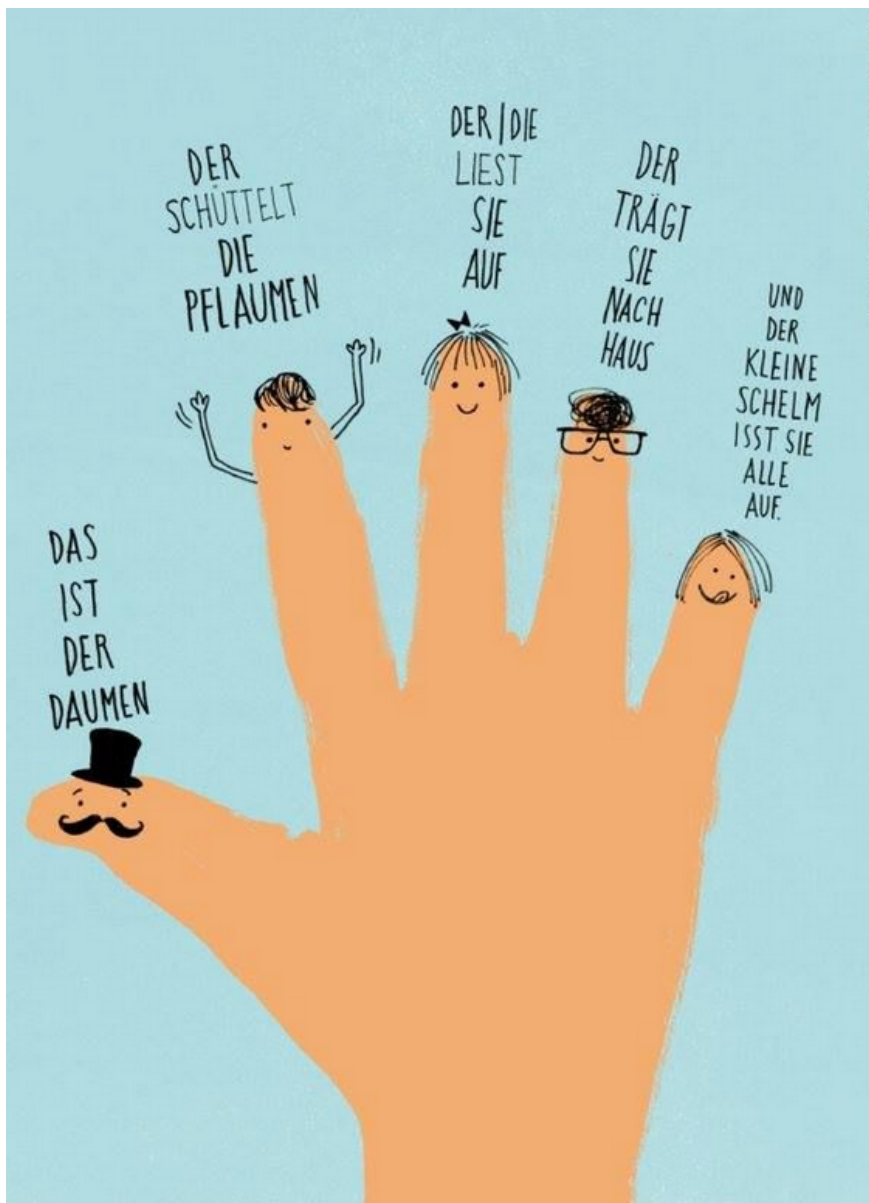


Zeigt her eure Finger, zeigt her eure Hand!

Zehn Inputs für den Unterricht, um Hände
und Finger in Bewegung zu setzen



©Poster Familie/Kleider/Tiere DaWanda.com

Was Hände können

Unsere Hände sind faszinierende Werkzeuge. Zum Schuljahresbeginn, als Einstieg in den Tag oder als Pause zwischendurch im Zyklus 1, zu Beginn Zyklus 2 bieten sich viele Anlässe, um sie zu erkunden. Wir schulen, benennen und fördern das «Handwerk», begegnen zahlreichen Begriffen rund um die Finger und Hände und geben ihnen Aufgaben, damit sie in Bewegung bleiben.

