

Lieblingsspiele im Kinderturnen

Musikstopp-Spiele

Während die Musik läuft: Gehen, Laufen, Rückw. Laufen, Hüpfen, Bewegen wie Tiere, Im Entengang, Wie ein Riese, Auf den Linien, Ohne Linien zu berühren, Über die Geräte, Ohne etwas zu berühren

Wenn die Musik stoppt:

- Hinsetzen und die neue Aufgabe anhören
- Hinlegen und die neue Aufgabe anhören
- Versteinert bleiben (Pausen unterschiedlich lang)
- Farbe anfassen (mit und ohne Personen) –

Ausscheiden?!?

- Viele Hände schütteln
- Auf heißem Sand gehen / Durch tiefen Schnee stapfen

Zu Zweit:

- Einer läuft durch die Halle, wenn die Musik stoppt schnell zurück zum Partner
- Springt über die liegenden Kinder
- Krabbelt unter den „Brücken-Kindern“ unterdurch
- Macht Kopfstand auf dem kleinen Kasten
- Rollt über die Kinder (Matten)
- Rädert über die Kinder (Matten)
- Körperteile aneinanderkleben (Hand, Fuß, Bauch, Rücken, Knie, Po, Nasen)
- Fahrradfahren
- Mit der rechten Hand anfassen und versuchen, sich gegenseitig auf die Füße zu treten oder auf den Po zu hauen.

Alle....fangen...

Alle TN bewegen sich zur Musik durch den Raum, bei Musikstopp wird die Gruppe benannt, die Fänger wird:

- alle Brillenträger
- alle Barfüßler
- alle Schwarzhosen
- alle Jung / Mädchen

Oder aber auch die Variante:

- alle mit kurzen Hosen werden gerollt
- alle mit dunklen Haaren werden Huckepack getragen
- alle mit weißen Socken bauen eine Brücke, der Rest krabbelt durch

Klebriges Popcorn

Alle Mitspieler werden in einzelne, klebrige Popkörner verwandelt, die Halle ist unsere Popkornmaschine. Die Maschine (Musik) wird gestartet und alle hüpfen/laufen durcheinander, wenn die Maschine stoppt, klebt ein Popcorn mit einem anderen zusammen (z.B. Rücken an Rücken / Anfassen), wir die Maschine wieder gestartet, bewegen sie sich gemeinsam durch den Raum. Wir sie wieder gestartet, kleben wieder welche zusammen, dieses Spiel wird so lange gespielt, bis ein riesiger Popcornhaufen entstanden ist.

Atomspiel

Während der Musik bewegen sich alle einzeln durch die Halle, wenn die Musik stoppt, wird eine Zahl angesagt / gezeigt, die angibt, wie viele Kinder sich zusammenschließen sollen und dann kommt die Aufgabe.

- Z.B. – singt gemeinsam ein Lied
- Lauft im Elefantengang (Hände fassen durch die Beine)
 - 1 Gruppenmitglied wird geschaukelt / hochgehoben
 - Baut eine Pyramide
 - Überlegt euch ein Tier und bewegt euch so durch die Halle

Variante: Jedes Kind bekommt eine Spielkarte aus einem Skat-Spiel, während die Musik läuft, werden diese Karten getauscht. Wenn die Musik stoppt, wird angesagt, welche Karten sich zusammenfinden sollen.

Bodenkontakt:	2 Pers. - 2 Füße, 2 Hände
	4 Pers. - 3 Füße und 2 Hände
	5 Pers. – 1 Po, 4 Füße, 8 Hände
	12 Pers. – 7 Füße, 1 Po, 1 Rücken

Katz und Maus

Der ÜL bestimmt eine Katze und eine Maus, der Rest der Gruppe bildet einen Kreis (angefasst), in dem es eine Lücke gibt. Die Maus stellt sich nun in ihr Haus (den Kreis) und die Katze steht außerhalb des Kreises.

Die Katze fragt: „Ist die Maus zu Haus?“ - Gruppe antwortet: „Nein!“

Katze: „Wann kommt sie denn?“ - Gruppe: „Um ... (bestimmt die Maus) Uhr!“

Nun fängt die Gruppe an zu zählen (evtl. mit klatschen), bis sie bei der genannten Uhrzeit angekommen ist, denn dann muss die Katze versuchen die Maus zu fangen. Die Gruppe (der Kreis) versucht dabei der Maus zu helfen, sie darf überall hineingelassen werden, der Katze hingegen wird der Weg versperrt, so dass sie nur durch die Lücke laufen kann.

