöne! Alternative Form zum Spiel "Zahnschutz"
Schwerpunkt/ Intention	Teamarbeit, Förderung von Geschicklichkeit
Anzahl/Alter der Spieler	Mindestens sechs Spieler Ab vier Jahren
Material/Zeit/Ort	Kasten; Puppe oder anderen Gegenstand als Prinzessin
Beschreibung	Die Gruppe wird aufgeteilt. Je nach Größe der Gruppe gibt es zwei bis drei Prinzen, die versuchen, die Prinzessin aus ihrem Turm zu befreien. Die "Prinzessin" wird in den umgedrehten Kasten in der Mitte des Kreises gelegt. Innerhalb des Kreises stellt sich der Rest der Gruppe als Dornhecke/Mauer auf. Sie bilden so den Turm, der die schlafende Prinzessin umgibt und überlegen sich eine Strategie, wie eine bestmögliche Schutzmauer vor Eindringlingen gebildet werden kann. Die Prinzen versuchen nun, die Mauer zu durchdringen und die schlafende Prinzessin aus ihrem Turm zu retten, indem sie sie aus dem Kasten nehmen. Niemand der Personen, die den Turm bilden, darf sich auf den Kasten setzen.
Autoren	Anna Geuking, Leonie Gietzen, Matthias Klein, Marco Jansen, Luisa Majcen, Deborah Westphal

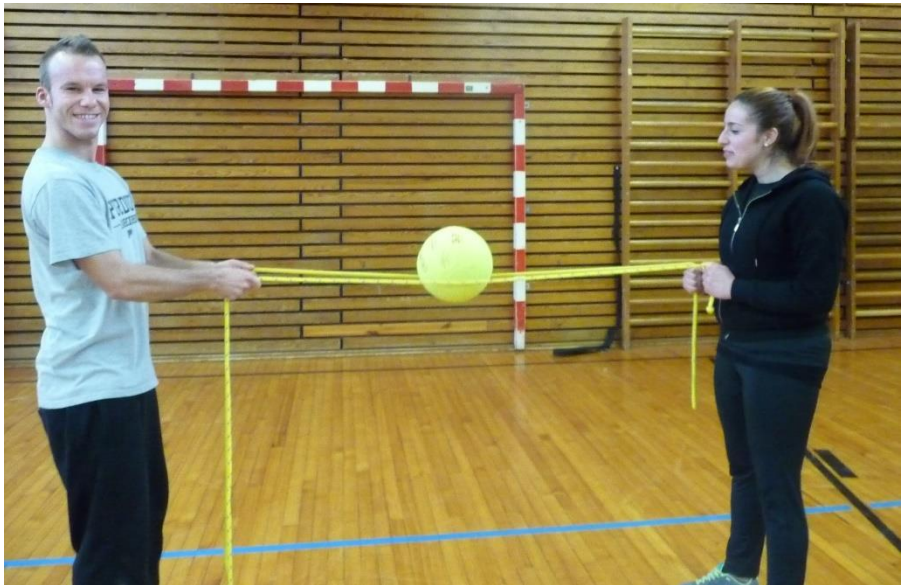
Name des Spiels	Rattenschwänze fangen
Schwerpunkt/ Intention	Geschicklichkeit, Schnelligkeit
Anzahl/Alter der Spieler	Pro Team: vier bis fünf Spieler Insgesamt acht bis zehn Teilnehmer
Material/Zeit/Ort	Material: zwei große Matten, Seile als „Rattenschwänze“, Sicherheitsmatten, die um die großen Matten gelegt werden Zeit: zeitlich nicht begrenzt. Das Spiel ist vorbei, sobald ein Team alle Rattenschwänze des gegnerischen Teams gefangen hat Ort: Sporthalle oder Nebenraum (falls möglich)
Beschreibung	• Die großen Matten werden auf den Boden gelegt und mit Sicherheitsmatten drum herum abgesichert • Schuhe ausziehen (auch Socken → verminderte Rutschgefahr) • Es werden zu Beginn zwei (gleichstarke) Teams gebildet • Jeder Teilnehmer steckt sich eins der Seile hinten als „Rattenschwanz“ in die Hose • Dann stellt sich das eine Team auf die eine Seite der Matte, das andere Team auf die andere Seite • Bei einem Signal startet das Spiel und die Teams versuchen sich die Seile aus den Hosen des Gegners zu ziehen • Dabei ist es jedem Spieler selbst überlassen, wie er sich gegen den „Angriff“ des Gegners verteidigt (hinsetzen, hinlegen, ...) • Sobald ein Team alle „Rattenschwänze“ gefangen hat ist das Spiel vorbei und das Team hat gewonnen • Es kann so oft gespielt werden wie die Teams/Spieler aushalten, schaffen und Lust haben • Es kann auch innerhalb der Teams gewechselt werden. Es sollten aber immer vier bis fünf Spieler pro Team sein • Die Schuhe (Socken) sollten über die gesamte Spielzeit ausgezogen bleiben • Das Spiel kann auch als Fangspiel in der gesamten Halle ohne Matten gespielt werden 
Autoren	Jacqueline Kellner, Roland Sänger, Janine Hochhaus

