



SPIELMOBIL
LANDKREIS GÜNZBURG

SPIELESAMMLUNG

Corona-konform

Saison 2021

Kommunale Jugendarbeit

Krankenhausstraße 36

89312 Günzburg

Instagram: @jugend_guenzburg

jugendarbeit@landkreis-guenzburg.de

08221/95420

Inhalt

Kennenlernen	1
AUF UND AB.....	1
Das schnellste Namensspiel der Welt.....	3
Datenkarussell	4
Ich bin der:die Einzige	5
Zwei Wahrheiten, eine Lüge.....	6
Oh, diese Namen.....	7
Spürnase	8
Teamer:innen-Pinnwand	9
Wilder Willi	10
Zipp-Zapp	11
Warm-Ups.....	12
Kotzendes Känguru	12
Banane	14
Bodenshao-Do	15
Concentration	16
Duell der Augen	17
Ha He Ho	18
Knopf-Hannes	19
Hüpfrunde	20
Klatsch-Yoga.....	21
Kreuzapotheke	22
Menschenmemory.....	23
Nachts im Museum.....	24
Pferderennen.....	25
Stumme:r Dirigent:in	26
Whiskey-Mixer.....	27
Zick-Zack-Zuck	28
Zungenmörder:in	29
Lüge oder Wahrheit?	30
Familie Meyer im Zoo	31
Kooperations- und Vertrauensspiele	33
Blindes Zählen.....	33
Vertrauensparcours	34

Kennenlernen

AUF UND AB

- Ab 10 TN
- Ca. 15min
- Ort: Stuhlkreis/ Sitzkreis auf dem Boden
- Material: Aussagen

Beschreibung:

Die Teilnehmer:innen sitzen im Kreis. Eine:r aus dem Team liest eine Aussage vor. Wenn diese auf die:den jeweiligen Teilnehmer:in zutrifft, steht diese:r auf oder falls nicht, bleibt er:sie sitzen. Die Teilnehmer:innen werden gebeten, auf das Bild nach der Aussage zu achten. Wer steht? Wer sitzt? So kann man schon mal ins Gespräch kommen und bekommt einen Eindruck von den anderen...

Ziel:

Kennenlernen, Warm-Up, Bewegung, Identität

Mögliche Aussagen:

- Ich hab total Lust aufs Spielmobil!
- Ich habe ältere Geschwister.
- Ich habe jüngere Geschwister.
- Ich habe 1,2,3... Brüder/Schwestern.
- Bei mir wohnen die Großeltern mit im Haus.
- Ich habe ein eigenes Zimmer.
- Ich habe ein eigenes Haustier.
- Ich habe eine Katze, Hund, Fische, Meerschweinchen, Kaninchen, Pferd, Schlange...
- Ich war im Kindergarten.
- Als Kind habe ich gerne mit Puppen gespielt.
- Ich war gerne auf Klassenfahrt.
- Ich mag meine Lehrer und Lehrerinnen.
- Es gibt viele Tage, da gehe ich gerne zur Schule.
- Mit den Leuten in meiner Klasse komme ich gut aus.
- Mathe ist mein Lieblingsfach.
- Ich gehe gerne in den Urlaub.
- Ich spreche 1,2,3... Fremdsprachen.
- Ich freue mich, wenn ich die Schule hinter mir habe.
- Ich weiß schon, was ich dann beruflich machen will.
- Ich habe ein Handy.

- Ich bin immer erreichbar.
- Für 20 Euro würde ich mir eine Glatze schneiden lassen.
- Ich liebe das Meer über alles.
- Für mich sind die Berge schöner.
- Ich tanze gerne.
- Ich habe ein Tagebuch.
- Ich rede manchmal mit mir selbst.
- Ich bin Mitglied in einem Verein.
- Ich habe in meinem Bett ein Kuscheltier zum Einschlafen.
- Ich tanze manchmal bei Musik mit der Haarbürste vor dem Spiegel.
- Ich kann kein Blut sehen.
- Ich kenne einen richtig guten Witz.
- Mein Zimmer ist (immer) aufgeräumt.
- Ich möchte später ein Haus mit Garten haben.
- Tagesschau gucken ist mir wichtig.
- Erdbeere ist meine Lieblingseissorte.
- Schadenfreude kann ich nicht unterdrücken.
- Ich lästere voll gerne.
- Ich rede im Schlaf.
- Ich habe den Film XY gesehen.
- Ich achte darauf, was ich anziehe.
- Ich schnarche nachts.
- Später möchte ich mal heiraten und Kinder haben.
- Fußball finde ich total langweilig.
- Ich treibe regelmäßig Sport.
- Ich würde gern mal eine Weltreise machen.
- Ich freue mich schon auf Weihnachten.
- Ich spiele ein Musikinstrument.
- Sport ist Mord.
- Ich bin manchmal schüchtern, wenn ich jemanden ansprechen soll.
- Ich kann kaum einen Ball fangen.
- Konflikten gehe ich gerne aus dem Weg.
- Manchmal stehe ich voll auf der Leitung.
- Ich würde gerne mal an einer Casting-Show teilnehmen.
- Ich habe bei mindestens einer Aussage gelogen.

Das schnellste Namensspiel der Welt

- TN-Anzahl: flexibel
- Ca. 5-15min
- Ort: beliebig
- Material: Stoppuhr

Beschreibung:

Die TN stehen mit Abstand im Kreis. Die Spielleitung steht mit im Kreis, zückt eine Stoppuhr und gibt bekannt, dass es sich bei der folgenden Aufgabe um einen Wettlauf gegen die Zeit handelt: Die TN sollen nacheinander möglichst schnell ihren Namen sagen.

Die Spielleitung startet das Spiel, indem sie ihrer:ihrem rechten Nachbar:in den eigenen Namen sagt. Diese:r wiederum sagt dem:der rechten Nachbar:in den eigenen Namen. Die Zeit wird erst gestoppt, wenn die:der letzte TN den eigenen Namen der Spielleitung sagt. Anschließend fordert die Spielleitung die Gruppe auf zu schätzen, wie lange sie gebraucht hat, bevor das Ergebnis bekannt gegeben wird. In weiteren Runden kann die Gruppe versuchen ihre eigenen Zeiten zu unterbieten.

Ziel:

Kennenlernen, Kooperation, Koordination

Datenkarussell

- TN-Anzahl: beliebig
- Ca. 15-25min
- Ort: beliebig
- Material: 2 x ausreichend langes Seil, Markierung für den Beginn

Beschreibung:

Auf dem Boden wird mit den Seilen ein langer Gang gelegt, Abstand zwischen den Seilen ist 1,5 Meter. Die TN stellen sich mit ausreichend Abstand auf beide Seiten der Seile, allerdings leicht versetzt, die TN sollen auf beiden Seiten in einem Zickzack stehen, und nicht parallel.