Variante:

- a) Die Gruppe im Kreis fasst sich nicht an, erst wenn die Maus zwischen zwei Kindern durchgelaufen ist, verschließen diese ihre Lücke (durch anfassen) auch für die Maus, bis zum Ende des Spiels.
- b) Die Gruppe steht in einem Block (mehrere Reihen hintereinander) und der ÜL oder die Maus darf für den Block Kommandos geben: Auf (Arme hoch), Zu (Arme runter), Drehen (Jeder dreht sich um 90 Grad nach rechts)

Feuer-Wasser-Eis

Alle TN bewegen sich durch die Halle, auf Zuruf sollen entsprechende Reaktionen folgen:

Feuer: Zum Notausgang laufen

Wasser: Vom Boden weg (Bänke, Sprossenwände...)

Eis: Eingefroren stehen bleiben

Man kann auch gerne mit der Gruppe neue Aufgaben erfinden...

Sturm: In die Ecken laufen (Windrichtung beachten)

Banane: Auf den Rücken legen und Arme + Beine gestreckt hoch

Pommes: Auf den Rücken legen, arme und Beine zappeln

Stern: Stehenderweise Arme und Beine ausstrecken

Wind: In die Tore laufen

Ausscheiden (immer oder kurz), Umziehen, oder es dürfen immer alle mitspielen?

Bäumchen, Bäumchen wechsle dich! (kann auch mit Fallschirm gespielt werden!)

Jedes Kind (bis auf Eins) hat einen Reifen, das Kind ohne Reifen ruft deshalb:

„Bäumchen, Bäumchen wechsle dich!“ Nun müssen alle anderen Kinder schnell ihren Reifen verlassen und sich einen neuen Suchen. Das Kind, das keinen freien Reifen mehr gefunden hat, darf wieder rufen.

Variante: Alle mit einem ... T-Shirt wechseln ; Alle die ... Jahre alt sind

Entenkinder, kommt zu mir

Der ÜL wird die Entenmutter, ein Kind darf den Fuchs spielen, alle anderen Kinder sind die Entenkinder. Die Entenmutter stellt sie an die eine Hallenseite, die Entenkinder stehen ihr gegenüber und der Fuchs steht am Rand in der Mitte des Feldes.

Entenmutter ruft: „Entenkinder, kommt zu mir“

Entenkinder antworten: „Geht nicht, der Fuchs ist hier!“

Entenmutter: „Versucht es mal!“ Dann laufen alle Entenkinder auf die andere Seite (die Mutter auch) und der Fuchs versucht möglichst viele Entenkinder zu ticken. Die getickten Entenkinder werden auch Fuchse. Das Spiel wird so lange gespielt, bis keine Entenkinder mehr da sind.

Brückenmann

In der Mitte eines Spielfeldes verläuft eine „Brücke“, die durch eine Mattenbahn / Bank gekennzeichnet wird. Auf oder vor ihr steht der Brückenmann und versucht, die anderen Kinder am Überqueren der Brücke – Wechsel der Spielfeldseiten – zu hindern, d.h. abzuschlagen. Wer abgeschlagen wird, löst den Brückenmann ab oder hilft ihm das Überqueren der Brücke zu verhindern.

Wie spät ist es, Herr Wolf?

Ein Kind ist der Wolf, alle anderen Kinder sind Schafe. Der Wolf geht durch die Halle, alle Schafe folgen ihm und fragen immer wieder: „Wie spät ist es, Herr Wolf?“ – Dieser antwortet mehrmals eine beliebige Uhrzeit, wenn er jedoch „Frühstückszeit“ ruft, dann laufen alle Schafe ganz schnell weg. Der Wolf versucht so viele Schafe, wie möglich zu fangen. Der ÜL zählt laut bis 12, bei 12 werden alle gefangenen Schafe gezählt und die Zahl wird irgendwo notiert. Welcher Wolf schafft in diesem Monat die meisten Schafe?

Octopussi

Ein oder zwei Kinder der Gruppe werden „Octopussi“, diese beiden stehen an der einen Hallenwand, während der Rest der Gruppe auf der anderen Seite steht. Nun ruft die Gruppe „Octopussi“ und wartet auf eine Reaktion. Wenn die beiden Kinder mit dem Kopf schütteln, dann muss die Gruppe noch einmal rufen, wenn die beiden Kinder loslaufen, dann muss die Gruppe versuchen auf die andere Seite zu kommen, ohne getickt zu werden. Wer getickt wurde, setzt sich auf den Hallenboden und darf von dort aus versuchen mitzuticken.

