

## Schattenfange



Dies ist ein Lauf- und Fangspiel.

**Material:**

die Sonne, um einen Schatten werfen zu können

**Spielanleitung:**

Die Mitspieler finden sich immer paarweise zusammen.

Nun werden ein Fänger und ein Läufer bestimmt.

Der Läufer rennt davon und der Fänger muss versuchen auf seinen Schatten zu treten.

Gelingt ihm das, werden die Rollen getauscht und der Fänger wird zum Läufer.

## 2. Prellball

Anzahl der Spieler: 1 bis unbegrenzt

**Spielregeln:**

Zuerst wird mit Kreide eine Kästchen-Leiter von 1 bis 10 auf den Boden gemalt. Die Kästchen dürfen nicht zu klein sein!

Der Startspieler wirft den Ball so ins erste Feld, dass er wieder hoch springt. Nun darf der Ball aber nicht gefangen werden, sondern er wird mit der flachen Hand in das nächste Feld geprellt und so weiter, bis er der Reihe nach in jedem Feld war.

Landet der Ball nicht im richtigen Feld, ist der nächste Spieler an der Reihe. Der, der den Fehler gemacht hat, darf – wenn er wieder an der Reihe ist – in dem Feld beginnen, das er zuletzt fehlerfrei geschafft hatte. Er darf den Ball also in dieses Feld werfen und dann von da aus weiterprellen.

Wer zuerst in alle Kästchen getroffen hat, ist Sieger.

## Ober-Kellner

Bei diesem Spiel ist Balance gefragt: ein Tablett oder ein Brett mit fünf gefüllten Wasserbechern muss über dem Kopf gehalten und durch einen Parcours transportiert werden. Die Becher werden im Ziel in einen Eimer entleert. Welche Mannschaft hat als erste den Eimer randvoll ?

Man kann auch alleine oder zu Zweit auf Zeit spielen.

## Ein Hut, ein Stock, ein Regenschirm

Spielerzahl: ab 2 Mitspieler

### Spielregeln:

So geht's: Lockert jeden Spaziergang und jede Familien-Wanderung auf! Alle haken sich unter oder gehen neben-bzw. hintereinander, singen und versuchen, sich im Takt in Bewegung zu halten. Der berühmte Vers geht so: „Und 1\* und 2\* und 3\* und 4\* und 5\* und 6\* und 7\* und 8\*. Ein Hut\*, ein Stock\*, ein Re\* - gen - schirm\*, und vorwärts, rückwärts, seitwärts, ein Hacke, Spitze, hoch das Bein!"

Das allererste „Und“ gibt den Auftakt, um den rechten Fuß vorzuschwingen, ebenso gilt das bei jeder Stelle mit dem Sternchen (\*). Bei „vorwärts, rückwärts, seitwärts, ein...“ wird von allen Mitspielern die entsprechende Bewegung mit dem rechten Fuß ausgeführt.

## Ball an die Wand

Spielerzahl: ab 1 Mitspieler:

**Material:** Wand, großer weicher Ball

### Spielregeln:

Das Spiel kann man wunderbar alleine spielen. Aber auch zu zweit oder in der Gruppe macht es Spaß.

So geht's: Der Spieler stellt sich etwa fünf Meter vor einer Wand entfernt auf. Es wirft den Ball gegen die Wand und muss diesen wieder fangen. Das klingt noch einfach. Doch es wird schwerer. Denn mit jeder neuen Runde kommt eine neue Aufgabe dazu: zum Beispiel einmal klatschen bevor der Ball wieder gefangen wird. Hier unsere Vorschläge für zehn Runden.

Runde 1: Ball fangen

Runde 2: 1x klatschen, Ball fangen

Runde 3: 3x klatschen, Ball fangen

Runde 4: 5x klatschen, Ball fangen

Runde 5: 1 Hampelmann, Ball fangen

Runde 6: 1x im Kreis drehen, Ball fangen

Runde 7: 2x im Kreis drehen, Ball fangen

Runde 8: 1x klatschen, 1x im Kreis drehen, Ball fangen

Runde 9: 3 Hampelmänner, Ball fangen

Runde 10: 10x klatschen, Ball fangen

## Pfeil und Bogen

Spielerzahl: ab 1 Mitspieler

**Material:** Taschenmesser, Paketschnur

### Spielregeln:

Einen ca. 60 bis 80 Zentimeter langen, biegsamen Ast suchen (gut geeignet sind z.B. Weiden). Mit dem Taschenmesser an beiden Enden eine Kerbe schnitzen. Dort werden die Enden der Schnur schön festgeknotet. Hat die Schnur genug Spannung? Dann werden für die Pfeile gerade Äste gesucht. Die Spitze wird gerundet, das Ende erhält eine Kerbe für die Schnur. Einigen Sie sich auf ein Ziel, z.B. eine mit Steinen markierte „Zielscheibe“ auf dem Boden.

Zeigen Sie Ihren Kindern, wie man verantwortlich mit dem Bogen umgeht - und schärfen Sie Ihren Kindern von Anfang an ein, nie auf Menschen zu zielen.

### Hüpfspiele

- Himmel und Hölle
- Hinkepott
- Schnecke
- Gummitwist

(Erklärungen sind separat zu finden in den Links dieser Seite.)