Nun fordert die Spielleitung die TN dazu auf, sich in alphabetischer Reihenfolge der Vornamen aufzustellen. Dabei dürfen die TN nicht sprechen, Masken sind bei dieser Methode sogar hilfreich, um heimliches sprechen vollkommen zu verhindern. Um die Abstandsregeln einhalten zu können, dürfen die TN nur mit den jeweils nebenstehenden TN die Positionen wechseln.

Die Aufreihung soll um den Gang herum erfolgen, mithilfe einer Markierung (z.B. buntes Blatt) kann der Anfang markiert werden.

Variationsmöglichkeiten:

Statt Vornamen kann man natürlich auch alles Mögliche fragen, z.B. Hausnummern, Schuhgrößen, ...

Ziel:

Kennenlernen, Kooperation, Koordination

Ich bin der:die Einzige

- TN-Anzahl: beliebig
- Ort: Steh- oder Stuhlkreis
- Dauer je nach TN Zahl
- Material: keins

Beschreibung:

In diesem Spiel geht es darum, mehr voneinander zu erfahren. Ziel für jede:n Einzelne:n ist es, etwas über sich zu erzählen, was sie:ihn besonders und einzigartig macht in der Gruppe. Die Gruppe sitzt im Stuhlkreis. Es geht reihum. Wer an der Reihe ist, steht auf und nennt sein einzigartiges Merkmal, z.B. „Ich bin die Einzige, die schon mal vom 10m-Brett gesprungen ist.“ Oder „Ich bin der Einzige, der schon mal in Afrika war.“ Trifft die Aussage auf jemand anderen in der Gruppe auch zu, steht die:derjenige lautlos auf. Hat sie:er etwas gefunden, das keine:r sonst schon mal gemacht hat, darf sie:er sich wieder setzen.

Ziel:

Kennenlernen, Einzigarten herausstellen, Gemeinsamkeiten herausfinden

Zwei Wahrheiten, eine Lüge

- TN-Anzahl: beliebig
- Dauer je nach TN Zahl
- Ort: Sitzkreis
- Material: Zettel, Stifte

Beschreibung:

Jede:r bekommt einen Zettel und einen Stift. Auf diesen Zettel schreibt jede:r drei Aussagen über sich auf. Dies können Eigenschaften, Erlebnisse, Kennzeichen o.Ä. sein - am besten jedoch nichts, was offensichtlich ist oder die ganze Gruppe schon weiß. Eine der drei Aussagen ist jedoch eine Lüge. Wenn alle die drei Punkte über sich aufgeschrieben haben, stellt jede:r sie reihum vor. Die anderen dürfen raten, was die Lüge ist. Anschließend wird aufgelöst.

Variationsmöglichkeiten:

Alternativ können die Zettel auch im Raum ausgehängt werden und jede:r macht einen Strich / ein Kreuz / einen Klebepunkt hinter der Aussage, von der er denkt, dass es die Lüge ist. Die Auflösung erfolgt im Anschluss. Bei großen Gruppen kann die Vorstellung sehr lange dauern, ggf. Kleingruppen bilden.

Ziel:

Kennenlernen, Fremdeinschätzung

Oh, diese Namen...

- TN-Anzahl: ab 10 Personen
- Ca. 10min
- Ort: beliebig
- Material: keins

Beschreibung:

Die TN stehen im Kreis. Der:die Spielleiter:in nennt den Namen eines TN und macht dabei eine deutliche Bewegung mit dem Arm in Richtung der:des Angesprochenen. Dieser TN nennt seinerseits einen weiteren Namen und gibt das Zeichen mit der Armbewegung weiter. Das geht so lange bis alle einmal dran waren.

Wichtig: Keine:r darf doppelt benannt werden und jede:r muss sich merken, an wen das Armzeichen weitergegeben wurde.

Dann wird die Runde wiederholt. Die Zeichen sollten dabei möglichst schnell weitergegeben werden.

Ziel:

Die Namen sollen gelernt werden. Auch als Warum-Up geeignet

Vereinfachung (optional):

Die TN, die schon drangekommen sind, setzen sich hin.

Spürnase

- TN-Anzahl: ab 2 Personen
- Ca. 5-10min (je nach TN-Zahl)
- Ort: beliebig
- Material: keins

Beschreibung:

Zwei TN stehen sich gegenüber und beobachten sich 15 bis 30 Sekunden. Dann drehen sie sich um und verändern drei Teile an sich. Wenn sie sich gegenüberstehen, sollten sie sich gegenseitig die Veränderungen benennen.

Die anderen TN beobachten von außen und verhalten sich ruhig.

Variationsmöglichkeiten:

Der:die Spielleiter:in stellt Fragen, die man zu seinem:seiner Partner:in beantworten soll (z.B. trägt der andere Ohrringe/ Brille etc.)

Ziel:

Kennenlernen der anderen TN, Aufmerksamkeit schulen

Teamer:innen-Pinnwand

- TN-Anzahl: beliebig
- Ort: beliebig
- Ca. 20min
- Material: vorbereitete Karten, Pinnwand

Beschreibung:

Bei diesem Spiel ist es Aufgabe der Gruppe, den Teamer:innen Kärtchen mit Informationen zuzuordnen.

Vor Beginn überlegen sich die Teamer:innen, welche Informationen sie über sich auf die Karten schreiben möchten. Bestenfalls schreibt eine:r alle Zettel, damit die Zuordnung nicht auf die Schrift zurückgeführt werden kann. Fünf bis sieben Zettel pro Person reichen aus.

Vorschläge für die Infos: Alter, Studium/Beruf, weitester/interessantester Reiseort, Hobbies, letzter Kinofilm, etwas, das Wut oder Ärger hervorruft, besondere Fähigkeiten, ...

Die Karten werden im Raum ausgelegt oder unter die Stühle geklebt. Das Team sagt noch nicht viel zu sich und bittet die Gruppe die Karten zuzuordnen. Die Teamer:innen stellen sich weit genug auseinander, die Kärtchen sollen vor ihnen abgelegt werden.

Sind alle Zettel verteilt, beginnt ein:e Teamer:in und benennt zunächst die richtigen Karten, die anderen legt sie:er wieder in die Mitte. Die Gruppe darf dann nochmal raten oder die:derjenige Teamer:in, der:die sich vorstellt, nimmt die zugehörigen noch zu sich dazu.

Achtung:

Hier ist Teamarbeit gefragt, vor allem wenn manche Kinder noch nicht lesen können.

