





## CONCENTRATION – CONCENTRATION – NOW BEGINNS

-  ab 6 Jahre
-  ab 12 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  im Stuhlkreis

### Ablauf:

Es gibt hier eine vordergründig einfache Bewegung, die von allen Beteiligten synchron (zeitgleich und zusammen) durchgeführt werden muss und aus vier Grundelementen besteht: Hände zugleich auf die Schenkel (die eigenen) klopfen (Klopf) – in die Hände klatschen (Klatsch) – mit der rechten Hand schnipsen (Schnips) – mit der linken Hand schnipsen (Schnips)

Das ergibt den Rhythmus „Klopf - Klatsch - Schnips - Schnips (endlos wiederholen). Diese Bewegung ist nun von allen gleichzeitig durchzuführen, bis sich ein moderates Tempo eingespielt hat. Nun sagt der Spielleiter im Takt:

Concentration – Concentration – now beginns und auf den ersten „Schnipp“ seinen eigenen Namen und auf dem zweiten „Schnipp“ einen beliebigen anderen, also „Klopf - Klatsch – Maik – Peter“. Jetzt ist Peter unverzüglich dran mit „Klopf – Klatsch – Peter – Sophie – (Sophie: Klopf – Klatsch – Sophie – Mark)“ usw. Alles sollte möglichst im Takt vorstattengehen und das wird umso schwerer, je schneller das Anfangstempo gewählt wird. Macht jemand einen Fehler, so scheidet er entweder aus oder ihr lacht euch gemeinsam schief und macht dann ebenso gemeinsam weiter.





## SCHLANGEN TRETEN

-  4 bis 10 Jahre
-  8 bis 40 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  ausreichend große Fläche

### Ablauf:

Von einer langen Schnur schneidet ihr einzelne Stücke ab, die so lang sind, dass sie auf dem Boden schleifen, wenn ihr ein Ende davon in den Hosenbund steckt. Jeder Mitspieler zieht eine solche Schnur als Schlange hinter sich her. Ältere Spieler sind schneller und wendiger und ziehen eine längere Schlange hinter sich her, jüngere eine kürzere. Auf ein Startsignal hin muss jeder versuchen, auf die Schlange der anderen Mitspieler zu treten, damit sie auf den Boden fällt. Gespielt wird innerhalb eines begrenzten Spielfeldes. Wer seine Schlange bis zuletzt im Hosenbund stecken hat, ist Schlangenkönig und muss bei der nächsten Runde eine besonders lange Schlange hinter sich herziehen.

## DER BÜRGERMEISTER

-  ab 10 Jahre
-  10 bis 30 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  im Kreis

### Ablauf:

Ziel des Spieles ist es Bürgermeister zu werden. Alle Mitspieler sitzen im Kreis. Einer wird zum Bürgermeister ernannt. Die Höhe des Ranges, den die anderen Mitspieler einnehmen, nimmt mit dem Uhrzeigersinn vom Bürgermeister angefangen mehr und mehr ab. Jeder Spieler darf diejenigen, die in der Rangskala unter ihm stehen (im Kreis bis zum Bürgermeister links von ihm sitzen) im Gespräch duzen, alle die über ihm stehen (im Kreis bis zum Bürgermeister rechts von ihm sitzen) muss er siezen und zum Gespräch mit ihnen aufstehen.

Das Gespräch beginnt der Bürgermeister, indem er erzählt:  
„Eines Abends lief ich durch die Straßen meiner Stadt und traf...

...die Maria	...die Sarah	...den Matthias!
Wen, mich?	Wen, mich?	...“
Ja, dich/ Sie!	Ja, dich/ Sie!	...“
Nein, mich nicht!	Nein, mich nicht!	...“
Wen dann?	Wen dann?	...“

Macht ein Mitspieler einen Fehler, nimmt er den niedrigsten Rang ein (den Platz rechts neben dem Bürgermeister). Alle anderen Mitspieler rücken entsprechend auf und der Bürgermeister beginnt das Gespräch von neuem.

## KLEIDER-KIM

-  ab 4 Jahre
-  min. 5 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  im Kreis

### Ablauf:

Alle Mitspieler sitzen im Kreis und beobachten sich gegenseitig. Dann wird für ein oder zwei Minuten das Licht ausgeschaltet, in dieser Zeit kann jeder Mitspieler etwas an sich verändern (z.B. eine Brille aufsetzen oder abnehmen, einen Ärmel hochkrempeln...) Danach, wenn das Licht wieder eingeschaltet wird, versuchen alle die Veränderungen an den anderen Mitspielern zu benennen.

## DJK-VERBANDSGEBET

### DJK: Sport um der Menschen willen.

Barmherziger Gott, du bist der Schöpfer von allem.  
Du hast uns geschaffen als dein Ebenbild.  
In dir leben wir, bewegen wir uns und sind wir.

Wir loben dich.  
Wir preisen dich.

Gott, in Jesus Christus bist du Mensch geworden.  
Mit ihm gewinnen wir sinnerfülltes Leben.

Wir loben dich.  
Wir preisen dich.