„Schinken klopfen“

Alle Kinder stellen sich im Kreis auf und zwei Kinder werden vom ÜL als „Wegläufer“, bzw. „Fänger“ bestimmt. Auf Kommando geht die „Hetzjagd“ los, wenn das weglaufernde Kind nicht mehr kann, setzt es sich schnell vor ein Kind aus dem Kreis. Dieses Kind wird nun zum „Fänger“, es muss versuchen das Kind, das eben der „Fänger“ war zu fangen, demzufolge muss das andere Kind nun weglaufernde. Nun geht alles wieder von vorne los, bis das weglaufernde Kind nicht mehr kann. Das Spiel wird gespielt, bis die ganze Gruppe im Kreis sitzt. Das besondere bei diesem Spiel ist, dass der „Fänger“ das Kind nicht fangen oder ticken soll, sondern es klopf dem Kind auf den Po.

Variante: Wenn der „Fänger“ dem „Wegläufer“ auf den Po geklopft hat, werden die Rollen getauscht.

Herr Fischer, Herr Fischer, wie tief ist das Wasser? ...welche Fahne weht heute?

1. Ein Kind ist der Fischer, es steht auf der einen Hallenseite, der Rest der Gruppe auf der Anderen. Die Gruppe ruft: „Herr Fischer, Herr Fischer, wie tief ist das Wasser? 1 antwortet: „...Meter tief“ ; Gruppe: „Wie kommt man darüber?“ 1 antwortet, z.B. laufen, hüpfen, im Krebsgang, Zähneputzen, Krabbeln..... Die Gruppe muss nun in der vorgegeben Form versuchen, auf die andere Hallenseite zu kommen, ohne von dem Fischer getickt zu werden. Wer getickt wurde, der ist in der 2. Runde auch mit Fischer und der Dialog startet wieder.
2. Die Gruppe ruft: „Herr Fischer, Herr Fischer, welche Fahne weht heute? ; das Kind antwortet eine Farbe. Die Kinder, die diese Farbe an ihrem Körper (den Klamotten) vorweisen können, dürfen so die Hallenhälfte wechseln, der Rest darf vom Fischer getickt werden. Wer getickt wurde, der hilft dem Fischer in der 2. Runde.

Umgedrehter Heringschwanz

Ein Kind steht auf der einen Hallenseite, der Rest der Gruppe auf der Anderen. Das einzelne Kind ruft nun: „Umgedrehter Heringschwanz und eine Tasse Tee, Stopp!“, während dieser Phase laufen die Kinder so schnell, wie möglich auf das Kind zu und müssen bei „Stopp“ wie versteinert stehen bleiben. Wenn nun ein Kind wackelt und dabei erwischt (namentlich von dem einzelnen Kind benannt wird), muss es wieder ganz nach hinten. Das Kind, das als erstes das „rufende“ Kind angetickt hat, darf in der nächsten Runde den Spruch aufsagen.

Gruppenticker nach Zeit

Es werden zwei „gleichstarke“ Gruppen gebildet, eine Gruppe stellt sich ins Feld und die andere Gruppe hintereinander an den Rand. Nun läuft der erste der „Randgruppe“ los und versucht ein Kind aus dem Feld zu ticken, sofort nach dem ticken läuft es zu seiner Gruppe und „schlägt den zweiten „Fänger“ ab. Dieser läuft nun ebenfalls ins Feld und versucht jemanden zu ticken usw.. Während dieser ganzen Zeit stoppt der ÜL mit einer Stoppuhr die Zeit, erst wenn der letzte „Fänger“ wieder bei seiner Gruppe ist, darf auf „Stopp“ gedrückt werden. Nun wechseln die beiden Gruppen die Rollen (welche Gruppe ist wohl die schnellere?).