(Variationsmöglichkeiten:

Diese Methode ist auch gut medial umwandelbar, z.B. über Padlet. Zu Beginn sind die Kärtchen in einem Pool und dürfen dann in Spalten zu den jeweiligen Teamer:innen zugeordnet werden. Dazu braucht jede:r ein Smartphone oder mobiles Endgerät.)

Ziel:

Kennenlernen der Teamer:innen, Fremdeinschätzung, Arbeiten im Team

Wilder Willi

- TN-Anzahl: bis max. 30
- Ort: Steh-/ Stuhlkreis
- Dauer: je nach TN-Zahl
- Material: nix

Beschreibung:

Das Spiel ist eine Kennenlernrunde, in der sich jede:r mit einem Adjektiv vorstellt, das mit dem Anfangsbuchstaben des Vornamens beginnt (und bestenfalls noch zu ihm:ihr passt). Jemand beginnt und stellt sich z.B. folgendermaßen vor: „Ich bin die humorvolle Hanna!“. Die:Der Nächste wiederholt Hannas Aussage und fügt den eigenen Namen mitsamt dem Adjektiv an. Ein einmal benutztes Adjektiv ist für alle anderen gesperrt. Bei großen Gruppen kann man nach den ersten zehn Personen einen Gegenstand weiterwandern lassen, bei dem die:der Nächste die Aufzählung beginnen muss (das nimmt weniger Zeit in Anspruch und ist einfacher).

Es ist sinnvoll, dass sich jede:r, schon bevor das Spiel richtig losgeht, ein Adjektiv überlegt hat. Durch das Wiederholen lernt die Gruppe schnell alle Vornamen.

Variationsmöglichkeiten:

Möglich ist es auch, dass sich jede:r zu seiner Person eine bestimmte Geste überlegt oder man sich zu dem ersten Buchstaben des Vornamens ein entsprechendes Lieblingsgericht oder Urlaubsziel überlegt.

Ziel:

Kennenlernen, Namen lernen

Zipp-Zapp

- TN-Anzahl: ab 10 Personen
- Ort: Steh-/ Stuhlkreis
- Dauer: ca. 10min
- Material: nix

Beschreibung:

Alle Teilnehmenden sitzen oder stehen in einem Kreis und eine:r steht in der Mitte und hat keinen Platz. Er:sie wählt eine:n Mitspieler:in aus und fragt folgendermaßen nach dem Namen der Person, die daneben sitzt: Bei „Zipp“ muss der:die Angesprochene den Namen des:der rechten Nachbar:in nennen. Fragt er:sie „Zapp“ muss er:sie den Namen des:der linken Nachbar:in nennen. Wer einen Fehler macht oder zu langsam ist, ist nun an der Reihe, muss in den Kreis und weiterfragen.

Variationsmöglichkeiten:

„Zopp“ - eigener Name

„Zepp“ - Name des:der Teilnehmenden in der Mitte

(Es gibt noch das Kommando „Zipp Zapp“, bei dem alle die Plätze wechseln müssen. Da dies aber erfahrungsgemäß zu Chaos führt und das Einhalten von Sicherheitsabständen nur schwer möglich ist, ist es in dieser Version nicht aufgeführt.)

Ziel:

Namen spielerisch lernen, Konzentration stärken

Warm-Ups

Kotzendes Känguru

- TN-Anzahl: ca. 10-20 Personen
- Ort: Stehkreis
- Dauer: ca. 10min (beliebig)
- Material: Figuren (s.u.)

Beschreibung:

Die Mitspieler:innen stellen sich im Kreis auf, eine:r steht in der Mitte. Diese:r deutet auf eine Person und nennt eine der vorher festgelegten Figuren. Daraufhin muss der:die Spieler:in und die beiden Nachbar:innen die Figur pantomimisch darstellen. Das muss möglichst schnell und fehlerfrei passieren. Wer verpennt, zu lange für die Figur braucht oder eine falsche Bewegung macht, muss in die Mitte und löst die Person dort ab.

Tipp:

Zunächst drei Figuren vorstellen und dann je nach Gruppe Schritt für Schritt mehr Figuren dazunehmen.

Anmerkung:

Bei Figuren, bei denen der Abstand nicht gewahrt werden kann, muss ggf. eine Maske getragen werden.

Figuren:

DIE DREI AFFEN: Der*Die rechte Spieler*in hält sich die Ohren zu, der*die Mittlere die Augen und der*die linke Spieler*in den Mund.

TOASTER: Die beiden äußeren Spieler*innen fassen sich an den Händen und bilden damit den Toaster. Der*Die mittlere Spieler*in springt zwischen deren Armen nach oben und symbolisiert damit den Toast.

TOAST HAWAII: Hier wird es wie beim Stichwort "Toaster" gleichgemacht. Allerdings sagt die mittlere Person beim Hochspringen "Aloha!"

WASCHMASCHINE: Die beiden äußeren Mitspieler*innen halten sich an den Händen; die Person in der Mitte steckt dazwischen seinen Kopf hindurch und dreht diesen schnell im Kreis.

ELEFANT: Der*Die mittlere Spieler*in formt mit seinen Händen einen Rüssel vor seinem Gesicht; die beiden äußeren Spieler*innen formen jeweils mit ihren Armen die Ohren des Elefanten.

MIXER: Der*Die mittlere Spieler*in streckt seine Arme über die Köpfe der beiden äußeren Spieler*innen. Diese drehen sich dabei im Kreis.

KOTZENDES KÄNGURU: Der*Die mittlere Spieler*in bildet mit seinen Armen des Beutel des Kängurus, in den von rechts und links die beiden äußeren Mitspieler*innen hineinkotzen.

GITARRIST: Der*Die Spieler*in in der Mitte spielt ein wildes Gitarrensolo. Die beiden äußeren Spieler*innen sind die Fans und müssen jubeln und tanzen.

ROBBEN FÜTTERN: In der Mitte steht der*die Dompteur*in und verteilt Fische an seine beiden Robben links und rechts neben ihm*ihr. Diese hocken auf dem Boden und klatschen wie Seerobben in die Hände.

DISCO: Die mittlere Person dreht sich um sich selbst wie eine Discokugel und die beiden Äußeren wackeln mit den Zeigefingern im Takt und machen dabei den Beat "itz, itz, itz, itz..."

DARTH VADER: Die Mitte hält sich die Hand vor den Mund und macht Darth Vader Geräusche (z.B. „Ich bin dein Vater“). Die äußeren Spieler*innen bewegen sich dabei so, als würden sie mit Lichtschwertern kämpfen.

TAXI: Die mittlere Person winkt, die rechte Person macht in derselben Zeit Motor- bzw. Auto Geräusche und die linke Person macht dann noch abschließend ein Quietschgeräusch.