Gott, im Heiligen Geist belebt uns dein Atem  
und schafft Gemeinschaft.

Wir loben dich.  
Wir preisen dich.

Gott, wir danken dir für unseren Körper mit all seiner Kraft.  
Schenke uns Gesundheit und Freude an Sport und Spiel.  
Lass uns unsere Fähigkeiten zum Besten entfalten und hilf uns unsere Grenzen zu achten und uns selbst und einander anzunehmen.

Gott, wir danken dir für deinen Geist, der Leben schafft und uns bewegt. Lass uns offen, fair und verantwortungsvoll sein – in der Mannschaft und im Verein, im Frieden mit allen Menschen und der ganzen Schöpfung. Gott, wir danken dir für unsere Seele, die sich nach Glück und Erfüllung sehnt. Lass uns in dir das Ziel allen Lebens finden.  
Amen.

(DJK-Sportverband 2019)



VIEL SPASS BEIM TESTEN UND BLEIBT GESUND!  
EURE DV-JUGENDLEITUNG

# SPIELIDEEN IN ZEITEN VON CORONA

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE



## FEUER, WASSER, BLITZ

-  min. 8 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  Sporthalle

### Ablauf:

Die Wörter „Feuer“, „Wasser“ und „Blitz“ müssen den Teilnehmenden vor Beginn des Spiels mittels Pantomime (Karten werden vom Trainer\* vorbereitet) erraten werden. Anschließend verteilen sich die Teilnehmenden in der Halle und laufen umher, während Musik abgespielt wird.

Der Trainer\* gibt nun die Anweisungen in Form der drei Wörter und pausiert gleichzeitig die Musik. Die Mitspieler\* haben sich vor der jeweiligen Gefahr in Sicherheit zu bringen.

**Feuer:** Die Teilnehmer\* müssen sich auf die vorher aufgestellten Kästen und Langbänke stellen.

**Wasser:** Die Teilnehmer\* müssen sich mit dem Rücken zur Wand im Ein-Bein-Stand an die Hallenwand stellen.

**Blitz:** Die Teilnehmenden müssen sich flach auf den Boden legen. Der Spieler\*, der zuletzt noch in Bewegung ist, scheidet aus. Anschließend ruft der Trainer\* „Entwarnung“ als Zeichen dafür, dass die Teilnehmenden sich wieder bewegen dürfen.

Der Trainer\* kann sich noch weitere Kommandos ausdenken und diese ergänzen

## KOMMANDO SPORT

-  beliebige Anzahl
-  ca. 20 Minuten
-  Sportplatz o. Sporthalle

### Ablauf:

Der Trainer\* stellt in der Gruppe verschiedene Kommandos vor und übt sie mit allen ein. Zum Beispiel: „Kommando Kniehebe-lauf“, „Kommando Hüpfen“, „Kommando Dehnen“, „Kommando Ball prellen“, „Kommando Hocke“ etc.

Die Teilnehmenden stellen sich im Kreis auf, der Trainer\* gibt die Kommandos, macht sie vor und die Teilnehmenden machen sie nach. Im Laufe der Aktivität kann der Trainer\* Kommandos geben, aber eine Übung ausführen, die nicht dazu passt. Die Herausforderung für die Teilnehmer\* ist es, dem Kommando, dem Kommando und nicht der tatsächlich durchgeführten Übung zu folgen.

Macht ein Spieler\* einen Fehler, übernimmt er\* die Kommandos. Gibt der Trainer\* eine Anweisung ohne vorher „Kommando“ zu sagen, darf nicht reagiert werden. Ereignet sich hier ein Fehler, wird ebenfalls gewechselt.

## NUMMERNWETTLAUF

-  min. 8 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  Sporthalle

### Ablauf:

Jeder Staffelspieler erhält eine Nummer. Auf Nummernruf des ÜL laufen die Spieler mit gleicher Nummer gegeneinander. Der Sieger erhält einen Teampunkt für seine Staffel.

### Zu beachten:

Nummern und somit die direkten Gegner wechseln

### Variationen:

- Ausgangspositionen variieren: Gruppen sitzen / stehen / liegen auf Matten / Bänke / Kisten
- Laufstrecke mit Hindernissen und/ oder Bewegungsaufgaben Transport von Kleingeräten
- Die ganze Gruppe hat eine Nummer und läuft gegen eine andere Gruppe

## GESTIK-MEMO

-  5 – 14 Jahre
-  min. 4 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  im Kreis

### Ablauf:

Alle Teilnehmer bilden einen Kreis. Der Starter stellt eine eindeutige Geste oder einen mimischen Ausdruck dar. Der Kreisnachbar muss nun diese Geste nachstellen und sich gleich darauf eine zweite, neue Geste einfallen lassen. Der dritte Spieler übernimmt jetzt diese zweite Bewegung des Vorgängers und liefert wiederum eine weitere hinzu. Mit ihr beginnt der vierte Teilnehmer und erfindet eine neue dazu usw. Zum Beispiel: Grins-Hüpf, Hüpf- Schluchz, Schluchz-schiel, ...