Wir kommen aus dem Morgenland

Die gesamte Gruppe wird in 2 Mannschaften eingeteilt. Die Mannschaft die dran ist, überlegt sich einen Beruf, den sie pantomimisch darstellen kann. Die Gruppe hüpf durch die Halle zu den „Gegnern“ und singt folgenden Text: „Wir kommen aus dem Morgenland, die Sonne hat uns braungebrannt, mit solchen großen Ohren!“ – die Gegner antworten: „Zeigt euren Beruf!“. Nun legt die Gruppe los und macht die Pantomime zu ihrem Beruf, sobald die „Gegner“ den richtigen Beruf erraten haben, müssen sie ganz schnell versuchen, ihre Hallenseite wiederzuerreichen. Wer von den „Gegnern“ getickt wurde, muss in die andere Gruppe.

3er Abschlag

Es werden 2 Gruppen gebildet, die sich jeweils auf einer Hallenseite (Linie) verteilt und jedes Kind streckt einen Arm aus (Handfläche nach oben). Aus der einen Gruppe geht nun ein Kind zur anderen und klatscht bei 3 beliebigen Kindern auf die Hand. Das Kind, das als 3. abgeklatscht wird, muss so schnell wie möglich und noch vor der anderen Gruppe das abklatschende Kind ticken. Wenn es das Kind getickt hat, muss das getickte Kind als „Gefangener“ sich hinter das Kind stellen, wenn es das Kind nicht getickt hat, dann muss es sich hinter den „Abklatscher“ stellen. Man kann wieder befreit werden, wenn sein Vordermann ein „Gefangener“ wird.

Komm mit – Lauf weg

Die Gruppe bildet einen Kreis, ein Spieler läuft außen um den Kreis herum. Plötzlich schlägt er einem Kreisspieler auf den Rücken und ruft entweder: „Komm' mit!“ oder „Lauf weg!“. Dieser folgt ihm dann entweder oder läuft andersherum um den Kreis, um möglichst als erster wieder den freien Platz zu erreichen.

Variation:

- Fortbewegungsart der Läufer verändern, z.B. Rückwärts, seitwärts, auf allen Vieren laufen
- Die beiden Läufer müssen im Slalom um die Kreisspieler laufen

Rübenziehen / Möhrenziehen

Alle Kinder liegen auf dem Rücken (mit dem Kopf nach innen) in einem Kreis. Sie halten sich an den Händen fest oder haken sich ein. Der Bauer (ÜL) versucht nun an den Füßen eine Rübe aus seinem Feld zu ziehen (die Gruppe versucht sich festzuhalten). Wenn eine Rübe gezogen wurde, dann darf sie mit Bauer spielen, bis es keine Rüben mehr in unserm Feld gibt.

Schwarz-Weiß / Tag-Nacht

Die Kinder stehen sich in der Mitte des Spielfeldes (Abstand ca. 1 Meter) gegenüber. Eine Reihe ist „Tag“, die andere „Nacht“. Nun ruft der Lehrer „Tag“ oder „Nacht“ und die Kinder der aufgerufenen Gruppe müssen sich hinter einer Linie in Sicherheit bringen, bevor sie von den Kindern der anderen Gruppe eingeholt und abgeschlagen werden. Jeder Abschlag bringt einen Punkt.

- Variation:
- Begriffe „Schwarz“ und „Weiß“ und dann eine Geschichte erzählen
 - Die Kinder starten aus dem Sitzen, aus der Bauchlage, Rückenlage, Rücken an Rücken...
 - Alle Kinder haben einen Ball und dürfen den Davoneilenden abwerfen

Kettenfangen / Paarhaschen

Ein Kind wird zum Fangen bestimmt. Es schlägt nun ein weiteres Kind ab, beide fassen sich an der Hand und bilden eine „Kette“. Nun versuchen sie ein drittes Kind abzuschlagen, auch dieses reiht sich dann in die „Kette“ ein, usw. Die Kette darf nicht abreißen und es dürfen immer nur die Kinder abschlagen, die an den Enden der Kette laufen. Das Spiel endet, wenn die ganze Gruppe in einer langen Kette durch die Halle läuft.

Spiel mal McDonalds

Alle Kinder laufen durch die Halle. Auf Ansage werden verschiedene Elemente des McDonald-Menüs als Team dargestellt. Zwischen den jeweiligen Aktionen wird immer gelaufen.

Ansagen:

- **kleine (3) / große (5) Pommes:** () Kinder legen sich ungeordnet auf einen Haufen.
- **Kleine (3) / große (5) Chicken Nuggets:** () Kinder hocken sich nebeneinander im 4-Füßler-Stand.
- **Mc Flurry:** 1 Kind steht und hebt einen Arm senkrecht nach oben. Wenn ein zweites Kind die Arme um den Bauch des ersten Kindes legt, fängt dieses an sich zu drehen.
- **Hamburger (2) ; Cheeseburger (3) ; Biga (4):** () Kinder legen sich geordnet aufeinander.
- **Cola:** 1 Kind steht und hebt einen Arm senkrecht in nach oben. Ein zweites Kind legt die Arme um den Bauch des ersten Kindes.