TITANIC: Beide äußeren Spieler*innen halten sich an beiden Händen und machen nach außen hin eine Spitze. Die mittlere Person lässt streckt ihre Arme aus und ruft dabei "I can fly, Jack - I can fly!"

ENTE: Die Person in der Mitte macht mit der Hand einen Entenschnabel und muss Entengeräusche von sich geben. Alle drei gehen dabei in die Hocke und wackeln mit dem Po.

ELCH: Dieser besteht aus dem*der Spieler*in in der Mitte. Er*Sie muss röhren wie ein Elch. Die beiden Personen neben ihm*ihr stellen sich dahinter und Breiten ihre Arme am Kopf aus, sodass ein eindrucksvolles Geweih entsteht.

FISCH: In der Mitte wird der Körper des Fisches dargestellt, indem der Mund im Wechsel geöffnet und geschlossen wird. Außen stellen die anderen beiden Mitspieler*innen die Flossen mit den Armen da und machen Flossenbewegungen.

MÖWE: Mit den Händen wird von der*dem mittleren Spieler*in ein Schnabel geformt. Er*Sie macht dazu die passenden Geräusche. Die Personen daneben flattern mit den Armen im Takt und stellen die Flügel dar.

MÜCKE: Die äußeren Personen machen Summgeräusche und piksen mit ihren Fingern die mittlere Person. Diese ruft "Aua!" und schlägt nach den Mücken.

DRUIDE: Die beiden äußeren Mitspieler*innen bilden mit ihren Armen einen Kessel. Dabei rührt die Person in der Mitte in dem Topf mit einer imaginären Kelle herum.

MEERJUNGFRAU*MANN: Alle drei Mitspieler*innen bewegen sich so elegant wie Meerjungfrauen oder Mehrjungmänner durch den ganzen Raum und jagen sich spielerisch.

MALER*IN: Der*Die rechte*r Spieler*in bildet mit den Armen einen Kreis und stellt den Farbeimer da, die mittlere Person steht still und spielt die Wand. Der*Die linke*r Mitspieler*in taucht einen Pinsel (seinen Arm) in den Farbeimer und bepinselt die Wand.

WELLENGANG: Alle drei Spieler*innen strecken die Arme gebeugt nach vorne und müssen mit dem ganzen Körper synchron Wellen nachmachen.

KUCKUCKSUHR: Beide Personen an der Seite drehen sich um die eigene Achse, die mittlere tritt vor und ruft "Kuckuck!"

LAOLA Hierbei sind alle Spieler beteiligt. Die Person in der Mitte sagt "Links" oder "Rechts" und in der entsprechenden Richtung geht eine Laola-Welle durch den gesamten Kreis.

Banane

- TN-Anzahl: beliebig
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 5-15 min
- Material: nix

Beschreibung:

Alle Spieler:innen stellen sich in einen Kreis auf. Die Spielleitung spricht den Text vor und macht dazu passende Bewegungen. Die anderen sprechen den Text nach, ebenfalls mit Bewegung. Anschließend wiederholt die Spielleitung erneut den Text, diesmal lauter, und übertreibt extrem bei den Bewegungen. Die TN sollen die Spielleitung in Lautstärke und Intensität der Bewegungen bei der 2. Wiederholung übertrumpfen.

Text:

Und pflück Banane, pflück, pflück Banane!

Und schäl Banane, schäl, schäl Banane!

Und ess Banane, ess, ess Banane!

Und wirf Banane, wirf, wirf Banane!

Und surf Banane, surf, surf Banane!

Und rock Banane, rock, rock Banane!

Und tschüss Banane, tschüss, tschüss Banane!

Ziel:

WarumUp, Bewegung, Auspowern, Abbau von Hemmschwellen

Bodenshao-Do

- TN-Anzahl: ab 8
- Ort: drinnen oder draußen
- Dauer: ca. 5-15 min
- Material: ggf. Stein o.Ä.

Beschreibung:

Die Shaolin-Mönche sind für ihre speziellen Kampfkünste bekannt. Eine besondere Technik, das Töten mit Blicken, wird in diesem Spiel ausprobiert. Ein:e besonders erzählbegabte:r Teamer:in berichtet im Vorfeld des Spiels von seiner langen Reise durch die Welt. Bei den Shaolin-Mönchen hat er:sie diese besondere Kampftechnik ausprobiert, ist aber nicht bis zu dem Level gekommen, wo jemand wirklich stirbt. Trotzdem wollte er:sie sein:ihr Wissen weitergeben usw.

Anmerkung: Die Geschichte kann natürlich thematisch beliebig angepasst werden. Außerdem ist es immer cool, wenn der:die Teamer:in sich passend verkleidet.

In der Mitte des Kreises liegt ein glitzernder oder durchsichtiger Stein als Kraftfokus. Alle stehen im Kreis und folgen zwei Kommandos, die der:die Teamer:in nacheinander ansagt. Bei „Boden-Shao“ richten alle ihren Blick auf den Stein in der Mitte und laden ihren Blick mit Energie auf. Bei „Do“ gucken alle zu jemand anderes hin, direkt in die Augen bzw. dahin, wo die Augen wären. Treffen sich nun zwei Blicke direkt, entlädt sich die ganze Energie. Die beiden TN werden geschockt und müssen den Kreis verlassen. Die übrig gebliebenen Spieler:innen rutschen wieder zum Kreis zusammen und die nächste Runde beginnt. So geht das Spiel immer weiter, bis am Ende ein oder zwei Spieler:innen übrigbleiben, die dann Bodenshao-Do-Meister sind.

Ziel:

Auflockerung, Spaß

Concentration

- TN-Anzahl: ab 6, ab 4. Klasse
- Ort: Stuhlkreis
- Dauer: ca. 20 min
- Material: keins

Beschreibung:

Die Mitspieler:innen sitzen im Kreis. Reihum zählen die Spieler:innen (inklusive Spielleiter:in) durch und bekommen so eine eindeutige Nummer.

Der:Die Spielleiter:in beginnt die Bewegung vorzuführen. Im gleichbleibenden Takt funktioniert dies so:

1. Mit beiden Händen auf die Oberschenkel klopfen
2. In die Hände klatschen
3. mit den Fingern der rechten Hand schnippen
4. mit den Fingern der linken Hand schnippen

Dies wird nun einige Runden geübt, bis jede:r Spieler:in die Bewegung beherrscht.

