

Praxispaper

Spielformen mit Alltagsmaterialien



Ferien am Ort

2016

Inhaltsverzeichnis

1. Spiele ohne Materialien	1
Atomspiel	1
Merkspiel „Der flotte Florian“	1
Gordischer Knoten.....	1
Magnetspiel.....	2
Fangen	2
Schwarzer Mann.....	2
Fischer, Fischer, welche Fahne weht heute?	3
Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser?	3
Mutter, Mutter, wie weit darf ich reisen?	3
Ochs am Berg.....	4
Verstecken.....	4
2. Spiele mit Bierdeckel.....	4
Bierdeckelwurf	4
Versuch und Irrtum	5
Von Stein zu Stein.....	5
Bierdeckeltreiben	5
Saugnäpfe	6
Bierdeckelstelzen	6
Bierdeckelbalance	6
Bierdeckel-Hüpfparcours.....	7
Bierdeckel-Post austragen.....	7
3. Spiele mit Ballons.....	8
Luftballon treiben.....	8
Luftballons jonglieren.....	8
Gruppenjongleure	9
Luftballonbett.....	9
Fuß-Fließband.....	9
Handicap-Ankleiden	10
Fußballon.....	10
Wasserbomben-Angriff	10

4. Spiele mit Tüten oder Zeitungen.....	11
Auf leisen Sohlen	11
Tütenfang	11
Hänsel und Gretel bfereien	11
Zeitungslaufen	12
Gefangenentransport.....	12
Haltet den Kasten frei.....	12
5. Spiele mit Federn oder Haushaltsgummis.....	13
Federfang	13
Auf Gummisuche	13
Gebt Gummi	13
Gummi-Weitschnipsen.....	14
6. Spiele mit anderen Materialien	14
Wäscheleine	14
Feuer, Wasser, Blitz.....	14
Spangenspiel.....	15
Fluss überqueren.....	15
Insel im Säuresee.....	16

1. Spiele ohne Materialien

Atomspiel

Organisation	beliebige Anzahl von Personen
Material	keins
Ziel	Förderung der visuellen Wahrnehmung und Differenzierung, sowie der Bewegungserweiterung
Inhalt/ Spielidee	Alle Kinder laufen durch den Raum, der Erwachsene (Trainer/ Betreuer) ruft z.B. „Alle Kinder mit der gleichen Hosenfarbe stellen sich zusammen“. Die Kinder führen die Anweisung aus. Wenn alle Gruppen richtig sortiert sind, laufen wieder alle durch den Raum.
Varianten	Gleichaltrige, Größe, gleiche Schuhfarbe, Schuhgröße, Augenfarbe, Haarfarbe,, gleiche Anzahl der Buchstaben im Vornamen,...

Quelle: Sandra Schneising, Psychomotorik für Kindergarten, Grundschule und Verein

Merkspiel „Der flotte Florian“

Organisation	beliebige Anzahl von Personen
Material	keins
Ziel	Kennenlernen, Konzentration, Sprache
Inhalt/ Spielidee	Alle Kinder sitzen im Kreis. Der Trainer/ Betreuer fängt an und sagt seinen Namen, z.B.: „Ich bin der flotte Florian.“ Nun ist der nächste dran und wiederholt: „Das ist der flotte Florian und ich bin der hüpfende Horst. So geht es immer weiter, bis keiner mehr da ist. Gesteigert werden kann das ganze noch mit der passenden Bewegung dazu, das heißt, der flotte Florian rennt, der der hüpfende Horst springt usw.

Quelle: Sportbund Rheinland, Praxishandbuch Familiensport

Gordischer Knoten

Organisation	Beliebige Teilnehmerzahl, aber mind. 5
Material	keins
Ziel	Förderung der Körperkoordination, Kooperation, Orientierung
Inhalt/ Spielidee	Es wird eine Person bestimmt, die den gordischen Knoten lösen muss, Die anderen versuchen sich so verrückt wie möglich, sich zu verknoten, dabei müssen sich aber alle an den Händen halten und dürfen nicht loslassen. Dann darf der Knotenmeister ran.

