

# Hände aufgepasst! I

## **Händeturm** + *Gedicht „Die elendslange Leiter“*

Mehrere Spieler sitzen um einen Tisch. Einer legt seine Hand flach auf den Tisch. Sein Nachbar legt eine Hand darüber und so fort, bis alle Hände einen Turm bilden. Nun wird die jeweils unterste Hand herausgezogen und obenauf gelegt, immer schneller und schneller. Wie lange schaffen es die Spieler, ohne dass der Händeturm einstürzt?

## **Kaffee-Reiben** + *die Stimme verstellen (hoch, tief, abgehackt...)*

Alle Spieler sitzen um einen Tisch. Der erste Spieler macht eine Faust und streckt den Daumen nach oben. Der nächste umschließt mit seiner Faust den Daumen des ersten und streckt wiederum den Daumen nach oben. Reihum wird ein Turm gebaut.

Der ganze Händeturm führt kreisförmige Bewegungen aus: „Kaffee reiben, Kaffee reiben!“ Der Händeturm bewegt sich rauf und runter: „Zucker stoßen, Zucker stoßen! Eine Hand muss weg!“ Die oberste Hand wird weggenommen (und bei wenigen Mitspielern wieder ganz unten hineingeschoben).

## **Immer schneller!** + *Silben sprechen: zi, za, zum*

Der Unterarm wird auf den Tisch gelegt. Die Hand beschreibt mehrmals hintereinander den Ablauf: Faust, Kante, flach (Handfläche auf den Tisch). – Mit der linken, rechten und mit beiden Händen gleichzeitig.

Tempo steigern!

*Variation:* Faust, flach, Kante, klatschen

## **Hand und Arm**

Der Arm ist angewinkelt. Die Finger sind ausgestreckt.

Der Arm wird ausgestreckt, die Finger zur Faust geballt. Mehrfacher Wechsel.

## **Fingerspitzen - Handballen**

Abwechselnd beidseitig mit den Fingerspitzen und den Handballen auf den Tisch tippen.

## **Rundherum**

Ringe, runde Gegenstände und Kreisel mit den Fingern in Drehbewegungen versetzen. Bei wem dreht es sich am längsten?

# Hände aufgepasst! II

## **Bitte weitergeben!**

Streichholz oder Münze zwischen Zeigefinger und Daumen klemmen und zum Mittelfinger usw. weitergeben.

## **Verlängerte Finger**

- Mit zwei Streichhölzern (bzw. Mikado-Stäbchen) ein drittes aufheben.
- In jeder Hand waagrecht einen Bleistift halten. Quer darüber wird ein weiterer Stift gelegt und durch den Raum getragen bzw. an einen Partner weitergegeben.

## **Hände, die sehen**

Gegenstände mit verbundenen Augen sortieren: alle runden, alle weichen, alle schweren...

## **Handmassage**

Mit dem rechten Daumen drückt man leicht auf den linken Daumenballen und massiert von dort aus kreisförmig um die Handfläche herum. Dann Seitenwechsel. Auch partnerweise möglich.

## **Finger-Akrobatik**

- Spitzen von Mittelfinger und Ringfinger an die Daumenspitze legen, die beiden anderen Finger bleiben gestreckt.
- Spitze von Daumen und Ringfinger zusammenlegen, dann den Zeigefinger auf das erste Daumengelenk. Mittelfinger und kleiner Finger bleiben gestreckt.
- Die Spitzen von Ringfinger und kleinem Finger werden mit der Daumenspitze zusammengelegt. Zeigefinger und Mittelfinger berühren sich und bleiben gestreckt.

## **Geldschein fangen**

Ein Mitspieler hält einen Spielgeldschein (oder ein Stück Papier) nach unten zwischen zwei Fingern, unmittelbar über der geöffneten Hand seines Mitspielers. Ohne Vorwarnung lässt er den Geldschein fallen. Der Mitspieler versucht nun, den Schein zwischen Daumen und Zeigefinger zu fangen.