

# Bewegungsspiele für Drinnen-Tage

## Kissen - Wettrutschen

**Material:** ein Kissen pro Mitspieler **Spieler:** 1 oder mehr



**So geht's:** Jeder Mitspieler sitzt auf einem alten Kissen. Auf "Los" rutschen alle so schnell wie möglich zum Ziel (Eine Tür, ein Schrank oder das andere Ende des Flurs). Angeschoben wird dabei nur mit den Händen.

## Zeitungsschlacht

**Material:** viele Bierdeckel (oder zusammengeknüllte Zeitungsseiten oder andere leichte, weiche Gegenstände)

**Spieler:** ab 2

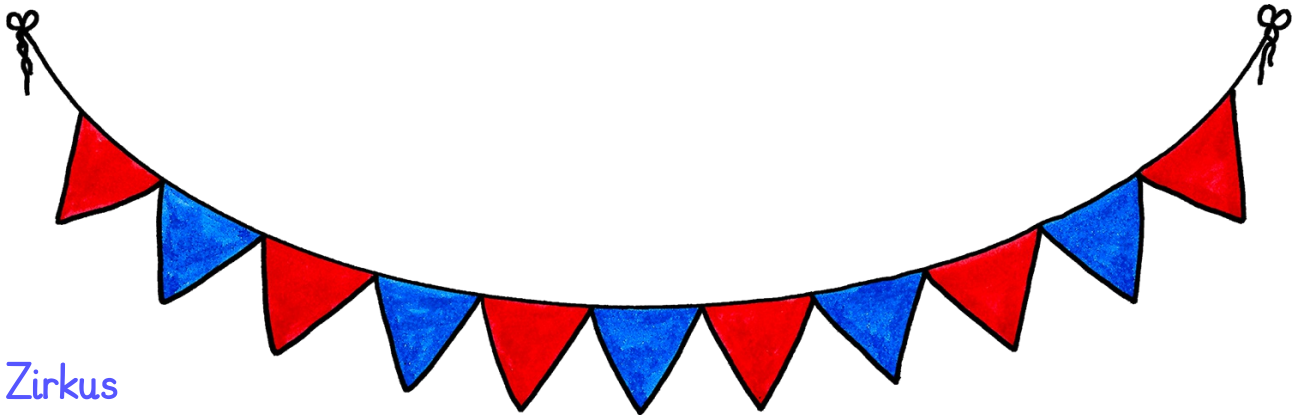
**So geht's:** Ein Raum wird mit einem Seil in zwei Spielhälften geteilt. Je eine Hälfte der Kinder steht in einem Spielfeld mit der Hälfte der Wurfgeschosse. Nach dem Startsignal versucht jede Gruppe möglichst viele Bierdeckel in das Spielfeld der anderen zu werfen. Das Spiel ist aus wenn alle Bierdeckel in der einen Spielhälfte sind oder wenn alle außer Puste sind.

## Socken - Fußball

**Material:** ein paar Socken **Spieler:** 1 oder mehr



**So geht's:** Wird gespielt wie "richtiges" Fußball, nur eben mit Socken statt Ball. Dadurch kann es problemlos in jeder Wohnung gespielt werden, ohne dass etwas kaputt geschossen wird. Als "Tor" dienen Stühle, eine Tür oder ein Schrank.



## Zirkus

Material: nichts    Spieler: ab 2

So geht's: Ein Kind ist der Zirkusdirektor, alle anderen Mitspieler sind Tiere.  
Der Zirkusdirektor bittet

- die "Löwen" durch den Reifen zu springen,
- die "Pferde" im Kreis zu galoppieren,
- die "Akrobatikgruppe" Purzelbäume zu schlagen,...

## Luftballon - Tennis

Material: ein Seil, ein Luftballon, zwei Zeitungen oder Zeitschriften

Spieler: 2

So geht's: Eine Schnur wird auf Bauchhöhe durch das Zimmer gespannt, so dass zwei Spielhälften entstehen. Dann nimmt sich jeder Mitspieler eine zusammengerollte alte Zeitung als Schläger. Ziel ist es den Ballon möglichst oft über das Seil hin und her zu spielen ohne dass der Ballon den Boden berührt.



## Den Boden nicht berühren

Material: Möbel    Spieler: 1 oder mehr



So geht's: Alle stellen sich vor, dass der Boden ein Meer mit gefährlichen Tieren ist. Du versuchst so weit wie möglich zu laufen, zu springen und zu klettern ohne dabei ins Meer zu fallen ( ohne den Boden zu berühren). So kannst du von einem Sessel auf den Tisch klettern, dann zu einem Kissen springen, das auf dem Boden liegt und weiter auf einen Stuhl klettern...