Magnetspiel

Organisation	Beliebige Teilnehmerzahl, Gruppen, Paare, Einzelspieler
Material	keins
Ziel	Förderung der Körperkoordination, Bewegungsfähigkeit, des räumlichen Sehens und der Orientierung
Inhalt/ Spielidee	Der gesamte Raum um uns ist ein Riesenmagnet. Immer wenn der Erwachsene Dinge in den Raum ruft , werden diese zueinander magnetisch. Das können z.Bsp. sein: -der rechte Fuß mit der Tür -alle linken Zeigefinger -linker Fuß mit der Wand, rechte Hand mit dem Boden -immer zwei Poposusw.

Quelle: Sportbund Rheinland, Praxishandbuch Familiensport

Fangen

Organisation	Mind. zwei
Material	keins
Ziel	Förderung der Körperkoordination, Bewegungsfähigkeit, des räumlichen Sehens und der Orientierung
Inhalt/ Spielidee	Einer muss die anderen fangen
Variation	Ketten fangen ... Denkt euch was aus 😊

Schwarzer Mann

Organisation	Je mehr Spieler, desto besser
Materialien	Spielfläche
Ziel	Förderung der Bewegungsgeschwindigkeit, der Reaktion und der Umsicht
Inhalt/ Spielidee	Ein Kind steht an einer Hallenwand, alle anderen Kinder stehen an der gegenüberliegenden Wand. Das einzelne Kind ist der schwarze Mann und ruft: "Wer hat Angst vorm schwarzen Mann?". Die Gruppe antwortet: »Niemand". Darauf ruft der schwarze Mann: "Und wenn er kommt?". Die Gruppe antwortet: "Dann laufen wir". Bei diesen Worten beginnt die Gruppe durch die Halle zur Stirnseite zu laufen, möglichst ohne von dem schwarzen Mann abgeschlagen (gefangen) zu werden. Ist ein Kind gefangen, so wird es auch zum schwarzen Mann und hilft ihm in der nächsten Runde beim Rufen und Fangen. Sieger ist das Kind, welches am Ende übrig bleibt. Dieses Kind darf in der nächsten Runde der schwarze Mann sein. Merkt der Erwachsene, dass immer nur die gleichen Kinder gewinnen, so sollte er dafür sorgen, dass eine feste Reihenfolge beim Bestimmen des nächsten schwarzen Mannes eingehalten wird, egal wer der Sieger war.

Quelle: Sandra Schneising, Psychomotorik für Kindergarten, Grundschule und Verein

Fischer, Fischer, welche Fahne weht heute?

Organisation	Je mehr Spieler, desto besser
Materialien	Spielfläche
Ziel	Förderung der Farben und der visuellen Wahrnehmung
Inhalt/ Spielidee	Gleiche Spielart wie <i>Schwarzer Mann</i> . Die Gruppe ruft: "Fischer, Fischer, welche Fahne weht heute?", worauf der Fischer eine Farbe nennt. Alle Kinder, die in ihrer sichtbaren Kleidung diese Farbe haben, dürfen auf die andere Hallenseite gehen. Wer diese Farbe nicht trägt, muss rennen und kann vom Fischer abgeschlagen werden. Wer abgeschlagen wurde, hilft dem Fischer. Sieger und neuer Fischer werden, wie beim <i>Schwarzen Mann</i> ermittelt.

Quelle: Sandra Schneising, *Psychomotorik für Kindergarten, Grundschule und Verein*

Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser?

Organisation	Je mehr Spieler, desto besser
Materialien	Spielfläche
Ziel	Förderung der Bewegungsvielfalt
Inhalt/ Spielidee	Gleiche Spielart wie <i>Schwarzer Mann</i> . Die Gruppe ruft: „Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser?“. Der Fischer antwortet mit einer Streckenangabe, z.B. „20 Meter tief“. Darauf fragt die Gruppe: „Und wie kommen wir rüber?“ Der Fischer antwortet mit einer Bewegungsart. Alle müssen nun mit dieser Bewegung die andere Seite erreichen (auch der Fischer). Auch hier fängt der Fischer die Gruppe. Mögliche Bewegungsarten: laufen, drehen, hüpfen, kriechen, krabbeln...

Quelle: Sandra Schneising, *Psychomotorik für Kindergarten, Grundschule und Verein*

Mutter, Mutter, wie weit darf ich reisen?