Ein Dossier in zwei Teilen

Teil eins – Wir lernen unsere Hände kennen:

Konkrete Umsetzungsideen und Vorlagen ausgehend vom Bilderbuch «Meine Hände». Die Ideen sind nach Schwierigkeitsgrad aufgeteilt einfach, mittel, knifflig und können auch ohne das Buch umgesetzt werden. ([Ideen 1 und 2](#))

Teil zwei – Wir spielen und sprechen mit den Händen:

Weiterführende Ideen, Inputs und Medientipps sowie leicht umsetzbare Unterrichtsideen. ([Ideen 3 bis 10](#))

Verwendete (Bilder-)Bücher:

- Meine Hände, Néjib, Aladin Verlag (Thienemann Esslinger), 2023
- Spielen, Bewegen, Selbermachen, Susanne Stöcklin-Meier, atlantis Verlag, 2009
- Ich bin Henry Fink, Alexis Deacon, Gerstenberg, 2015
- Ein Elefant auf meiner Hand, Lucie Albon, Gerstenberg Verlag, 2009
- Li li li li – hosak. Plitsch Platsch: ein Abzählreim, Baobab Books, 2020

Literaturtipp:

- [Alles über die Hand](#), Thienemann Esslinger Verlag, 2024

Teil eins – Wir lernen unsere Hände kennen

Das Bilderbuch «Meine Hände»



Néjib, Aladin Verlag, 2023, aus dem Französischen übersetzt von Anja Kootz

In einfachen Abbildungen werden zahlreiche Tätigkeiten aufgeführt, die mit Händen und Fingern ausgeführt werden, täglich und ganz selbstverständlich. Die linke Seite mit Abbildung und einem Begriff und die rechte Seite stehen stets zueinander in Verbindung.

Doch wie? Das findet man heraus, indem man die Bilder genau betrachtet, die Begriffe versteht und mit einem Schmunzeln oder Erstaunen selbst nachzumachen versucht, wie die Dinge rund um unsere Finger und Hände stehen.

Ein paar Möglichkeiten, wie mit dem Buch oder losgelöst davon und mit den Begriffen gearbeitet werden kann:

- einander zur Begrüssung die Hand schütteln (angenehmer Druck), Name dazu sagen
- Wörter kennenlernen
- Bilder dazu lesen und entdecken
- die Gesten nachmachen (z. B. in zwei Gruppen, Aufteilung: linke Seite – rechte Seite)
Erraten, was/welche Tätigkeit nachgespielt wird
- Selbst Gesten erfinden
- Beruferaten spielen: eine typische Arbeitsgeste stumm vorspielen, die anderen erraten lassen
- Tastspiele (mit Gegenständen aus dem Buch oder kleinen Gegenständen, die die Kinder mitbringen): unter einem Tuch verschiedene Gegenstände verstecken, durch Ertasten erraten, was es ist
- in einem Buch vorsichtig blättern lernen (z. B. in der Bibliothek)

Idee 1 – Meine Hände können vieles (Wortliste)

Die aufgeführten Begriffe kommen im Buch «Meine Hände» jeweils auf einer Doppelseite vor. An wenigen Stellen zieht sich eine Abbildung über die gesamte Doppelseite, da der Inhalt im Bild dies hergibt – bei den Begriffen *heben*, *ziehen*, *Es fliegt!*. Wie könnten sie miteinander in Verbindung stehen? Vorspielen, erraten. Zeichnen, erraten.