Name des Spiels	Staplerfahrer
Schwerpunkt/Intention	Körperwahrnehmung, Kraft, Kooperation
Anzahl/Alter der Spieler	Min. zehn Kinder Ab ca. acht Jahren
Material/Zeit/Ort	Abgegrenzter Raum/ pro Runde 30sec.
Beschreibung	Die Kinder teilen sich in zwei gleichgroße Gruppen auf. Der Raum wird in zwei gleichgroße Felder aufgeteilt. Das erste Team ist „Angreifer“. Das zweite Team ist „Verteidiger“. Das Team mit dem ältesten Mitspieler beginnt und ist somit das Team der „Angreifer“. Vor jedem Spiel wird ein Spielleiter auserwählt der darauf achtet, dass die Rundenzeit und die Regeln eingehalten werden. Jede Runde dauert 30sec. Und wird auf einer Spielhälfte des Raumes ausgetragen. <u>Aufbau:</u> 1. Seitenauswahl: Die Teams suchen sich jeweils eine Seite aus, auf der sie spielen wollen. 2. Beginn: Sobald das Team der Angreifer die Mittellinie übertritt, beginnt die erste Spielrunde. Das Ziel in dieser Spielrunde ist es für sie, so viele Spieler aus dem anderen Team hochzuheben, sodass kein Körperteil der Beteiligten mehr den Boden berührt. Das Team der Verteidiger versucht dabei alle Teammitglieder auf dem Boden zu behalten. 3. Nach der Spielrunde wandern alle hochgehobenen Personen in die andere Mannschaft und somit auch auf die andere Seite des Raumes. 4. Das Team welches zuvor die Angreifer darstellten, sind nun die Verteidiger. Das Team welches zuvor die Verteidiger darstellten, sind nun Angreifer. 5. Nun beginnt die Runde wie zuvor auch. Es wird solange gespielt bis schließlich nur noch eine Mannschaft übrig ist. <u>Varianten:</u> Mögliche Varianten zusätzlich zu dem normalen Spielverlauf sind: • zwei Rettungsinseln (kleine Matten) die man einbauen kann, auf der die Verteidiger ca. 5 sec. sicher vor den Angreifern sind. • ein Ball als kurzzeitigen Schutz vor den Angreifern. Der Ball wird immer wieder abgegeben. Die Person die den Ball in der Hand hält hat 5 sec. Schutz vor den Angreifern. • Ein Ball als Zeichen für den Auserwählten. Derjenige der den Ball in der Hand hält muss von den Angreifern gehoben werden. Die restliche Mannschaft muss versuchen dies zu verhindern.
Autoren	Lukas Libuda, Karsten Melzer, Pascale Müller, Sarah Strzalek, Jasmin Wasserlos



Name des Spiels	Rangelball
Schwerpunkt/Intention	Teamfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Körpereinsatz
Anzahl/Alter der Spieler	Bis zwanzig Kinder Ab fünf Jahren
Material/Zeit/Ort	ein Ball, zwei Kästen, Leibchen als Teamkennzeichen Zehn bis 15 Minuten Turnhalle
Beschreibung	• Zwei gleichgroße Team werden gebildet • Die Spieler von einem Team werden mit Tüchern gekennzeichnet • Kästen werden auf jede Teamseite an die Wand gestellt • Teams bringen den Ball in die jeweiligen Kästen <u>Regeln:</u> • Durchgängiges Abspielen • Nicht auf die Kästen setzen • kein beabsichtigtes Verletzen
Autoren	Jorida Fay, Michelle Hoffmann, Christin Hilligloh, Jennifer Kanditt, Janina Nouvertné, Mediha Sezgin

Name des Spiels	Die magische Kugel
Schwerpunkt/Intention	Gemeinschaftsgefühl, Gleichgewichtsfähigkeit, Geschicklichkeit
Anzahl/Alter der Spieler	Zehn bis zwölf Kinder Ab fünf Jahren
Material/Zeit/Ort	Gymnastikbälle Zehn bis 15 Minuten Bewegungsraum oder Außengelände
Beschreibung	• es werden Pärchen gebildet • jedes Pärchen kriegt ein Gymnastikball & klemmt diesen zwischen den Körper • die Pärchen versuchen sich gegenseitig den Ball abzunehmen (ohne die Hände zu benutzen) • verliert ein Pärchen seinen Ball, werden diese zu Frösche • es wird sich wie Frösche bewegt (jetzt können die Hände benutzt werden) • das Pärchen das als letztes übrig bleibt gewinnt das Spiel und wird zu Zauberern, die die anderen Kinder wieder zu Menschen verzaubern
	