Organisation	Je mehr Spieler, desto besser
Materialien	Spielfläche
Ziel	Förderung der Bewegungsvielfalt
Inhalt/ Spielidee	Gleiche Aufstellung wie <i>Schwarzer Mann</i> . Die Gruppe ruft: "Mutter, Mutter, wie weit darf ich reisen?" Die Mutter nennt nun ein Maß, z.B. 3 Gänsefüßchen, 5 Riesenschritte, 2 Strecksprünge, 8 Baumstammdrehungen, 7 Einbeinsprünge. Daraufhin bewegen sich die Kinder dementsprechend vorwärts. Wer zuerst die "Mutter" erreicht, ist die neue "Mutter". Führt ein Kind die Bewegungen nicht richtig aus, kann die "Mutter" das Kind zurückschicken.

Quelle: Sandra Schneising, *Psychomotorik für Kindergarten, Grundschule und Verein*

Ochs am Berg

Organisation	Je mehr Spieler, desto besser
Materialien	Spielfläche
Ziel	Förderung der Reaktion und der Konzentration
Inhalt/ Spielidee	Gleiche Aufstellung wie <i>Schwarzer Mann</i> . Das einzelne Kind hält sich die Augen zu oder dreht sich mit dem Gesicht zur Wand. Dabei sagt es: „1, 2, 3, 4, Ochs am Berg“. Während das Kind dies ruft, dürfen alle anderen Kinder laufen. Sobald das Kind mit dem Rufen fertig ist, dreht es sich um oder macht die Augen wieder auf und schaut zu der Gruppe. Die Gruppe muss ganz still stehen. Wer sich bewegt, wird vom Ochsen wieder zum Anfang geschickt und muss neu starten. Wer zuerst die Wand beim Ochsen anschlägt, ist der neue Ochse.
Variation	<i>Variante:</i> Der Ochse hat einen Schatz, den die Gruppe ihm wegnehmen muss. Sobald ein Kind den Schatz hat, läuft es zum Ausgangspunkt. Wird es auf dem Weg vorn Ochsen nicht gefangen, so darf es der nächste Ochse sein. Wird es gefangen, bestimmt der Ochse den nächsten Ochsen

Quelle: Sandra Schneising, *Psychomotorik für Kindergarten, Grundschule und Verein*

Verstecken

Organisation	Mindestens zu zweit
Materialien	Spielfläche
Ziel	Wahrnehmung
Inhalt/ Spielidee	Alle Kinder bis auf den „Sucher“ verstecken sich. Der „Sucher“ muss alle anderen Kinder finden
Variation	<i>Viele Varianten:</i> <i>Nacht Verstecken</i> <i>Piep, Piep, Piep</i> <i>Verstecken mit Fangen</i>

2. Spiele mit Bierdeckel

Bierdeckelwurf

Organisation	Beliebige Teilnehmerzahl, Paar-oder Gruppenspiel
Material	Bierdeckel
Ziel	Geschicklichkeit, Orientierung, Taktik
Inhalt/ Spielidee	Ein Ziel wird festgelegt (mit kurzer Entfernung beginnen). Die Spieler versuchen, möglichst nah an das Ziel heranzuworfen. Wer das Ziel getroffen hat oder ihm am nächsten kommt, hat gewonnen und erhält die Bierdeckel der anderen Spieler.
Variationen	Bierdeckelweitwurf. Es siegt der Spieler, der am weitesten wirft. Anstatt Bierdeckel können auch zerknüllte Zeitungen o.ä. benutzt werden.

Quelle: Sportbund Rheinland, *Praxishandbuch Familiensport*

Versuch und Irrtum

Organisation	In mehrere Gruppen einteilen
Materialien	Pro Team 10 Bierdeckel, 1 Kartenset, 1 Spielfeld
Ziel	Kommunikationsfähigkeit
Inhalt/ Spielidee	Halle wird in mehrere Spielfelder geteilt. Zwei bis drei Kinder gehen in ein Spielfeld. In jedem Spielfeld liegen zehn Bierdeckel. Unter jedem Bierdeckel befindet sich ein Kärtchen. Die Kärtchen sind von 1-10 durchnummeriert und rückseitig ist eine Bewegungsaufgabe beschrieben. Bei „Start“ geht es los – immer ein Spieler einer Gruppe läuft los und darf unter einen Bierdeckel schauen. Ist es nicht die Nummer 1, muss das Kärtchen weder zugedeckt werden – nach Handabschlag an der Start- und Ziellinie ist der nächste Spieler an der Reihe. Ziel ist es die Kärtchen von 1-10 aufzudecken und zusammen mit der Gruppe die Bewegungsaufgaben zu lösen.