Variante: Zwischen den Ansagen kann es immer einen Ticker geben.

Apfeltasche: Jedes Kind macht zwei Baumstammrollen.

Ansage: Es wird ein Menü zusammengestellt: Cola, kleine Pommes und ein BigMäc.

Sanitätscamp (ab 6 Jahre) – wer getickt wurde, dem muss geholfen werden!

In der Halle werden 2-3 Matten verteilt.

Alle Kinder laufen durch die Halle, 4-5 Kinder sind der Virus. Wer von einem Virus getickt wurde, der fällt sofort auf den Rücken um und muss gerettet werden. Schnell treffen sich 4 Kinder an dem „Kranken“ und tragen ihn (jede Hand und jeder Fuß ein Retter) auf die blaue Matte (ins Krankenhaus). Bei älteren Kindern reichen auch 2 Retter.

Variante: Es laufen Mr. Freeze und Mrs. Frost (Ticker) durch die Halle und frieren die Kinder ein. Jede Person erstarbt sofort in der Position, in der sie getickt wurde und muss auch genau so gerettet werden. ACHTUNG!!! Die Personen sind sehr brüchig!!

Chinesische Mauer – eine Mauer soll unberührt überwunden werden.

2-3 Kinder stehen auf einer Linie (oder zwischen 2 Linien) und dürfen diese nicht verlassen, sich aber seitlich auf der Linie bewegen. Alle anderen Kinder versuchen möglichst oft an der Mauer vorbeizukommen, ohne getickt zu werden. Wer berührt wird gehört zu Mauer und stellt sich auch mit auf die Linie.

Variante: Es wird gleichzeitig mit mehreren Mauern hintereinander gespielt. Ist die erste Mauer zu dicht, eröffnet der Spielleiter eine weitere Mauer – Abstand beachten.

Chaos im Zoo (ab 10 Jahre)

Wer getickt wurde verwandelt sich in das Tier, von dem er getickt wurde!!!
Die gesamte Gruppe muss vor dem Spiel in 4 Gruppen eingeteilt werden.

- Elefanten: Laufen im 4-Füßler-Gang und fangen die Affen, in dem sie die Arme um den Bauch legen.
- Affen: Laufen wie Affen und fangen die Marabus, in dem sie ihnen einen Klapps auf den Po geben.
- Marabus: Hüpfen auf einem Bein und fangen die Giraffen, in dem sie ihnen auf beide Schultern ticken.
- Giraffen: Laufen auf zwei Beinen rückwärts und fangen die Elefanten, in dem sie sich draufsetzen.

Variante: Man darf selber entscheiden, in welches Tier man sich verwandelt.

Ei, Küken, Prinzessin

Alle Kinder starten als Ei und sind stumm. Trifft ein Ei auf ein anderes Ei, spielen sie sofort Stein, Schere, Papier. (Stein siegt über Schere, Schere über Papier, Papier über Stein).

Der Sieger wird zum Küken, der Verlierer bleibt ein Ei. Bei zwei Küken wird der Sieger zur Prinzessin und der Verlierer wieder zum Ei. Bei zwei Prinzessinnen wird die Siegerin erleuchtet und am Ziel und die Verliererin wieder ein Küken.

Erkennungsmerkmale:

- Eier (spielen stumm in der Hocke)
- Küken (spielen im Stehen mit wedelnden Flügeln und piepsen)
- Prinzessinnen (singen und tanzen und bilden mit ihren Händen eine Krone)

Variante: Gespielt wird in den 4 Ecken und die Übergänge werden immer geturnt.
z.B. Rollen (vw./rw.) ; Rad (rechts/ links) ; Hopselauf (vw. /rw.) ; Sprünge...

Spiele mit Bällen

Ball im Kreis

Alle Kinder sitzen in einem engen Kreis (alle Füße sind in der Mitte) zusammen, ein Kind steht außerhalb des Kreises. Der ÜL legt nun einen Ball in den Kreis und die Kinder müssen ihn von einem Kind zum Anderen weitergeben (Richtung kann vorgegeben werden, muss aber nicht!) Das Kind, das außerhalb des Kreises steht, muss nun versuchen den Ball zu bekommen. Wenn es den Ball hat, darf es sich mit in den Kreis setzen und ein anderes Kind ist dran.

