



Gemeinsamer Beginn und Abschluss Kibaz mal anders für Familien!

Um der Veranstaltung einen Rahmen zu geben, sind ein gemeinsamer Beginn und Abschluss sinnvoll. Hier zwei Vorschläge, die natürlich gerne unter den notwendigen Schutzvorkehrungen, verändert werden können.

Veranstaltungs-Beginn: Kommando - Let's fetz

Die Moderation gibt verschiedene Kommandos vor, die von allen Familiengruppen an ihrem Platz möglichst schnell ausgeführt werden sollen.

- Kommando 1: Alle springen hoch und winken.
- Kommando 2: Alle klatschen in die Hände
- Kommando 3: Alle stellen sich auf ein Bein
- Kommando 4: Alle gehen in die Hocke
- Kommando 5: Alle stellen sich auf die Zehenspitzen

Sagt die Moderation „Let's fetz“ und nennt eine Zahl dabei, ändert sich die Aufgabe, wie oben beschrieben.

Achtung: Nennt die Moderation nur die Zahl, wird es tückisch, denn jetzt verbleiben alle Mitspieler in der letzten Bewegungsaufgabe und fallen hoffentlich nicht auf den Trick herein!

Veranstaltungs-Abschluss: Joyrobic

Material: Musik- und Mikroanlage

- begeisternde, leicht strukturierte Musik mit ca. 120 -140 Schläge pro Minute, z. B. Dr. Alban: *Sing Hallelujah*, Vanessa Amorosi: *Absolutely Everybody*

Joyrobic ist eine Bewegungschoreographie, die bei erstmaliger Durchführung direkt leicht umgesetzt werden kann, so dass viele Teilnehmer zusammen, trotz Abstand aktiv werden können.

- Dazu bedarf es einer guten Vorbereitung der Moderation, die die Joyrobic anleiten möchte. Hilfreich ist es, wenn man die Bassschläge deutlich hört. Dann werden verschiedene, leichte Bewegungsformen aneinander gereiht, die den Liedabschnitten zugeordnet werden.
- Bei einem 8-er Takt z. B.: 8 x Fäuste nach vorne boxen, 8 x Fäuste nach rechts, 8 x Fäuste nach links, 8 x mit beiden Händen auf beide Knie tippen, 8 x Schritte am Platz im Kreis gehen, Arme nach oben strecken, hüpfen und wieder von vorn.
- Beim Refrain und bei den Strophen entstehen dadurch verschiedene, aber wiederkehrende Bewegungsmuster
- Achtung, die Moderation sollte die Bewegungen spiegelverkehrt vormachen! 😊

Diese Aktion am Ende eines Festes führt eigentlich immer zu einer sehr begeisterten Gruppenatmosphäre und einen runden Abschluss.

Quellennachweis:

Suhr, Antje (2020): Die 50 besten Gruppenspiele mit Abstand, Don Bosco Verlag, München
Suhr, Antje (2017): Die 50 besten Spiele für Großgruppen, Don Bosco Verlag, München