Linke Buchseite	Rechte Buchseite
begrüssen	berühren
sich verabschieden	sich melden
zählen	schreiben
aufbauen	umhauen
rollen	zerdrücken
Linien ziehen	Hände stempeln
zeichnen	wegwischen
abkühlen	fühlen
sich waschen	pinseln
super! (Daumen hoch)	ein Herz formen
heben	...
lenken	begleiten
hämmern	aufhängen
werfen	fangen
Peace! (Handzeichen)	Stopp! (Handzeichen)
Gassi gehen	füttern
streicheln	krauln
stricken	nähen
piksen	biegen
zerbrechen	reparieren
Armdrücken	Hasenohren
schmollen	träumen
Feuer machen	sich aufwärmen
Wo bin ich? (Hände vor die Augen/Gesicht)	Kuckuck! (Hände wegnehmen)
aufsetzen	ausreissen
behüten	beschützen
angeln	schwimmen
Zu Hilfe!	retten

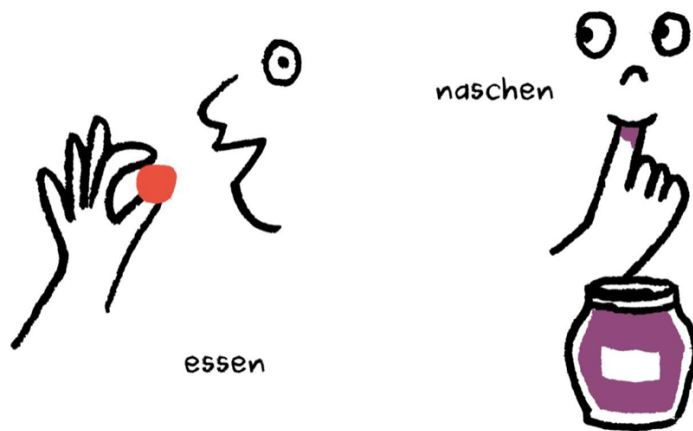
aufheben	sparen
Theater spielen	beleuchten
kneten	kochen
ziehen	...
zerschneiden	zerreißen
zerknüllen	wegwerfen
auffüllen	ausleeren
jonglieren	dekorieren
popeln/Nasebohren	klatschen
einpacken	auspacken
schliessen	öffnen
schleppen	schieben
zubinden	zuknöpfen
sich anziehen	spielen
auswählen	bekommen
geben	anmalen
sich kämmen	eine Grimasse ziehen (Mundwinkel)
graben	säen
giessen	ernten
essen	naschen
weinen	schnäuzen
zerteilen	auspressen
servieren	Prost!
trinken	telefonieren
Musik machen	pfeifen
eine Brücke bauen	betrachten
festhalten	loslassen
schenken	abzupfen
heiraten	Freude machen
Es fliegt!	...
boxen	verarzten
Psst!	zeigen
gähnen	schlafen
ausschalten	...

Idee 2 – Zum Nachdenken, Diskutieren und Ausprobieren

Zu den folgenden fünf Seiten: Was könnten Bild und Begriff links mit Bild und Begriff rechts zu tun haben bei den fünf Abbildungen (einfach, mittel, knifflig)? Wie unterscheiden sie sich? Bilder genau betrachten. Welche Ideen haben die Kinder dazu? Ausprobieren, vorspielen.

Darunter steht jeweils als Inspiration und zum Weiterdenken eine *weiterführende Frage*. Diese mit den Kindern diskutieren. Sammeln und festhalten. Jeweils ein Klassenplakat mit den Antworten gestalten. Erraten, wer welche Antwort gegeben hat. Oder Antworten zeichnen oder aufnehmen.

(einfach)



© Aus: Néjib, Aladin Verlag, 2023, aus dem Französischen übersetzt von Anja Kootz; www.thienemann-esslinger.de

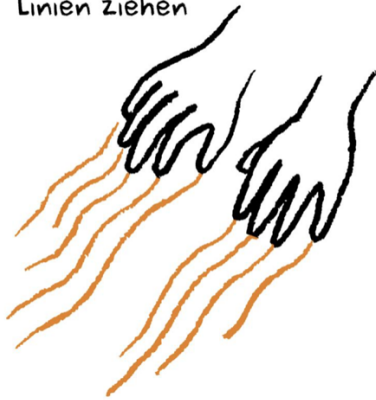
(Mögliche Antwort: Man kann Nahrungsmittel, z. B. Früchte wie Erdbeere, Äpfel, Beeren, eine Aprikose mit den Händen essen. Mit den Fingern kann man auch naschen, z. B. Süßes wie Konfitüre. Mit frischen Früchten wie Beeren oder Aprikosen kann man Brotaufstriche kochen, von denen man naschen kann.)