Quelle: UK-RLP (Seminar: Schulsport sicher und attraktiv gestalten [2016])

Von Stein zu Stein

Organisation	In 2er Gruppen einteilen
Materialien	Pro Team 5 Bierdeckel
Ziel	Geschicklichkeit, Kooperation
Inhalt/ Spielidee	Zwei Partner Versuchen mit fünf Bierdeckeln möglichst schnell die andere Hallenseite zu erreichen, ohne dabei den Boden zu berühren. Bei Bodenberührung wird von vorne angefangen

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Bierdeckeltreiben

Organisation	In 2er Gruppen einteilen
Materialien	Bierdeckel, Spielfeld
Ziel	Geschicklichkeit, Wahrnehmung
Inhalt/ Spielidee	Zwei Spieler stehen sich in einem markiertem Feld gegenüber und werfen sich abwechselnd einen Bierdeckel zu. Jeder muss versuchen den Deckel, so weit wie möglich, ins gegnerische Feld zu werfen. Dort wo der Deckel landet muss er aufgenommen und zurückgespielt werden. Wer den Gegner über vereinbarte Linie zurückdrängen kann, hat gewonnen.

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Saugnäpfe

Organisation	Einzelaufgabe
Materialien	Bierdeckel, Wand
Ziel	Geschicklichkeit, Problemlösung, Wahrnehmung
Inhalt/ Spielidee	Eine Person klemmt an vier Körperteilen jeweils einen Bierdeckel an der Wand ein (z.B. Stirn, Hand, Knie...). Die Aufgabe besteht darin, an der Wand entlangzugehen und diese Saugnäpfe ständig an der Wand zuhalten.

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Bierdeckelstelzen

Organisation	Einzelaufgabe, Wettkampf
Materialien	Bierdeckel
Ziel	Geschicklichkeit, Wahrnehmung
Inhalt/ Spielidee	Eine Person versucht möglichst schnell die andere Hallenseite zu erreichen, ohne den Boden zu berühren. Hilfsmittel sind drei Bierdeckelstapel von ca. zehn Deckeln.
Variation	Auch mit zwei Bierdeckelstapeln möglich. Als Wettkampf, Staffelspiel

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Bierdeckelbalance

Organisation	
Materialien	Bierdeckel, Spielfeld
Ziel	Geschicklichkeit
Inhalt/ Spielidee	Jede Person läuft mit einem Bierdeckel auf dem Kopf durch den Raum ohne diesen zu verlieren. Hierbei variieren das Tempo und das Feld.
Variation	Ablenken der anderen Spieler (mit und ohne Kontakt)

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Bierdeckel-Hüpfparcours

Organisation	
Materialien	Bierdeckel, Spielfeld
Ziel	Geschicklichkeit
Inhalt/ Spielidee	Ein Parcours aus Bierdeckeln wird auf den Boden gelegt, über die die Spieler dann hüpfen müssen
Variation	Verschieden Hüpfarten Als Wettkampf in Gruppen gegeneinander Die Gruppen legen ihren Gegnern die Parcours (→ es muss für die Gruppe möglich sein, den Parcours zu meistern)

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Bierdeckel-Post austragen

Organisation	
Materialien	Pro Spieler 10 Bierdeckel, 10 Postkästen, Spielfeld, Zusatzmaterial: entweder Reifen oder Decken oder Teppichfliesen oder Tücher.....
Ziel	Konditionelle Fähigkeiten
Inhalt/ Spielidee	Jeder Spieler hat 10 Bierdeckel und einen Startpunkt (den sich der Spieler selbst festlegt). Es gibt 10 Briefkästen (Zusatzmaterial), die im Raum/ Gelände liegen. Zudem wird eine zu laufende Strecke festgelegt. Jeder Spieler muss nun einen Bierdeckel (Brief) in die Hand nehmen, eine Runde um das festgelegte Feld laufen und danach zum ersten Briefkasten und den Brief austragen. Anschließend läuft der Spieler zurück zu seinem Startpunkt, nimmt den nächsten Bierdeckel und macht das Selbe erneut. Jeder Spieler läuft so lange, wie er benötigt seine 10 Briefe auszuteilen.
Variation	Verschieden Hüpfarten Als Wettkampf in Gruppen gegeneinander Die Gruppen legen ihren Gegnern die Parcours (→ es muss für die Gruppe möglich sein, den Parcours zu meistern)