Hase und Jäger (mit oder ohne Ball)

Ein TN ist der Jäger und bekommt den Ball (Variante: mehrere Jäger), dieser hat nun die Aufgabe alle Hasen mit dem Ball abzuwerfen. Wer abgeworfen wurde, stellt sich hin und grätscht die Beine, er darf erst weiterlaufen, wenn ein anderer Hase durch seine Beine hindurch gekrabbelt ist. Variante: Liegestütz-Brücke oder Bock (die Person darf erst weiter, wenn jemand drüber gesprungen ist). Wichtig, dass genau festgelegt werden muss, ob jemand in der „Befreiungsphase“ getickt oder abgeworfen werden darf.

Dreischrittball

Alle Kinder verteilen sich in einem vorgegebenen Feld, ein Kind bekommt einen Ball. Mit dem Ball in der Hand darf jedes Kind nur 3 Schritte gehen/laufen, dann muss man versuchen ein anderes Kind abzuwerfen. Jedes Kind darf sich den Ball nehmen! Wer getroffen wurde setzt sich und darf von hier versuchen den Ball zu bekommen, um aus dem Sitzen eine Person abzuwerfen, hat es ein anderes Kind getroffen, darf es wieder durch die Halle laufen.

Würfeltick

Jeder TN hat ein oder 2 Bälle (in der Halle liegen viele Bälle), jeder darf jeden abwerfen. Wer abgeworfen wurde, geht in das Würfelfeld und würfelt mit dem Würfel der dort liegt 1x. Würfelt er eine 6, so ist er wieder frei. Würfelt er aber eine andere Zahl, so muss er auch den nächsten (übernächsten usw.) warten, der abgeworfen wurde. Die Person, die eine 6 würfelt, kann alle befreien.

Merkball

Die Gruppe spielt mit einem oder mehreren Bällen, jeder darf jeden abwerfen. Wer getroffen wurde, muss sich genau merken von wem und begibt sich in das Depot (Bank, hinter die Linie...). Er darf erst dann wieder ins Feld zurück, wenn derjenige angeworfen wurde, der ihn durch seinen Treffer in dieses Depot gebracht hat.

Variante: Mannschaftsmerkball mit 4 Farb-Teams

Spiele zur Kooperation, Wahrnehmung, Reaktionsvermögen

Elefant und Palme

Die gesamte Gruppe steht in einem Kreis. In der Mitte steht der ÜL oder ein Kind und zeigt auf eine Person des Kreises und sagt z.B.

Palme: Der Mittlere bildet durch Hochstrecken der Arme den Stamm, rechter und linker Nachbar wedelt mit den Armen und stellt die Blätter da

Elefant: Mittleres Kind macht den Rüssel und die beiden Außen sind sie großen Ohren

Affe: Der Mittlere kniet sich hin und „knabbert an einer Nuss“, die Beiden anderen bilden mit Daumen und Zeigefinger das linke und rechte Brillenglas

Toaster: Mitte springt hoch + runter und rechter und linker Nachbar halten sich an beiden Händen fest

Mixer: Mitte hält die beiden Hände über den Kopf der Nachbarn und die beiden drehen sich

Waschmaschine: Die Außen bilden die Trommel (halten sich an den Händen fest, eine oben und die anderen unten) und der Mittlere dreht den Kopf.

Variante: Alle Laufen in der Halle herum, der ÜL ruft einen Begriff und immer 3 Kinder müssen die „Bewegung“ aufführen.

Gordischer Knoten / Knotenmutter

Ein aus mindest. 12 Personen gebildeter Knoten (Ausgangsposition war der Kreis), soll durch Übersteigen und Durchwinden wieder zu einem Kreis aufgelöst werden.