Zum Weiterdenken

Weiterführende Frage: Wovon naschst du besonders gerne?

(einfach)

Linien ziehen



Hände stempeln



© Aus: Néjib, Aladin Verlag, 2023, aus dem Französischen übersetzt von Anja Kootz; www.thienemann-esslinger.de

(Mögliche Antwort: Künstler*innenhände: Mit den Fingern und Händen kann man malen. Die Finger eignen sich, um z. B. Linien zu ziehen, im Sand oder mit bemalten Fingerkuppen. Bemalt man die Handflächen mit Fingerfarbe, kann man sie auf ein Blatt stempeln und hat einen Abdruck der eigenen Hände.)

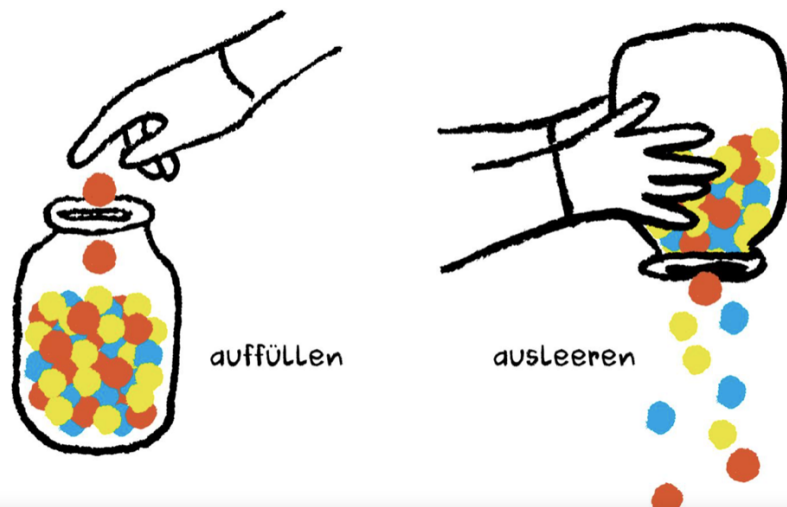
Zum Weiterdenken

Weiterführende Frage: Wie sehen deine Handflächen aus?
Vergleiche deine linke und deine rechte Handfläche miteinander.

Unterscheide und zeige auf diese Körperteile:

Finger
Fingernagel
Fingerkuppe
Hand
Handfläche
Handrücken

(einfach)



© Aus: Néjib, Aladin Verlag, 2023, aus dem Französischen übersetzt von Anja Kootz; www.thienemann-esslinger.de

(Mögliche Antwort: Wenn du etwas sammelst, kannst du es in einem Gefäss oder Glas aufbewahren und das Gefäss/Glas damit auffüllen – z. B. Murmeln oder kleine Bälle, Wattebäuschchen oder rund Kaugummis. Das Gegenteil davon ist, wenn du das Glas oder Gefäss umdrehst und alles ausleerst.)

Zum Weiterdenken

Weiterführende Fragen: Was sammelst du und füllst es in ein Glas? Was leerst du besonders gerne aus?

(mittel)



Peace!

Stopp!



© Aus: Néjib, Aladin Verlag, 2023, aus dem Französischen übersetzt von Anja Kootz; www.thienemann-esslinger.de

(Mögliche Antwort: Mit den Fingern und den Händen können wir Zeichen machen und unsere Sprache verstärken. Im Bild links wird Frieden und somit Kontaktaufnahme, Näherkommen signalisiert, im Bild rechts wird ein Stopp verlangt und ein Näherkommen ist unerwünscht.)

Zum Weiterdenken

Weiterführende Frage: Welche Handzeichen kennst du und was bedeuten sie?