Autoren	Lena Bramm, Isabell Fehringer, Aileen Loewke, Anna Malinski, Larissa Zülz

Name des Spiels	"Die Hüter des Vogeis"
Schwerpunkt/Intention	Geschicklichkeit, Schnelligkeit, Kooperationsfähigkeit
Anzahl/Alter der Spieler	Mind. zwölf Mitspieler Ab vier Jahren
Material/Zeit/Ort	zwei Seile, ein Ball (variable Größe), Leibchen
Beschreibung	• zwei Kinder spannen zwei Seile und legen den Ball mittig auf die Seile (Vogel Mama und Vogel Papa halten das Seil & in der Mitte liegt das Vogeis) • eine Gruppe, mind. Fünf, beschützen die Vogelfamilie (Vogelschwarm) z.B.: durch Umstellen o.ä. • eine andere Gruppe aus mind. fünf Kindern sind die Raubvögel (holen sich das Ei) • Ziel: Die Gruppe der Raubvögel muss das Vogeis stehlen 
Autoren	Dennis Fernholz, Natalie Piotrowski, Janine Opalka, Weronika Wojtas

Name des Spiels	Abrissbirne
Schwerpunkt/Intention	Gruppendynamik, Körperspannung
Anzahl/Alter der Spieler	Ab zehn Spielern Ab sechs Jahren
Material/Zeit/Ort	Das Spiel benötigt viel Platz/ Außengelände, großer Raum
Beschreibung	• zwei Teams stehen sich in einer Reihe gegenüber und halten sich an den Händen fest • abwechselnd läuft ein ausgewählter Mitspieler (Abrissbirne) durch die gegnerische Gruppe/ Mauer • bei Durchbruch der Mauer werden die beiden Mitspieler (die sich losgelassen haben) ins eigene Team mitgenommen • Bei Erhalt der Mauer bleibt der Mitspieler im gegnerischen Team Ziel: Die längere Mauer gewinnt 
Autoren	Vanessa F. Marques, Banas Khalil, Laura Lechte, Verena Lechte, Jana Sadrina

Name des Spiels	Die Raupe
Schwerpunkt/ Intention	• Intensivierung sozialer Kompetenzen, durch das Agieren im Team • Anbahnung von Frustrationstoleranz/ Teamarbeit/ Gruppenzusammenhalt
Anzahl/Alter der Spieler	Ab 10 Personen Ab sechs Jahren
Material/Zeit/Ort	Ein rechteckiges Feld Mindestens 15 Minuten Es kann überall gespielt werden
Beschreibung	Es wird in Zwei Teams gespielt, die möglichst gleich groß sind. Ziel ist es, das gegenüberliegende Team auf die "Heimseite" zu bekommen. Das ist durch Ziehen und Schieben möglich. Sobald die ein Spieler komplett über die Mittellinie gezogen/geschoben wurde, ist er Teil der anderen Mannschaft. Es ist dennoch möglich die andere Seite zu betreten, solange es einen Kontakt zum eigenen Feld gibt. Das kann durch Raupenbildung der Gruppe passieren. Das bedeutet aber auch, dass der Spieler der ins andere Feld gezogen ist, erst dann wirklich drüben ist wenn kein Kontakt mehr zum eigenen besteht. Niemand verliert! Da jeder Spieler immer Teil der anderen Mannschaft wird sobald er auf der anderen Seite ist, sind am Ende auf jeden Fall in der Gewinnermannschaft 
Autoren	Nida Dede, Gülcan Günes, Julian Kickuth, Till Struwe

Literatur

Zimmer, R. (2013). Handbuch der Bewegungserziehung: Grundlagen für Ausbildung und pädagogische Praxis. Herder: Freiburg. S. 73ff.

Nachtrag: Im Laufe des Schreibens bin ich auf den Circus HalliGalli mit „Rangeln - Mehr als eine Bewegung“ gestoßen. Vielen Dank dafür:

In: https://www.youtube.com/watch?v=PoigwTg_vUE (Stand: 25.01.17)

Danke auch an Olli Schulz, dass er bereits im Vorfeld ein Rangel-Lied veröffentlicht hat:

In: <https://www.youtube.com/watch?v=1JNJWiudsuo> (Stand: 25.01.17)