- 1) Der Knoten wird durch Kommunikation innerhalb der Gruppe gelöst
- 2) Der Knoten wird von einer Person gelöst

Gebildet werden kann der Knoten auch so:

- Mit gekreuzten Armen und geschlossenen Augen, gehen alle aus einem Kreis in die Mitte und fassen mit beiden Händen eine andere Hand an
- Aus einem dicht gedrängten Klumpen wird mit jeder Hand eine andere angefasst (Nicht die des Nachbarn)

Lokomotivfahrt

Immer 3-4 Spieler bilden einen Zug, sie wählen einen Lokomotivführer, der ganz vorne geht. Die anderen (Waggons) hängen sich an den ersten rann (an den Händen, Schultern oder Hüfte). Vor der Fahrt überlegt sich jede Gruppe für sich einzelne Kommandos, die der Lokführer geben soll. Nun schließen alle Waggons die Augen und hören auf das Kommando des Lokführers, der Zug darf nicht auseinander reißen.

Variante: Der ÜL kann durch Zeichen den Bewegungsraum verkleinern

Schlangenhäuten

Die einzelnen Gruppen (5-6er) stellen sich hintereinander und grätschen die Beine, nun gibt jeder seine linke Hand durch die Beine zum nächsten Spieler, dieser nimmt die Hand mit seiner rechten und sie halten sich gegenseitig fest. Der letzte Spieler der Kette legt sich nun auf den Rücken (nicht loslassen!) und zieht so die ganze Gruppe nach hinten, sie geht breitbeinig und rückwärts über die liegende Person. Die Person, die an dem Liegenden vorbei ist, legt sich auch auf den Rücken, wieder wird die Gruppe hinterher gezogen. Sobald der letzte Mitspieler mit dem Kopf den Boden berührt hat, steht er wieder auf und läuft vorwärts mit gegrätschten Beinen über die Liegenden und zieht die anderen wieder „hoch“, bis alle wieder stehen.

Vertrauenslauf (ab 10 Jahre)

Alle Kinder bilden eine Gasse, die beiden Reihen müssen einen Abstand von ca. 1m haben. Sie halten die Arme ca. auf Augenhöhe des Spielers, der durch die Gasse laufen wird. Der Läufer darf sein Tempo selber bestimmen und vor dem Start unbedingt abfragen, ob alle bereit sind. Wenn der Läufer durch die Gasse läuft, werden sie Arme so spät wie möglich nach oben hochgezogen. Der Läufer sollte versuchen die Augen aufzuhalten.

Die Gasse muss sich ordentlich konzentrieren, denn der Läufer darf auf keinen Fall getroffen werden.

Variante: Der Läufer bekommt die Augen verbunden und die Gasse bekommt eine neue Form. Der Läufer soll nun langsam durch die Gasse gehen, ohne diese zu berühren. Falls der Läufer der Gasse zu nahe kommt, wird er mit Geräuschen weggelenkt oder angepustet.

Spiele verändern – was kann das bringen?

Schwänzchen fangen

Alle Teilnehmer bekommen ein Mannschaftsband (Geschenkband, Wäscheklammer...) und stecken sich dieses auf dem Rücken in den Hosenbund. Alle Stehen im Kreis, auf Kommando laufen alle durcheinander und jeder versucht, den Mitspielern das Schwänzchen aus dem Hosenbund zu klauen. Die erbeuteten Schwänzchen werden in der Hand gesammelt.

Variationen:

- a) Mitspieler ohne Schwänzchen scheiden aus (Nachteil: Schwache spielen nur kurze Zeit mit)
- b) Mitspieler ohne Schwänzchen spielen weiter. Das Spiel ist zu Ende, wenn alle Schwänzchen weg sind. (Integration schwächerer Spieler)
- c) Mitspieler ohne Schwänzchen bekommen in einem Depot ein Neues. (Integration)
- d) Erbeutete Schwänzchen können in einem Depot neu eingesteckt werden (Ruhezone zum Einstecken der Bänder)
- e) Das Depot wird zur Ruhezone, in der man sich nicht länger als... (10sec.) erholen kann.
- f) Personen ohne Schwänzchen setzten sich auf eine Bank. Mitspieler mit erbeuteten Schwänzchen können ihnen von ihrer Beute abgeben (Sozialverhalten)
- g) Personen ohne Band sind versteinert. Sie werden erlöst, wenn sie von einem Mitspieler ein Schwänzchen erhalten. (Sozialverhalten)
- h) Personen ohne Schwänzchen sind versteinert. Sie können in die Hocke gehen, was bedeutet, dass sie im Moment nicht erlöst werden möchten. Will man wieder ins Spiel, stellt man sich wieder hin und wartet, bis man ein neues Schwänzchen bekommt. (Kein Zwang)

**Ich wünsche euch viel Spaß mit diesen Spielen in euren
Turngruppen!
Janine**