

Aktiv-Spiele für Zuhause



EmPowerLETTER #02

Luftballondisko

ab 3 Jahren

Das braucht ihr:

- einen Luftballon pro Teilnehmer/Teilnehmerin
- Musik

1. Alle Teilnehmenden blasen ihren Luftballon auf und tanzen zur Musik.
2. Die Musik wird zufällig von einem „Wächter“/einer „Wächterin“ gestoppt. Alle lassen ihren Luftballon gleichzeitig los.
3. Jetzt versucht jeder/jeder seinen/ihren eigenen Luftballon zu fangen und dem Wächter/der Wächterin zu bringen.
4. Wer als Erstes dem Wächter/der Wächterin seinen Luftballon gebracht hat, gewinnt die Spielrunde.

Schildkrötenrennen

ab 4 Jahren

Das braucht ihr:

- einen Korb pro Teilnehmer/Teilnehmerin (z.B. Wäschekorb)

1. Jedem Teilnehmer/jeder Teilnehmerin wird ein Korb auf den Rücken gelegt. Auf allen Vieren stellen sich alle nebeneinander an einer Startlinie.
2. Ein Schiedsrichter/eine Schiedsrichterin gibt das Kommando zum Start.
3. Jetzt versuchen alle Teilnehmer als Erstes zum Ziel zu kommen. Verlieren sie ihren Schildkrötenpanzer, müssen sie zurück zur Startlinie.

Tipp:

Ihr könnt die Rennstrecke auch mit Hindernissen, wie z.B. Stühlen spicken.

Fang das Häslein

ab 5 Jahren

Das braucht ihr:

- ein Stück Stoff

1. Bestimmt einen Mitspieler/eine Mitspielerin als „Häslein“. Er/Sie bekommt das Stoffstück.
2. Setzt euch alle in einen Kreis und schließt die Augen. Das Häslein läuft um den Kreis herum.
3. Sagt gemeinsam folgenden Spruch auf: „Das Häslein hüpf im Kreis herum. Hüpf, hüpf, hüpf. Das Häslein hüpf im Kreis herum – und plötzlich bleibt es stehen.“
4. Ist der Spruch zu Ende, stoppt das Häslein und lässt das Stoffstück unauffällig fallen.
5. Alle dürfen nun die Augen öffnen und hinter sich greifen. Der Mitspieler/die Mitspielerin, der/die das Stoffstück ergriffen hat, versucht das Häslein zu fangen. Dabei dürfen beide nur um den Sitzkreis herum laufen.
6. Schafft es das Häslein drei Runden lang, nicht gefangen zu werden, darf es sich auf den freien Platz im Kreis zu setzen. Dann ist der andere Mitspieler/die andere Mitspielerin das Häslein.

Rück-Schau

ab 6 Jahren (für zwei Spieler)

Das braucht ihr:

- DIN A4-Blatt
- Kreppband

1. Jedem Teilnehmer/jeder Teilnehmerin wird – ohne, dass es der/die andere sieht – ein Zettel mit einem aufgezeichneten Tier auf den Rücken geklebt.
2. Ein Schiedsrichter/eine Schiedsrichterin gibt das Kommando zum Start.
3. Jetzt rangeln beide Teilnehmer miteinander und versuchen das Tier auf dem Rücken des/der anderen zu erraten.