Das eigentliche Spiel funktioniert so: alle Teilnehmer:innen „klatschen“ zusammen den Rhythmus. Es ist jeweils ein:e Spieler:in an der Reihe. Diese:r nennt bei der dritten Bewegung (Schnippen mit der rechten Hand) seine:ihre eigene Nummer, bei der vierten Bewegung (Schnippen mit der linken Hand) nennt er:sie die Nummer eines:r anderen Spielers:in. Diese:r muss nun in der unmittelbar anschließenden Runde reagieren und wiederum bei der dritten Bewegung seine:ihre eigene Nummer, bei der vierten Bewegung eine beliebige andere Nummer nennen...

Reagiert ein:e Spieler:in nicht korrekt, rückt diese:r Spieler:in an die letzte Stelle und setzt sich auf den entsprechenden Stuhl; alle Spieler zwischen seiner:ihrer alten Position und dem:r Letzten rücken jeweils eine Position auf. Dadurch ändern sich natürlich auch die Nummern der entsprechenden Spieler:innen; die Nummer bleibt beim Platz, nicht bei dem:der Spieler:in. Das muss in der nächsten Runde berücksichtigt werden...

Spielziel ist es für alle den Rhythmus aufrechtzuerhalten. Daneben ist es Ansporn für Jede:n Spieler:in den 1. Platz zu erreichen und so lange wie möglich dort zu bleiben.

Variationsmöglichkeiten: (besser für jüngere Kinder geeignet)

Das Spiel kann anstatt mit Nummern auch mit Namen gespielt werden. Wenn man mit der rechten Hand schnippt, muss man dabei den eigenen Namen erwähnen. Wenn man mit der linken Hand schnippt, nennt man einen anderen Namen aus der Runde. Die genannte Person muss dann auch zuerst den eigenen Namen nennen (beim Schnippen mit der rechten Hand) und dann wieder einen anderen Namen (beim Schnippen mit der linken Hand). Das Weiterrutschen auf den Stühlen fällt dabei weg. Wer einen Fehler macht oder aus dem Rhythmus fliegt, scheidet aus.

Ziel:

Auflockerung, Spaß, Konzentration, Spaß

Duell der Augen

- TN-Anzahl: ab 6, ab 4. Klasse
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 20 min
- Material: keins

Beschreibung: (ähnlich wie Bodenshao-Do)

Die Gruppe stellt sich zunächst im Kreis aus. In festgelegter Reihenfolge - z.B. von links nach rechts - geben die Spieler:innen nun nacheinander zwei Kommandos: „Schau weg!“ bedeutet, dass alle Mitspieler:innen vor sich auf den Boden schauen. Gleichzeitig tritt vollständige Ruhe ein und alle überlegen, welche:n Mitspieler:in sie als nächstes anschauen wollen. Kurz darauf erfolgt das Kommando: „Schaut hin!“, was bedeutet, dass alle Köpfe gleichzeitig gehoben und die Augen umgehend auf die vorher ausgewählte Person gerichtet werden. Sehen sich nun zwei Personen an, so haben beide Pech gehabt und scheiden aus. Der Kreis wird verkleinert und die anderen Spieler:innen setzen das Kampfspiel so lange fort, bis entweder ein:e Spieler:in übrigbleibt oder das Finale durch ein direktes Blickduell entschieden wird (alternativ kann es auch zwei Gewinner:innen geben).

Ziel:

Ziel des Spiels ist es, möglichst lange niemanden direkt anzugucken.

Ha He Ho

- TN-Anzahl: ab 8
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 10 min
- Material: keins

Beschreibung:

Alle stehen im Kreis, sodass jede:r jede:n sehen kann. Das Spiel besteht aus drei Figuren.

Ha: Die Person streckt beide Arme mit den Handflächen zusammengedrückt nach oben, wobei sich die Fingerspitzen in der Luft berühren.

He: Die beiden benachbarten Personen zeigen mit zusammengepressten Händen wie ein Pfeil zu der Person, die zuvor „Ha“ gesagt hat.

Ho: Die erste Person reißt die Arme dabei wieder nach vorne und gibt den Impuls mit den Fingerspitzen an eine beliebige Person des Kreises.

Diese:r Mitspieler:in ist dann an der Reihe und beginnt wieder mit „Ha“.

Es sollen die Wörter „Ha“, „He“ und „Ho“ in einer Lautstärke gesagt werden, sodass jede:r diese verstehen kann.

Wer was falsch macht oder zu langsam ist, ist raus und tritt aus dem Kreis.

Variationsmöglichkeiten:

Wer raus ist, bleibt im Kreis stehen. Wer auf ihn:sie zeigt ist auch raus und er:sie zählt auch nicht mehr als Nachbar:in, sondern immer der:die nächste Mitspieler:in rechts und links ist Nachbar:in.

Ziel:

Auflockerung, Spaß, Konzentration, Reaktion

Knopf-Hannes

- TN-Anzahl: ab 4
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 10 min
- Material: optional Knopf zum zeigen

Beschreibung:

Die Spielleitung muss, damit das Warm-Up auch richtig Spaß macht, den Spruch auswendig können. Dieser Spruch kann aber innerhalb kurzer Zeit gelernt werden.

Die Gruppe stellt sich in einen Kreis. Zwischen den einzelnen TN ist ausreichend Abstand. Alle stehen da und fangen an, folgenden Spruch zu sagen: (gerne mit etwas Rhythmus)

„Hallo, ich bin der Hannes, ich habe eine Frau und vier Kinder und ich arbeite in einer Knopffabrik. Eines Tages kam mein Chef und sagte ‚Hannes, hast du Zeit für mich?‘ Ich sagte ‚jo‘. Er sagt ‚Dann dreh diesen Knopf mit deiner rechten Hand.‘“

Dann fängt die Gruppe an, mit der rechten Hand eine Drehbewegung zu machen - so, als würde man einen großen Knopf drehen. Dann wiederholt die Gruppe den Spruch, während sie weiter mit der rechten Hand Drehbewegungen macht.

Nun wird auch die linke Hand eingesetzt, sodass jetzt alle TN ihre beiden Hände kreisen lassen. Danach wird das Gleiche mit dem rechten und dem linken Fuß gemacht, dann mit dem Kopf und zum Schluss mit der Zunge.

Wenn alle benannten Körperteile in den passenden Sprüchen aufgesagt und in Kreisform bewegt werden, ist das Spiel zu Ende.