## SPIEGELBILD

-  ab 6 Jahre
-  8 bis 40 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  ausreichend große Fläche

### Ablauf:

Zu Beginn wird ein Feld abgesteckt, welches in der Mitte nochmals geteilt wird. Anschließend bewegt sich jeweils ein Spieler pro Hälfte. Dabei ist einer der Vormacher und der Gegenüber stehende Spieler das Spiegelbild. Alle Bewegungen und Laufaufgaben müssen kopiert und nachgeahmt werden.

### Variation:

Ein Spieler macht für die gesamte Gruppe vor.

## DER WANDERnde LUFTBALLON

-  ab 6 Jahre
-  8–40 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  ausreichend große Fläche

### Ablauf:

Ein Luftballon muss mit Hilfe der Füße weitergegeben werden. Die Spieler setzen sich in zwei Reihen auf den Boden und zwar so, dass zwei Spieler sich jeweils gegenüber sitzen. Die beiden Reihen sitzen so weit auseinander, dass sich mit den Schuhsohlen berühren können. Zwischen die Fußsohlen des ersten Spielpaares wird ein aufgeblasener Ballon geklemmt. Der Ballon muss jetzt zum anderen Ende der Reihe wandern, wobei aber nur die Füße benutzt werden dürfen. Fällt der Ballon herunter, so muss wieder von vorne begonnen werden.

## WER HAT DEN KEKS AUS DER DOSE GEKLAUT?

-  6 bis 99 Jahre
-  ca. 4 bis 15 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  im Kreis

Ein Sprechspiel, das durch Klatschen und Fingerschnipsen unterstützt wird und in immer schneller werdendem Tempo gespielt werden soll.

### Ablauf:

Es wird abwechselnd zuerst mit beiden Händen gleichzeitig auf die Oberschenkel geschlagen, dann in die Hände geklatscht, dann mit den Fingern der rechten Hand geschnipst, zuletzt wird mit den Fingern der linken Hand geschnipst.

### Bewegung:





auf die Oberschenkel schlagen  
in die Hände klatschen  
schnipsen (rechts)  
schnipsen (links)  
auf die Oberschenkel schlagen  
in die Hände klatschen  
schnipsen (rechts)  
schnipsen (links)  
auf die Oberschenkel schlagen  
in die Hände klatschen  
schnipsen (rechts)  
schnipsen (links)

### Dabei spricht ein Mitspieler:

„Name“ (eines Mitspielers)  
„hat den Keks“  
„aus der Dose“  
„geklaut“  
„Was“ (spricht der o.g. Spieler)  
„ich?“ ( --- )  
„Ja,“ (erster Sprecher)  
„du!“ ( --- )  
„Nein,“ (spricht der o.g. Spieler)  
„ich“ ( --- )  
„war's“ ( --- )  
„nicht!“ ( --- )

Der zuerst „beschuldigte“ Spieler fährt nun fort, indem er den Namen eines weiteren Mitspielers nennt. Während des Spiels sollte das Tempo gesteigert werden.





## SONNE UND REGEN

-  4 bis 7 Jahre
-  min. 8 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  ausreichend große Fläche

### Ablauf:

Im Raum werden Stühle und Bänke verteilt aufgestellt. Die Kinder laufen (gehen, hüpfen) durcheinander. Auf Zuruf des Spielleiters „Regen“ suchen alle Unterschlupf unter einem „Dach“ (Stuhl). Bei dem Ruf „Sonne“ setzen oder stellen sich alle auf die Bank oder den Stuhl.

## BAUM WECHSELN

-  4 bis 7 Jahre
-  min. 8 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  ausreichend große Fläche

### Ablauf:

Jedes Kind steht an einem Baum oder sitzt in einem Reifen. Ein Kind ist überzählig.

Auf den Ruf „Wechselt die Plätze!“ sucht sich jedes Kind, auch das Überzählige, einen neuen Baum oder Reifen. Wer keinen Platz gefunden hat, darf neu aufrufen.

## DER MOTZFROSCH

-  5 bis 11 Jahre
-  min. 8 Personen
-  ca. 15 Minuten
-  im Kreis

### Ablauf:

Ein Spieler sitzt inmitten eines Kreises. Er hat die Aufgabe, auf alle Fragen seiner Umsitzenden mit einem trotzigem und verdrießlichen „Nein!“ zu antworten.

**Zum Beispiel:** „Willst du einen Lutscher?“ -“Nein!“ schreit der Motzfrosch und blickt zornig in die Runde. „Möchtest du gerne mit Flipper tiefseetauchen?“, „Hast du Lust auf Schnettereteng?“ usw. Die Fragen werden immer lustiger, noch dazu bemüht sich jeder Fragesteller um eine lachmuskelstrapazierende Gebärdensprache. Da werden Grimassen geschnitten und witzige Geräusche erzeugt. Und da soll der Motzfrosch motzig bleiben? Das Ziel ist erreicht, wenn sich der Motzfrosch das Grinsen nicht mehr verkneifen kann. Er darf einen neuen Miesepeter auswählen, der nun seinerseits seine starke Haltung unter Beweis stellen soll.