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

3. Spiele mit Ballons

Luftballon treiben

Organisation	
Materialien	Luftballons
Ziel	Wahrnehmung, Geschicklichkeit
Inhalt/ Spielidee	Eine Person treibt einen Luftballon mit verschiedenen Körperteilen vor sich her. Der Ballon darf dabei nicht den Boden berühren.
Variation	Nur mit einem bestimmten Körperteil den Ballon treiben Eine feste Reihenfolge einhalten (2mal rechte, 1mal Kopf, 1mal linker Fuß). Zusatzaufgaben erfüllen (Drehungen, Rollen, hinsetzen.....) Es dürfen nur die angesagten Körperteile benutzt werden. Ballon hochhalten mit der Hand und Fußball dribbeln

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Luftballons jonglieren

Organisation	
Materialien	Luftballons
Ziel	Wahrnehmung, Geschicklichkeit, Schnelligkeit
Inhalt/ Spielidee	Eine Person hat die Aufgabe, möglichst viele Luftballons gleichzeitig in der Luft zu halten
Variation	Rote Ballons nur mit links, grüne Ballons nur mit rechts Als Gruppe Als Gruppen gegeneinander im Wettkampf: Wer schafft mehr? Wer schafft es länger?

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Gruppenjongleure

Organisation	
Materialien	Luftballons
Ziel	Wahrnehmung, Geschicklichkeit, Kooperation
Inhalt/ Spielidee	Vier bis sechs Personen halten sich an den Händen und bilden einen Kreis. Die Gruppe hat die Aufgabe, einen Luftballon solange wie möglich in der Luft zu halten, ohne dass die Kette getrennt wird. Jede Berührung des Luftballons ergibt einen Punkt. Welche Gruppe erzielt die meisten Punkte
Variation	Festgelegte Körperteil-Reihenfolge Jede 30 Sekunden wird ein Körperteil gestrichen

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Luftballonbett

Organisation	Als Gruppenspiel, oder auch Wettkampf geeignet
Materialien	Luftballons
Ziel	Wahrnehmung, Kooperation, Problemlösung
Inhalt/ Spielidee	Eine vier- bis fünfköpfige Gruppe versucht ein Gruppenmitglied auf die zur Verfügung stehenden Luftballons zu legen und so auszubalancieren, dass es ohne gestützt zu werden, den Boden nicht mehr berührt.
Variation	Der liegenden Person werden die Augen verbunden.

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Fuß-Fließband

Organisation	Gruppenspiel
Materialien	Luftballons
Ziel	Wahrnehmung, Kooperation, Geschicklichkeit
Inhalt/ Spielidee	Alle Gruppenmitglieder sitzen im Kreis auf dem Boden. Jeder gibt einen Luftballon nur mit den Füßen von seinem linken zu seinem rechten Nebenmann weiter. Der Ballon darf den Boden nicht berühren.
Variation	Mehrere Ballons kreisen gleichzeitig durch die Gruppe, von außen werden Richtungswechsel angegeben. Wettbewerb: Welche Gruppe schafft zuerst drei Runden

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Handicap-Ankleiden

Organisation	Alleine, Gegeneinander
Materialien	Luftballons, zusätzliche Kleidungsstücke
Ziel	Wahrnehmung, Schnelligkeit, Geschicklichkeit
Inhalt/ Spielidee	Eine Person versucht einen Luftballon in der Luft zu halten und dabei Kleidungsstücke anzuziehen, ohne dass der Ballon auf den Boden fällt.
Variation	Mehrere Ballons kreisen gleichzeitig durch die Gruppe, von außen werden Richtungswechsel angegeben. Wettbewerb: Welche Gruppe schafft zuerst drei Runden

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Fußballon

Organisation	Gruppen, gegeneinander
Materialien	Luftballons, Tore
Ziel	Wahrnehmung, Geschicklichkeit, Kooperation
Inhalt/ Spielidee	Zwei Mannschaften mit jeweils drei Spielern spielen gegeneinander Fußball mit einem Luftballon.
Variation	Sitzfußballon: Spieler sitzen auf Teppichfliesen, die als Rutschunterlage dienen Handballon: Mit der Hand den Ballon schlagen, er darf immer nur angetippt werden.

