



Helden privat

»Die Zirkusnummer«

Peb und Pebber spielen Zirkus. Jeder ist abwechselnd Direktor und darf dem anderen sagen, welches Kunststück er vorführen muss – als gefährlicher Tiger durch einen Reifen springen, als Artist einen Purzelbaum machen oder eine Spielkarte auf dem Kopf balancieren, während er auf einem Bein hüpf.



.....→ Rollenspiele begeistern Kinder immer wieder. Beim Hineinversetzen in eine fremde Rolle fällt es dann auch viel leichter, neue Bewegungsabläufe unbefangen zu erproben und damit die eigene Körperbeherrschung weiter auszubauen. Wenn sich die Gelegenheit für ein gemeinsames Bewegungsspiel mit Ihrem Kind bietet, ist die „Zirkusnummer“ also keine schlechte Idee.

Die wilden Tiere

Der Zirkus bietet Raum für ganz unterschiedliche Rollen und Bewegungsmöglichkeiten für Kinder an. Den Zirkusdirektor und Dompteur können Sie oder auch ein Kind spielen. In der Manege, die im Wohnzimmer aufgebaut ist, ziehen Löwen und Tiger ihre Kreise und zeigen wie gefährlich sie brüllen und fauchen können. Sie springen auf einen Sessel, durch einen Reifen oder machen Männchen - der Dompteur dressiert die wilden Tiere.



Akrobaten und Seiltänzer

Aus den wilden Tieren werden im Handumdrehen mit Regenschirm und Reifen Seiltänzer, die über die Teppichkante balancieren und Akrobaten, die Purzelbäume und Räder schlagen. Einige Seiltänzer können auch rückwärts auf dem Seil laufen, in die Hocke gehen oder sich elegant drehen.

Clowns

In jeden Zirkus gehören Clowns: Sie laufen beschwipst und in Schlangenlinien durch die Manege. Sie stolpern über ihre eigenen Füße und fahren mit einem Clown-Kollegen „Schubkarre“. Dafür nehmen sie die Beine eines Kindes, so dass das Kind nur auf den Händen laufen kann.

Gemeinsam spielen

Wissenschaftler haben erkannt, dass regelmäßiges Spielen für Kinder wichtig ist. Beim Spielen lernen Kinder rücksichtsvolles Handeln, Spannung und Entspannung auszuhalten und mit Sieg und Niederlage umzugehen. Auch Tränen und Streit gehören zum Spiel. Im geschützten Rahmen der Familie können Kinder Niederlagen leichter verarbeiten und lernen dadurch auch im richtigen Leben mit Rückschlägen umzugehen. Diese Fähigkeiten lernen Kinder nicht, wenn sie allein am Computer oder vor der Spielekonsole sitzen.

„Peb und Pebber – Helden privat“ ist eine Initiative der Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb) in Kooperation mit Super RTL. Weitere Informationen finden Sie unter www.pebundpebber.de sowie unter www.ernaehrung-und-bewegung.de