(knifflig)



© Aus: Néjib, Aladin Verlag, 2023, aus dem Französischen übersetzt von Anja Kootz; www.thienemann-esslinger.de

(Mögliche Antwort: Man kann sich Kleider anziehen oder man kann Menschen anziehen, wenn man sich gegenseitig mag und sympathisch findet.)

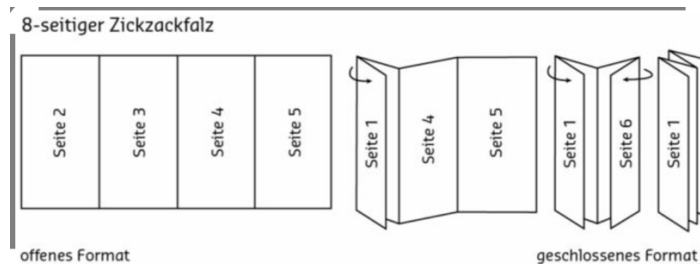
Zum Weiterdenken

Weiterführende Fragen: Was ziehst du am liebsten an? Wen magst du besonders?

Teil 2 – Wir spielen und sprechen mit den Händen

Idee 3 – Unsere Klasse Hand in Hand

Ein Leporello oder Zickzackbuch falzen. Es besteht aus gleichvielen Streifen wie Kinder. Auf die Vorderseite kommt der Handabdruck eines Kindes und auf der Rückseite den Namen dazu schreiben. Welcher Handabdruck gehört wem? Wie merkt man das? Wer ist wer? Das Leporello mit allen Handabdrücken im Klassenzimmer aufstellen.



Idee 4 – Kinderlied «Meine Hände können reden»

Das Kinderlied von Maik Göpel [«Meine Hände können reden»](#) eignet sich prima zum Mitmachen und ist optisch ansprechend gestaltet. Vielleicht lässt sich sogar eine weitere Strophe hinzudichten. Das Lied selbst einspielen und aufnehmen.

Idee 5 – Eins, zwei, drei ...

Abzählreime gibt es unzählige. Allenfalls kennen die Kinder bereits welche, die sich mit den Händen ausführen lassen. Gerade in anderen Sprachen erfragen und zusammentragen. Der Buchklassiker «Spielen, Bewegen, Selbermachen», Seite 46 bis 65, enthält zahlreiche Abzählverse, Hand-Spiel-Geschichten, muntere Spiele für Finger und Hände.

[Spielen, Bewegen, Selbermachen](#)

(Ausleihbar, PH Zug)

Idee 6 – Fingerstempel

Die Fingerkuppen mit Fingerfarbe einfärben und Fingerabdrücke stempeln. Trocknen lassen, auf die Abdrücke Gesichter, Beine, Arme malen und Geschichten dazu erfinden. Anregung dazu gibt das Bilderbuch «Ich bin Henry Fink», das in dieser Technik gemalt wurde (Alexis Deacon, Viviane Schwarz, 2015, Gerstenberg).

[Ich bin Henry Fink](#)

(Ausleihbar, PMZ Luzern)

Idee 7 – Fingerpuppen und Fingertiere basteln

(Saubere) Gummihandschuhe wiederverwerten? Nichts einfacher als das, man stellt daraus Fingerpuppen her. Die abgeschnittenen Handschuhfinger mit wasserfesten Filzstiften bemalen und auf die eigenen Finger aufsetzen.



Fingertiere aus Filz basteln

1. Materialien und Hilfsmittel: Was braucht man zum Fingerpuppen basteln?

Der zeitliche Aufwand und das benötigte Material, um Fingerpuppen und Tiere zu basteln, sind sehr gering. Verschaffen Sie sich mit einem Blick in die folgende Tabelle einen Überblick darüber, welche Materialien Sie bereits vorrätig haben und was Sie noch kaufen müssen.

Art	Bedarf
Material	<ul style="list-style-type: none">• Filz in verschiedenen Farben• Textilkleber• Wackelaugen• Schere
Hilfsmittel	<ul style="list-style-type: none">• Vorlagen zum Abpausen• Bleistift zum Anzeichnen des Grundrisses auf dem Filz

Fingerpuppen basteln für Kinder – Fuchs aus Filz nähen



Quelle: <https://www.heimwerker.de/fingerpuppen-basteln/>

Fingerpuppen basteln für Kinder – Fingertiere aus Filz



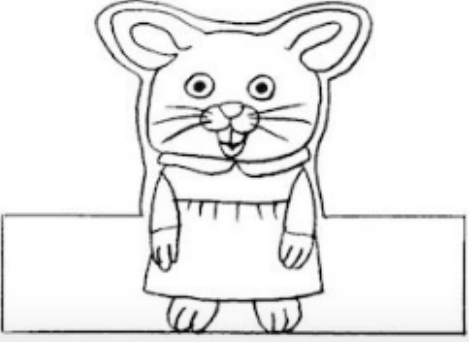
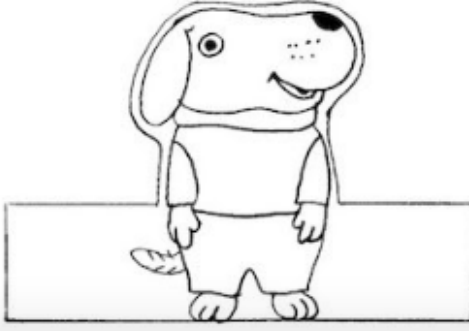
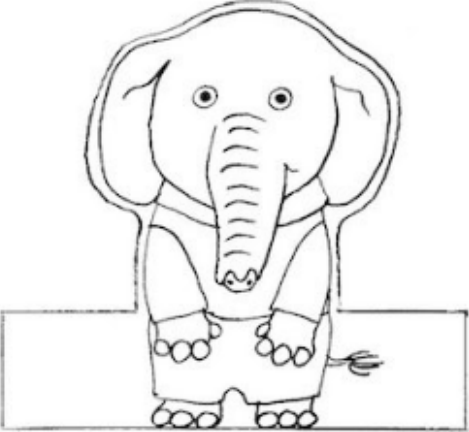
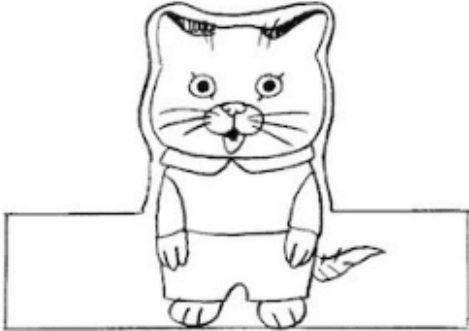
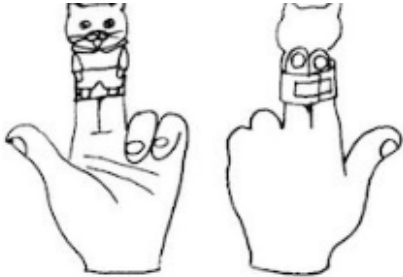
Quelle: <https://www.heimwerker.de/fingerpuppen-basteln/>

Fingerpuppen basteln – Lustige Eule für Fingerspiele selber machen



Quelle: <https://www.heimwerker.de/fingerpuppen-basteln/>

Fingerpuppen aus Papier fertigen



Idee 8 – So ein Fingertheater!

Die Finger bemalen mit Gesichtern usw. und eine Geschichte dazu erfinden. Anregung zu Tiergeschichten geben die Bilderbücher von Lucie Albon.

Ein Elefant auf meiner Hand (mit Anleitungen zum Händebemalen im Anhang)

Ein Hase in der Hand

Eine Gazelle in der Hand

[\(einsehbar in der Bilderbuchsammlung Luzern\)](#)



Idee 9 – Plitsch platsch – ein Abzählreim

Dieses Fingerspiel mit Abzählreim handelt von einem Vogeljungen, das in der Pfütze Wasser trinken möchte. Die Pfütze liegt in der Handmitte – und Finger für Finger beugt sich nun zur Mitte hin. Ein beliebter Abzählreim aus dem Iran: Li li li li hosak.



[Anhören](#)

[Leseprobe](#)

Idee 10 – Sich mit den Händen verständigen: die Gebärdensprache

Mit Händen und Fingern versuchen, das Alphabet darzustellen: Zeig mir deinen Namen!
Beim Hörbehindertenverband gibt es ein Onlinetool, mit dem die Fingerbewegungen erlernt werden können, sowie kostenlos ein Plakat zum Download. Diese Erfahrung trägt dazu bei, das Verständnis der Kinder zu wecken für Kinder und Erwachsene, die nicht oder kaum hören können. <https://hoerbehindert.ch/fingeralphabet>

Zum Entspannen nach der Hand-Arbeit – eine wohltuende «Pizza»-Massage!

«Pizza»-Massage

Kinder lieben Bewegung, geniessen aber auch Momente der Ruhe und der Entspannung. Ein Beispiel für eine spielerische Massage, die die Kinder zu zweit im Wechsel ausführen können. Zuerst alle Begriffe einüben, damit die Kinder wissen, was ihre Finger und Hände zu tun haben. Danach Schritt für Schritt anleiten.

Material: Matten (in der Turnhalle) oder weiche Unterlagen (im Klassenzimmer, Kindergarten)

Los geht's mit dem Pizzabacken

Heute gibt es Pizza. Die gab es bei uns schon lange nicht mehr. Das eine Kind ist die Pizza und das andere der Pizzabäcker oder die Pizzabäckerin. Der oder die muss nun alles vorbereiten.

Das Pizza-Kind liegt bäuchlings auf dem Boden, der Pizzabäcker, die Pizzabäckerin kniet sich daneben, sodass er oder sie gut an den Rücken der «Pizza» rankommt. Und nun kommt eins ums andere:

1. Zuerst müssen wir unsere Arbeitsfläche sauber machen.

Mit den Händen «Staub» vom Rücken des Kindes wischen.

2. Dann bestreuen wir unsere Arbeitsfläche mit etwas Mehl, damit der Teig nachher nicht anklebt

Mit den Fingerspitzen leicht über den Rücken fahren.

3. Den Teig müssen wir natürlich erst einmal kräftig rollen und kneten, damit er später auch schön luftig wird

Das Kind sanft hin und her rollen und mit den Fingern den Rücken kneten.

4. Nach dem Kneten müssen wir den Teig ausrollen.

Mit den Händen streichende Bewegungen von innen nach aussen machen.

5. So, und nun belegen wir die Pizza mit den leckersten Sachen, damit sie später auch gut schmeckt!

Zuerst nehmen wir Tomatenscheiben ...

Mit den Fäusten leicht auf den Rücken drücken.

... dann kommt die Salami ...

Mit der flachen Hand auf den Rücken drücken.

... dann nehmen wir noch Paprikascheiben dazu ...

Mit dem Finger kurze Striche auf den Rücken malen.

... ein paar Pilze noch ...

Mit dem Daumen leicht auf den Rücken drücken.

... und noch ein paar Zwiebelringe drauf.

Mit dem Finger Kreise malen.

Zum Schluss darf der Käse natürlich nicht fehlen.

Mit den Fingerspitzen der gespreizten Finger wild auf den Rücken klopfen.

6. Unsere Pizza ist fast fertig. Jetzt müssen wir sie noch in den Ofen schieben.

Dabei müssen wir vorsichtig sein, damit keine Zutaten herunterfallen.

Kind an der Hüfte anfassen und eine Schiebebewegung machen.

7. Im Ofen wird unsere Pizza nun fertiggebacken.

Hände schnell aneinander reiben, bis sie warm werden und dann auf den Rücken des Kindes legen.

8. Prima – unsere Pizza ist fertig und schön knusprig durchgebacken, sodass wir sie vorsichtig aus dem Ofen holen können ...

Kind an der Hüfte fassen und zurückziehen.

9. ... und jetzt essen!

Mit den Handflächen leicht über den Rücken streicheln.

Rollen wechseln und eine neue «Pizza» backen.