

Spiele

quer durchs Haus

Start: Flur

Du benötigst: Augenbinde

So funktioniert es: Eine Person legt sich die Augenbinde an. Die andere sucht sich einen Platz im Flur. Durch leise Geräusche muss die blinde Person die Andere finden. Danach Wechsel.

WICHTIG: Wenn sich im Flur eine Treppe befindet, muss eine Schranke mit Stühlen gebaut werden bzw. das Spiel abgebrochen werden, wenn sich die blinde Person in der Nähe befindet.

Wohnzimmer

Du benötigst: Kissen, Decken, Lieblingsmusik

Vorbereitung: Verteile alle Kissen/Decken auf dem Boden.

So funktioniert es: Schalte deine Lieblingsmusik ein und hüpf über die Kissen und Decken. Versuche auch mit beiden Beinen gleichzeitig zu hüpfen, rückwärts und seitlich zu hüpfen und wenn alles gut klappt, dann mit einer Drehung zu hüpfen. Bei einem glatten Boden musst du aufpassen, dass du nicht ausrutschst.

Küche

Du benötigst: offene Flasche, Bindfaden, Stift für jeden Mitspieler

Vorbereitung: Der Bindfaden wird am Stift befestigt. Das andere Ende des Bindfadens wird an einer Gürtelschleife am Rücken befestigt. Der Stift soll ungefähr an der Kniekehle enden. Die Flaschen werden aufgeschraubt und zwischen die Füße gestellt.

So funktioniert es: Auf ein Startsignal versuchen alle Mitspieler den Stift in der Flasche zu versenken, indem sie durch die Füße nach hinten schauen. Während der Aktion darf der Bindfaden nicht berührt werden.

Treppe

Du benötigst: Würfel/pro Mitspieler

So funktioniert es: Es wird der Reihe nach gewürfelt. Die Würfelanzahl gibt vor, wie viele Stufen du nach oben gehen darfst. Treffen sich zwei Personen auf der gleichen Stufe, müssen beide von vorn beginnen. Ziel kann das Ende der Treppe (nur hoch) sein oder der Startpunkt (hochgehen und wieder runtergehen). Bei der Variante „Ziel ist beim Startpunkt“ müssen beide Personen zum Start, wenn sie sich auf einer Stufe befinden (auch wenn man sich bereits auf dem Rückweg befindet).

Kinderzimmer

So funktioniert es: Alle Tiere aus deinem Zimmer wollen heute einen Ausflug machen. Hole aus deinem Kinderzimmer ein Kuscheltier, indem du dich wie dieses Tier bewegst. Wenn du das Nächste holst, bewege dich wie das vorherige Tier, bis du ein neues Tier hast. Sammle alle Tiere in einem anderen Zimmer. Wenn der Ausflug zu Ende ist und die Tiere zurückbringst, bewege dich wieder wie das Tier, welches du zurückbringst.

Treppenlauf

Du benötigst: Treppe

So funktioniert es: Gehe die Treppe auf unterschiedliche Art nach oben und unten.

- Jeweils ein Schritt pro Stufe
- Mit einem Fuß hüpfen (erst rechts, dann links)
- Mit Händen und Füßen, wie eine Katze
- Rückwärts

WICHTIG: Wenn du Angst hast, mache es langsam, halte dich fest oder frage einen Erwachsenen ob er dir hilft.

Abschluss: Garten

Du benötigst: Eimer (ein Eimer/Spieler und einen zusätzlichen für alle), Schwämme oder Waschlappen (einen pro Spieler)

Vorbereitung: Ein Eimer wird mit Wasser befüllt. Die anderen Eimer werden in 5m Entfernung auf den Boden gestellt. Jeder Mitspieler hat ein Schwamm/Waschlappen.

So funktioniert es: Auf Kommando rennen alle zum Wassereimer und machen den Schwamm/Waschlappen nass. Danach wird zum eigenen Eimer gerannt und das Wasser ausgewringt.

Spielziel: Bis das Wasser im Eimer leer ist oder bis eine bestimmte Zeit (ca. 3 Min.) abgelaufen ist oder bis eine bestimmte Füllhöhe erreicht ist.

Anschließend könnte eine Wasserschlacht gemacht werden ☺

Ich wünsche viel Spaß beim Spielen.

Fragen, Anregungen oder Feedback können Sie mir gerne zukommen lassen.

Tina Geiwitz – Sportfachkraft - m.geiwitz@jeh-seitz.de