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Wasserbomben-Angriff

Organisation	Spiel im Freien
Materialien	Mit Wasser gefüllte Luftballons, Gabel (Vorsicht, Gabeln sind spitz)
Ziel	Wahrnehmung, Geschicklichkeit, Kooperation
Inhalt/ Spielidee	Eine Anzahl von Spielern wirft sich in einem abgesteckten Feld einen mit Wasser gefüllten Ballon zu. Zwei Jäger versuchen den Ballon mit einer Gabel zu zerstechen. Wie viele Würfe schafft die Gruppe mit dem Ballon
Variation	Vllt auch ohne Gabel. Richtige Wasserbomben zerplatzen auch so irgendwann.

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

4. Spiele mit Tüten oder Zeitungen

Auf leisen Sohlen

Organisation	Gruppengröße 6-12 Kinder
Materialien	Augenbinde, Plastiktüte
Ziel	Wahrnehmung
Inhalt/ Spielidee	Ein Kind wird zum Lauscher ernannt und verlässt den Raum. In dieser Zeit zieht sich ein Teil der Kinder die Plastiktüten über die Füße. Zwei bis vier Kinder bleiben ohne Tüten. Das Kind vor der Tür wird mit Augenklappe hereingeführt und in die Mitte gesetzt. Nun gehen die Kinder einzeln an ihm vorbei und der Lauscher muss zählen wie viele Kinder ohne Tüte unterwegs waren.

Tütenfang

Organisation	Gruppengröße 2-20 Kinder, gerade Anzahl
Materialien	Pro Paar eine Plastiktüte, unterschiedliche, stabile Materialien
Ziel	Geschicklichkeit
Inhalt/ Spielidee	Kinder bilden Paare. Jedes Paar erhält eine Plastiktüte. Kinder einigen sich, wer von beiden der Fänger ist. Dieses Kind bekommt die Tüte. Die Paare stellen sich gegenüber auf. Das eine Kind wirft nun die Wäscheklammern, oder kleine Bälle zu seinem Partner, der die Materialien mit der Tüte auffangen muss. Am Ende wird gezählt wer am meisten gefangen hat.

Hänsel und Gretel bfereien

Organisation	Gruppengröße 5-20 Kinder,
Materialien	Viele in lange Streifen geschnittene Plastiktüten, Augenbinde
Ziel	Wahrnehmung
Inhalt/ Spielidee	Zwei Kinder spielen Hänsel und Gretel und setzen sich in die Mitte auf den Boden. Ein anderes Kind spielt die Hexe, die die Augenklappe bekommt und sich ein wenig entfernt auch auf den Boden setzt. Auf den Boden rund um Hänsel und Gretel werden die Plastikschnipsel verteilt. Die restlichen Kinder müssen versuchen Hänsel und Gretel zu befreien. Hört die Hexe etwas knistern und sagt den Zauberspruch: „Hokus pokus Spinnenbein, du bist verzaubert in einen Stein“ und zeigt dabei in die richtige Richtung auf einen Spieler, dann muss derjenige stehenbleiben. Das Spiel ist geschafft, wenn zwei Kinder es unbemerkt zu Hänsel und Gretel geschafft haben.

Zeitungslaufen

Organisation	Alleine, in Gruppen
Materialien	Zeitung
Ziel	Geschicklichkeit
Inhalt/ Spielidee	Die Kinder haben eine ausgefaltete Zeitung vor der Brust und rennen so schnell, dass die Zeitung förmlich an einem kleben bleibt.
Variation	Als Pendelstaffel Wettkampf

Gefangenentransport

Organisation	Mind. zu zweit
Materialien	Zeitung und Hindernisse
Ziel	Kooperation, Geschicklichkeit, Wahrnehmung
Inhalt/ Spielidee	Zwei Gefangene sind mit einer Zeitung zusammengekettet und müssen sich über diverse Hindernisse bewegen. Die Beine werden jeweils durch kleine eingerissene Löcher durch die Zeitung gesteckt. Wenn die Zeitung während des Parcours zerreißt, dann muss von vorne angefangen werden.
Variation	Hand von Person A. und Fuß von Person B. werden zusammen „gekettet“. Mehrere Gefangene werden zusammen gekettet.

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

Haltet den Kasten frei

Organisation	Drei Gruppen
Materialien	Zeitung und Kästen
Ziel	Kooperation, Geschicklichkeit, Wahrnehmung
Inhalt/ Spielidee	An den Eckpunkten eines gleichseitigen Dreiecks befinden sich umgedrehte kleine Kästen mit Zeitungsbällen (oder Tennisbällen), an denen sich jeweils eine Mannschaft aufstellt. In jedem Kasten liegen drei Bälle mehr als Spieler der dort stehenden Mannschaft. Aufgabe der Teams ist es den eigenen Kasten möglichst schnell leer zu räumen und die Bälle in einen der anderen beiden Kästen zu legen. Es darf jedoch immer nur ein Ball transportiert werden und der eigene Kasten darf nicht blockiert werden.

Quelle: Sport & Spiel mit Alltagsmaterial. 630 Trainingsideen für Gruppe, Freizeit und Schule. [Michael Mertens] 2005, Verlag an der Ruhr.

5. Spiele mit Federn oder Haushaltsgummis

Federfang

Organisation	Gruppengröße 2-10, gerade Anzahl
Materialien	Federn
Ziel	Geschicklichkeit
Inhalt/ Spielidee	Zweierpaare, ein Kind erhält eine festgelegte Anzahl von Federn. Diese lässt er einzeln zu Boden fallen. Sein Partner muss versuchen so viele wie möglich davon zu fangen.
Variation	Abstand zwischen den Kindern vergrößern. Nur mit einer Hand fangen. Vor dem Fangen muss eine Aufgabe erfüllt werden (z.B. 4mal Klatschen). Kinder stehen mit dem Rücken zueinander, mit akustischem Signal.

Auf Gummisuche

Organisation	Gruppengröße 2-15,
Materialien	1 Haushaltsgummi
Ziel	Wahrnehmung
Inhalt/ Spielidee	Ein Kind verlässt den Raum und befestigt sich das Haushaltsgummi an seiner Kleidung, oder seinem Körper. Der Gummi muss so angebracht werden, dass er noch zu sehen ist. Nun betritt er wieder den Kreis. Wer zuerst errät, wo der Gummi versteckt ist, darf als nächstes.

Gebt Gummi

Organisation	Gruppengröße 8-20
Materialien	Viele Haushaltsgummis und ein Zeitmesser
Ziel	Wahrnehmung, Geschicklichkeit
Inhalt/ Spielidee	Es werden zwei Mannschaften gebildet. Das Spielfeld wird in zwei Hälften unterteilt. Beide Mannschaften erhalten gleich viele Gummis. Nach dem Startschuss sollen die Gummis auf die gegnerische Seite geflitscht werden. Ziel ist es nach einer festgelegten Zeit, so wenige Gummis wie möglich zu besitzen. Hinweis: sich nicht direkt abzuschießen und je höher man flitscht umso länger ist das Gummi auf der gegnerischen Seite.

Gummi-Weitschnipsen

Organisation	Gruppengröße 2-20
Materialien	Für jedes Kind ein Haushaltsgummi
Ziel	Geschicklichkeit
Inhalt/ Spielidee	Die Kinder versuchen von einer Linie aus möglichst weit zu schnipsen
Variation	Ein mögliches Ziel treffen.

6. Spiele mit anderen Materialien

Wäscheleine

Organisation	ab 8 Personen, Gruppenspiel
Material	eine Wäscheleine pro Mannschaft, ggf. Markierungskegel
Ziel	Kooperation, Vertrauen
Inhalt / Spielidee	Jede Mannschaft erhält eine Wäscheleine. Der erste Spieler zieht sich die Leine von oben nach unten durch die Kleidung. Der zweite Spieler zieht sie sich von unten nach oben durch die Kleider, der dritte wieder von oben nach unten, der vierte von unten nach oben usw. Sind alle Spieler über die Wäscheleine verbunden, läuft die Spielerschar eine vorher abgesteckte Strecke. Erst wenn alle Spieler die Zielmarkierung überschritten haben, darf die Leine aus der Kleidung gezogen werden. Die Mannschaft ist fertig, wenn kein Spieler mehr an der Leine hängt. Wichtig ist, dass der erste Spieler die Leine beim Einfädeln festhält, damit sie nicht durchrutscht.

