

Spiele für fitte Erwachsene 60+ – Einleitung: Magnetspiel

Die Wahrnehmung von verschiedenen Gruppenmitgliedern, deren Stellung im Raum und das Kopieren von Bewegungen werden geübt.

Alle gehen frei im Raum umher. Bei Musikstopp ruft der Spielleiter einen Namen. Diese Person ist dann das «Magnet» und hält die Hände hoch.

Die ganze Gruppe dockt schnellstmöglich an dieser Person an, indem ein Körperteil des «Magnets» berührt wird, z. B. ein Arm, die Schulter oder eine Hand.



Variationen

- Das «Magnet» zeigt eine Bewegung vor, die von allen schnellstmöglich kopiert wird.
- Alle umkreisen das «Magnet» bis die Musik weitergespielt wird.

Material: Musik zum Gehen

Quelle: Barbara Vanza, Erika Tschumi, Sonja Werz (Pro Senectute)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO