

# Bewegungsspiele Schnitz&Schwatz

## Sendung 1

*Spiele für 2 Teams à 4 oder mehr Kinder.  
Zu Hause können die Spiele auch zu zweit oder zu viert  
gespielt werden, als Wettkampf oder einfach nur so.*

### Treibhaus-Stafette

#### Spielbeschreibung:

- 2 Stafetten-Bahnen vorbereiten: je eine Slalom-Strecke mit Steinen, je zwei Hindernisse zum Unterdurchkriechen bzw. Drüberspringen, je ein Reifen mit einem Tennisball
- Auf einem Bein Slalom hüpfen und dabei mit dem andern Fuss einen Tennisball mitführen
- Nach dem Stein-Slalom zum Ausgangspunkt zurückrennen, den Ball wieder dort platzieren
- Zum ersten Hindernis rennen: unter einer niederen, waagrecht Stange durchkriechen, dann über eine höher fixierte Stange drüberspringen
- Beim Reifen auf den Boden sitzen, Beine in die Luft halten und den Tennisball mit beiden Händen 10x im Kreis unter den Beinen und hinter dem Rücken durchwandern lassen – ohne dabei die Füße auf den Boden zu stellen!
- Zurück zum Start rennen > Spielerwechsel
- Gewonnen hat das Team, das den Parcours am schnellsten absolviert hat

#### Material:

- Kennzeichnung Start/Ziel-Linie (mit Band, Kreide etc.)
- 8 Steine
- 4 Tennisbälle
- 8 Lochkegel oder Ähnliches, 4 Quer-Stangen (für die Hindernisse)
- 2 Reifen

#### Variante für zu Hause:

Das Hindernis zum Unterdurchkriechen und Drüberspringen könnt ihr auch mit Stühlen und Bändern bauen oder mit Seilen, die ihr auf unterschiedlicher Höhe zwischen Baum und Gartenzaun spannt

### Tomaten-Kochtopf

#### Spielbeschreibung:

- 2 Kinder schwingen ein langes Seil (rühren im Kochtopf), 2 weitere Kinder hüpfen bei jeder Umdrehung übers Seil (Tomaten, die bei jedem Umrühren umgedreht werden)
- Während einer bestimmten Zeit wird die Anzahl Sprünge gezählt, die die Kinder machen können, ohne im Seil hängen zu bleiben
- Gewonnen hat das Team, das in der festgelegten Zeit am meisten Umdrehungen bzw. Sprünge schafft

#### Material:

- 2 lange Seile
- evtl. Stoppuhr

### Riesen-Schritte

#### Spielbeschreibung:

- 2 Kinder binden je ein Seil so um die Fussgelenke, dass das Seil bei einem grossen Spreiz-Schritt gespannt ist
- Auf Kommando bewegen sich die Kinder mit Riesenschritten (Seil muss immer gespannt bleiben) zu einem bestimmten Punkt und wieder zurück und drehen sich dabei laufend um die eigene Achse (bei jeden Schritt eine Drehung um 180 Grad)
- Gewonnen hat das Team, dessen Spieler als erste die Strecke hinter sich gebracht haben

#### Material:

- 2 kurze Seile
- Kennzeichnung Start/Ziel-Linie und Distanz (mit Steinen, Kreide etc.)