Quelle: Sportbund Rheinland, Praxishandbuch Familiensport

Feuer, Wasser, Blitz

Organisation	Musik kann helfen
Materialien	Spielfläche
Ziel	Förderung der Reaktion und der Konzentration
Inhalt/ Spielidee	Wenn die Musik ertönt, rennen die Kinder kreuz und quer über die Spielfläche. Wenn die Musik gestoppt wird, ruft der Spielleiter ein Kommando, welches die Kinder umsetzen müssen. Kommandos: <i>Feuer:</i> Flach auf den Boden legen (Qualm geht nach oben) <i>Wasser:</i> Rette sich wer kann- z.B. auf eine Bank, einen Stein,.... <i>Blitz:</i> ganz klein machen, Blitze treffen immer erst hohe Gegenstände <i>Sturm:</i> in eine Ecke laufen, da kommt der Wind nicht rein <i>Sonne:</i> auf den Rücken legen und entspannen <i>Regen:</i> mit den Händen ein Dach über dem Kopf bauen <i>Donner:</i> hinsetzen und ganz feste mit den Füßen stampfen

	<i>Schnee</i> : auf den Rücken legen und einen Schneeengel machen
Variation	Kommandos können jederzeit geändert werden.

Quelle: Sandra Schneising, Psychomotorik für Kindergarten, Grundschule und Verein

Spangenspiel

Organisation	beliebige Teilnehmerzahl, Paar- oder Gruppenspiel
Materialien	Sandsäckchen oder ähnliche Wurfmaterialien, Wäscheklammern
Ziel	Geschicklichkeit, Koordination, Sinneswahrnehmung, Taktik, Orientierung
Inhalt/ Spielidee	Spieler A wirft sein Spielgerät ca. 4 bis 5 Meter weit. Spieler B. versucht , sein Gerät möglichst spangennah (das ist der Abstand zwischen gespreiztem Daumen und Zeigefinger, ca.10cm) an das von Spieler A geworfene Spielgerät heranzuworfen. Gelingt ihm dies nicht, gehören beide Geräte dem Spieler A.
Variationen	Gewonnen hat, wer den kürzesten Abstand zu Spieler A hat.

Quelle: Sportbund Rheinland, Praxishandbuch Familiensport

Fluss überqueren

Organisation	Ab 6 Personen, Gruppenspiel
Materialien	zwei Getränkekekisten pro Mannschaft, ggf . Markierungskegel
Ziel	Koordination, Taktik
Inhalt/ Spielidee	Es spielen 2 Mannschaften gegeneinander. Beide Mannschaften haben die gleiche Anzahl von Mitspielern. Jede Mannschaft hat zwei Getränkekekisten. Es gilt, eine bestimmte Strecke mit diesen Kisten zu überwinden. Dazu werden eine Start- und Ziellinie gezogen. Je eine Hälfte der Mannschaft steht an der Startlinie, je eine an der Ziellinie. Es darf immer nur ein Spieler unterwegs sein. Der Boden des Spielfeldes darf von den Spielern nicht berührt werden. Es siegt die Mannschaft, die als erste alle Spieler auf die jeweils andere Seite gebracht hat. Wenn ein Spieler den Boden berührt, muss er wieder zu seiner Startlinie zurück.
Variationen	-bis zu drei Spieler versuchen gleichzeitig auf einem Kasten, die Strecke zu überwinden -jede Mannschaft erhält mehrere Gegenstände, auf die man steigen oder treten kann, wie z.B. Matten, Kästen, Planen, Obstkästen, Bierdeckel usw. Nun muss die gesamte Mannschaft gleichzeitig eine bestimmte Strecke überwinden, ohne dass ein Teammitglied den Boden berührt.

Quelle: Sportbund Rheinland, Praxishandbuch Familiensport

Insel im Säuresee

Organisation	Gruppenspiel
Materialien	Decke
Ziel	Kooperation, Geschicklichkeit, Körperkontakt
Inhalt/ Spielidee	Die gesamte Gruppe steht auf einer Decke/ Folie. Die Decke ist die Insel, die sich in einem See voller Säure befindet. Die Gruppe kann nur überleben, wenn sie die Insel regelmäßig wenden, ohne dabei selbst nur einen Fuß von der Insel zu setzen. Hierbei ist Geschick, Kooperation und manchmal auch Körperkontakt notwendig.