Ziel:

Aktivierung, Warmwerden, Auflockerung

Hüpfrunde

- TN-Anzahl: mind. 10
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 10 min
- Material: keins

Beschreibung:

Die Teilnehmenden stellen sich in einen großen Kreis. Ein TN beginnt und hüpft einmal hoch. Nun müssen der Reihe nach alle einmal hochspringen. Sobald die Reihe wieder beim Start-TN angekommen ist, beginnt nahtlos die nächste Runde. Jetzt müssen jedoch immer die nächsten zwei Personen gleichzeitig hüpfen (Blickkontakt ist sehr hilfreich). Auch dies setzt sich so lange fort, bis alle einmal gehüpft sind. Wichtig ist, dass alle einmal als Paar gesprungen sind. Bei einer ungeraden Gruppe muss also der/die erste Teilnehmer:in ein zweites Mal in dieser Runde hüpfen. Die nächste Runde beginnt hinter dem Paar, welches als letztes gehüpft ist. In der nächsten Runde hüpfen nun immer drei Personen. Sobald eine oder mehrere Personen zum falschen Zeitpunkt hüpfen, beginnt das Spiel von vorne. Ziel ist es, dass am Ende alle Teilnehmenden gemeinsam hüpfen.

Ziel:

Bewegung, Auflockerung, Spaß, Koordination

Klatsch-Yoga

- TN-Anzahl: ab 4
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 10 min
- Material: keins

Beschreibung:

Jede:r sucht sich eine:n Partner:in und stellt sich ihm:ihr gegenüber auf. Der:Die Leiter:in gibt im Spielverlauf die Anweisungen. Alternativ können die TN auch im Kreis aufgestellt werden.

Stufe 1: abwechselnd bis drei zählen

A: „eins“
B: „zwei“
A: „drei“
B: „eins“
A: „zwei“
B: „drei“ usw.

Stufe 2: „eins“ wird durch Klatschen ersetzt

A: klatscht
B: „zwei“
A: „drei“
B: klatscht
A: „zwei“
B: „drei“ usw.

Stufe 3: „zwei“ wird durch einmal um die eigene Achse drehen ersetzt

A: klatscht
B: dreht sich
A: „drei“
B: klatscht
A: dreht sich
B: „drei“ usw.

Stufe 4: „drei“ wird durch Hochspringen ersetzt

A: klatscht
B: dreht sich
A: springt
B: klatscht
A: dreht sich
B: springt usw.

Variationsmöglichkeiten:

Steigerung der Geschwindigkeit, Bewegungen können beliebig ersetzt werden.

Ziel:

Aktivierung, Konzentration, Koordination, Reaktion

Kreuzapotheke

- TN-Anzahl: ab 10
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 20 min
- Material: keins

Beschreibung:

Alle Teilnehmenden sitzen zusammen in einem Kreis. Die Spielleitung beginnt das Spiel mit „Ich kaufe mir in der Kreuzapotheke und ich bekomme es.“ Nun müssen alle TN der Reihe nach immer einen beliebigen Gegenstand oder ein beliebiges Medikament nennen und die Spielleitung entscheidet darüber „Du bekommst es“ oder „Du bekommst es nicht“.

Dieses Spiel geht so lange, bis alle TN die Lösung des Spiels erraten haben oder die Motivation, diese herauszufinden, stark sinkt. Die Crux beim Einkauf in der Kreuzapotheke: Alle Teilnehmenden, die ihre Beine überschlagen oder überkreuzt haben, bekommen, was sie kaufen möchten. Wer anders sitzt, bekommt seine Gegenstände nicht.

Ziel:

Spaß, Konzentration

Menschenmemory

- TN-Anzahl: ab 10, ab 4. Klasse
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 20 min
- Material: keins

Beschreibung:

Menschenmemory funktioniert wie das bekannte Memory mit Karten. Nur müssen hier immer zwei Menschen gefunden werden, die zusammenpassen.

Zu Beginn gehen zwei Freiwillige aus dem Raum, die später gegeneinander spielen. Die restlichen Teilnehmer:innen finden sich in Paare zusammen und überlegen sich eine Bewegung, die beide genau gleich ausführen. Wenn sich alle Paare auf eine Bewegung geeinigt haben, wird „gemischt“ und alle verteilen sich quer im Raum.

Die Freiwilligen kommen wieder in den Raum, der:die erste beginnt und ruft eine Person auf, die daraufhin ihre Bewegung vollführt. Dann wird die zweite Person „aufgedeckt“, also aufgerufen. Wenn beide Personen und Bewegungen zusammenpassen, gibt es einen Punkt und der:die Spieler:in darf weitermachen. Wenn es nicht passt, ist der:die zweite Spieler:in dran.

Als Paare sollten sich bestenfalls Personen zusammenfinden, die sonst eher nicht so viel miteinander zu tun haben.

Um es schwieriger zu machen, können sich einige Paare ähnliche oder seitenverkehrte Bewegungen aussuchen.

Ziel:

Auflockerung, Spaß, Konzentration

Nachts im Museum

- TN-Anzahl: ab 10
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 15 min
- Material: keins

Beschreibung:

Ein:e Teilnehmer:in wird ausgewählt, der:die den Raum verlässt. Er:Sie ist der:die Museumswächter:in. Die anderen suchen sich einen Platz und stellen mit ihrem Körper irgendeine Statue im Museum dar. Dabei können sie sich positionieren, wie sie möchten. Alle erstarren.

Dann wird der:die Museumswächter:in hereingerufen. Er:Sie hat nun die Aufgabe, sich im Herumgehen die Statuen im Museum gut einzuprägen. Dann wird er:sie wieder nach draußen geschickt. In der Zwischenzeit verändern sich fünf Dinge im Museum (an den Statuen). Hier muss der:die Leiter:in gut darauf achten, dass es nicht mehr oder weniger Veränderungen gibt. Daraufhin erstarren alle wieder.

Dann wird der:die Museumswächter:in wieder hereingerufen. Seine:Ihre Aufgabe ist es nun die Veränderungen herauszufinden. Wenn der:die Wächter:in alle Veränderungen erkannt hat, startet die nächste Runde.

Ziel:

Auflockerung, Spaß

Pferderennen

- TN-Anzahl: ab 4
- Ort: (Stuhl-) Kreis
- Dauer: ca. 10 min
- Material: keins

Beschreibung:

Alle TN knien oder sitzen im Kreis und spielen ein Pferderennen nach: Sie klopfen sich mit beiden Händen auf ihre Schenkel. Dabei gibt es mehrere Features (der:die Spielleiter:in macht vor, alle anderen gleichzeitig nach):

- Die Pferde gehen zum Start: mit den Händen auf die Knie klatschen
- Startschuss: die Pferde rennen los: heftiger klatschen
- Schlümpfe: „Lalalala, lalalala, lalalala, lalalala, flatsch“
- Rechtskurve: nach rechts lehnen
- Linkskurve: nach links lehnen
- Kleines Hindernis: mit den Händen auf den Fußboden oder einen kleinen Sprung machen und „Hoi“ rufen
- Großes Hindernis: den Oberkörper auf den Fußboden senken oder einen großen Sprung machen und „Hoi“ rufen.
- Doppelhindernis: zweimal hochspringen und zweimal „Hoi“ rufen
- Hecke: Schwimmbewegungen durch eine Hecke
- Hügel: hopsen
- Wassergraben: Platschgeräusche nachahmen
- Holzbrücke: auf die Brust klopfen, während man „ohöööööö“ ruft
- Unbekanntes Flugobjekt: „Bibi Blocksberg, die kleine Hexe...“ singen und mit dem Finger in die Höhe zeigen
- Frosch auf der Rennbahn: „iiiiih“ schreien, Hände hochwerfen, dann „pfd“ (Frosch zermatscht)
- Zuschauertribüne: Applaus und Jubelrufe
- Alt-Herren-Tribüne: gemäßigter, langsamer Applaus
- Gegner überholen: (Mittelfinger erheben) winken, Zunge rausstrecken und zur Seite nach hinten gucken
- Zielgerade: heftiger klatschen
- Zielfoto: Pose, Lächeln

Ziel:

Aktivierung, Warmwerden

Stumme:r Dirigent:in

- TN-Anzahl: ab 10
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 15 min
- Material: keins

Beschreibung:

Alle sitzen oder stehen im Kreis, ein oder zwei Teilnehmer:innen werden als Detektiv:innen rausgeschickt. Im Kreis wird dann ein TN bestimmt, das den:die Dirigent:in spielt. Diese:r soll von allen anderen TN kopiert werden. Das heißt, alles was der:die Dirigent:in macht - alle Gesten - von den anderen nachgemacht werden. Sobald der:die Detektiv:in von draußen reingerufen wird, geht's los. Der:Die Dirigent:in darf von seinem Platz aus pantomimisch verschiedene Instrumente oder Bewegungen darstellen. Sprechen ist nicht erlaubt. Die anderen versuchen ihn:sie möglichst unauffällig nachzumachen. Wurde der:die stumme Dirigent:in entdeckt, beginnt eine neue Runde.

Ziel:

Auflockerung, Spaß

Whiskey-Mixer

- TN-Anzahl: ab 10
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 10 min
- Material: keins

Beschreibung:

Alle Teilnehmenden stellen sich im Kreis auf. Im Uhrzeigersinn wird das Wort "Whiskeymixer" möglichst schnell herum gegeben.

Sagt ein:e TN "Messwechsel", wird die Richtung gewechselt und das Wort "Wachsmaske" wird entgegen dem Uhrzeigersinn weitergegeben.

Das A und O des Spiels ist dabei Geschwindigkeit: Zögert oder verspricht sich ein:e TN oder fängt an zu lachen, muss er:sie einmal um den Kreis herum laufen.

Die Spielleitung kann je nach Situation immer wieder neue Impulse in alle Richtungen starten. Mehr Impulse = mehr Verwirrung = mehr Spaß.

Ziel:

Auflockerung, Spaß, Konzentration

Zick-Zack-Zuck

- TN-Anzahl: ab 4 (ab 6J.)
- Ort: Kreis
- Dauer: ca. 10 min
- Material: keins

Beschreibung:

Die TN sitzen im Kreis. Zu Beginn des Spiels werden folgende Kommandos eingeübt:

- Zick: aufstehen
- Zack: auf den Boden setzen
- Zuck: Arme hoch
- Ruck: Arme runter

Diese Kommandos werden von der:dem Spielleiter:in in schneller Reihenfolge gegeben. Nach einer Übungsphase kann das Spiel als Ausscheidungsspiel gespielt werden.

Variationsmöglichkeiten:

Die TN stehen im Kreis. Bei Zick = Arme seitwärts, bei Zack = Arme am Körper, ansonsten wie gehabt.

Ziel:

Lustiges Auflockern, Bewegung

Zungenmörder:in

- TN-Anzahl: ab 8
- Ort: Kreis
- Dauer: ca. 10 min
- Material: keins

Beschreibung:

Alle sitzen oder stehen im Kreis, ein oder zwei Teilnehmer:innen werden als Detektiv:innen rausgeschickt. Nun wird in der Gruppe der:die Zungenmörder:in bestimmt. Er:Sie soll so unauffällig wie möglich andere Teilnehmer:innen "ermorden", indem er:sie ihnen kurz und schnell die Zunge rausstreckt. Der:Die Detektiv:in hat dann die Aufgabe, den Zungenmörder zu entlarven. Der:Die Detektiv:in wird also von draußen reingerufen und das Spiel beginnt. Der:Die Detektiv:in stellt sich in die Kreismitte und schaut alle TN an, bis er:sie rausgefunden hat, wer der:die Zungenmörder:in ist. Der:Die Zungenmörder:in streckt TN die Zunge raus - diese fallen dann "tot" vom Stuhl ;-)

Darauf hinweisen, dass die Teilnehmer:innen nicht alle offensichtlich zum:r Zungenmörder:in hinschauen, diese:n aber trotzdem im Blick haben.

Ziel:

Auflockerung, Spaß

Lüge oder Wahrheit?

- TN-Anzahl: mind. 4, ab 6 J.
- Ort: (Stuhl-) Kreis
- Dauer: ca. 10 min
- Material: keins

Beschreibung:

Alle Teilnehmer:innen befinden sich an ihrem Platz. Alle stellen sich vor ihren Stuhl, so dass sie sich jederzeit rasch hinsetzen können. Nun gibt der:die Spielleiter:in eine Behauptung vor, z.B. „Alle Hunde sind braun“. Die Teilnehmer:innen entscheiden nun, ob die Behauptung wahr oder gelogen ist. Ist die Behauptung wahr, bleiben die Teilnehmer:innen stehen. Ist die Behauptung falsch, setzen sich die Teilnehmer:innen hin.

Das Spiel kann mit Ausscheiden gespielt werden. Denkbar ist auch, dass die TN abwechselnd die Behauptungen aufstellen.

Variationsmöglichkeiten:

Das Spiel kann auch mit geschlossenen Augen gespielt werden.

Das Spiel kann auch gut für einen thematischen Einstieg genutzt werden.

Ziel:

Bewegung, Auflockerung, Unterscheidung Wahrheit und Lügen

Familie Meyer im Zoo

- TN-Anzahl: ab 8 (ab 8 J.)
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 10 min
- Material: Geschichte Zettel, Stift

Beschreibung:

Staffelspiel bei dem es darum geht, schneller als die anderen aufzustehen.

Zwei (oder mehr) Gruppen sitzen auf nebeneinander stehenden Stühlen (je 1,5m Abstand zwischen den Stühlen) und bekommen jeweils in der Reihenfolge Rollen zugeteilt: Vater, Mutter, Peter, Susi, Dackel Waldemar, Löwe, Elefant, Affe (Anzahl kann variiert werden). Dabei sitzt der Vater der Gruppe 1 Rücken an Rücken mit dem Vater der Gruppe 2 (Abstand einhalten!), usw.

Der:Die Spielleiter:in liest eine Geschichte vor, in der die einzelnen Namen vorkommen. Jedes Mal wenn der Name kommt, muss die Person aufspringen. Das Team, in dem die Person zuerst steht, bekommt einen Punkt und beide dürfen sich wieder setzen. Bei 'Familie Meyer' müssen alle, von Vater bis Dackel, aufstehen, bei 'Zoo' alle Tiere.

Hier noch ein Beispieltext:

Es ist Sonntag. **Familie Meyer** wacht auf. **Peter** und **Susi** rennen ins Bad. **Vater** kocht Kaffee und **Mutter** deckt den Frühstückstisch. Der **Dackel Waldemar** steht an der Tür und bellt. **Peter** öffnet die Haustür und lässt den **Dackel Waldemar** hinaus. "Das Frühstück ist fertig", ruft **Mutter**. Die **Familie Meyer** setzt sich an den Tisch. **Susi** hat eine Idee: "Lasst uns in den Zoo gehen!" "Nein", mault **Peter**, "gehen wir lieber ins Kino." **Dackel Waldemar** jault, weil **Vater** ihm auf den Schwanz getreten ist.

Die **Familie Meyer** beschließt den Besuch im **Zoo**. **Vater** fährt das Auto aus der Garage. **Mutter** steigt vorne ein. **Susi**, **Peter** und der **Dackel Waldemar** klettern auf den Rücksitz. Die **Familie Meyer** fährt los. Im **Zoo** angekommen, kauft **Vater** die Eintrittskarten. **Peter** möchte am liebsten gleich zu den **Affen**. **Susi** ruft: "Wir gehen zuerst zu den **Löwen!**" **Vater** meint, "hier gibt es ein schönes **Elefanten**engehege." Plötzlich schreit **Mutter**: "Wo ist der **Dackel Waldemar?**" Der **Dackel Waldemar** ist verschwunden! **Familie Meyer** schaut sich erschrocken an. Dann bestimmt **Vater**: "**Mutter**, Du suchst mit **Peter** bei den **Löwen**, **Susi**, renne zu den **Affen** und ich, der **Vater**, gehe zu den **Elefanten**. Irgendwo hier im **Zoo** muss der **Dackel Waldemar** ja stecken!" Da hört **Familie Meyer** plötzlich ein wütendes Gekläff und Gebrüll vom **Löwenkäfig** her. **Vater** kommt von den **Elefanten** zurück, **Susi** von den **Affen**. Die ganze **Familie Meyer** trifft sich bei den **Löwen**. **Peter** und **Mutter** sind ja schon da. Vor den **Löwen** sitzt der **Dackel Waldemar** und kläfft. Die **Löwen** brüllen zurück. Gott sei Dank hat die **Familie Meyer** den **Dackel Waldemar** nicht im **Zoo** verloren. **Familie Meyer** verließ bald den **Zoo** und ging zum Auto zurück. **Vater** und **Mutter** stiegen vorne ein, **Peter** und **Susi** hinten. Der **Dackel Waldemar** natürlich auch. Zum Glück war der **Dackel Waldemar** ja schließlich nicht verloren. Dann fuhr die **Familie Meyer** wieder heim. Das war ein schöner Besuch im **Zoo**.

Bemerkungen

Es bietet sich an, dass die Punktezahl nicht der:die Erzähler:in macht, damit die Geschichte einigermaßen flüssig weitergehen kann. Es können Pausen bei jeder Person gemacht werden - es ist aber auch reizvoll, mehrere dicht hintereinander aufstehen zu lassen.

Variationsmöglichkeiten:

Das Spiel kann auch statt mit „Aufstehen“ mit „einmal um die Stuhlreihen rennen“ gespielt werden. Dann bekommt das Team den Punkt, bei dem der:die Spieler:in wieder zuerst auf seinem:ihrer Platz sitzt. Hierbei ist jedoch die Abstandsregel schwer einzuhalten (besonders bei dem Aufruf „Familie Meyer“ oder „Zoo“), deshalb ist davon eher abzuraten.

Ziel:

Reaktion, Bewegung, Auflockerung, Warm werden

Kooperations- und Vertrauensspiele

Blindes Zählen

- TN-Anzahl: ab 8 (ab 10 J.)
- Ort: beliebig
- Dauer: ca. 10 min
- Material: keins

Beschreibung:

Die TN verteilen sich im Raum und schließen die Augen. Sie haben nun die Aufgabe abwechselnd zu zählen. Dabei dürfen sich die TN untereinander nicht verständigen. Eine Person darf nicht mehrere Zahlen hintereinander nennen. Sobald eine Zahl von mehreren Personen genannt wurde, geht es wieder von vorne los.

Schafft es die Gruppe gemeinsam bis fünf, zehn, fünfzehn...?

Variationsmöglichkeiten:

Es kann auch festgelegt werden, dass die Höhe der Zahlen der TN-Anzahl entspricht. So kommt in der perfekten Runde jede:r einmal dran.

Ziel:

Teamwork, Aufeinander achten

Vertrauensparcours

- TN-Anzahl: 10-15
- Dauer: ca. 30 min
- Ort: beliebig
- Material: Hindernisparcours, Seile mit 1,5m Länge, Augenbinden

Beschreibung:

Vorbereitung:

1. Seile müssen zurecht geschnitten werden.
2. Der Parcours muss aufgebaut werden.
3. Die Materialien müssen zurecht gelegt werden.

Durchführung: Alle Teilnehmenden der Gruppe suchen sich jeweils eine:n Partner:in, sodass Zweierteams entstehen. Jedes Team bekommt jeweils zwei Augenbinden und ein Seil. Das Seil muss zwischen den Beiden immer gespannt werden.

Ein:e Spieler:in verbindet sich die Augen und wird von der jeweils anderen Person am Seil durch den Parcours geführt. Danach wird gewechselt.

Variationsmöglichkeiten:

Der Parcours kann verschiedene Schwierigkeitsstufen haben.

Die erste Runde kann mit Führen und Reden sein und die zweite Runde nur noch mit der Führung am Seil.

Die Partner:innen können zwischendurch mal gewechselt werden.

Ziel:

Das Vertrauen in die jeweiligen Gruppenmitglieder und das Gemeinschaftsgefühl innerhalb der Gruppe wird durch diese Übung gestärkt.