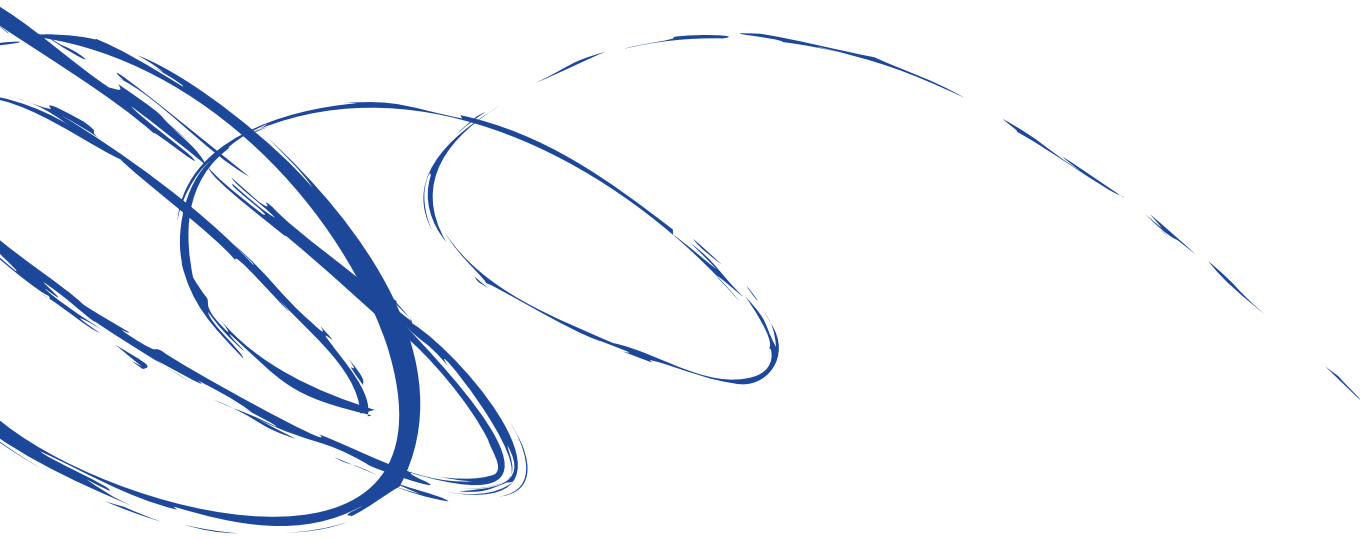




*Alle*

# ENDLICH WIEDER RXUS! MIT DEINER SIPPE

EINE PROGRAMM-ARBEITSHILFE  
FÜR DIE PFADFINDER\*INNENSTUFE



## **Impressum**

Endlich wieder raus mit deiner Sippe

Herausgegeben durch den  
Bund der Pfadfinderinnen und Pfadfinder e.V.  
Kesselhaken 23  
34376 Immenhausen  
[www.pfadfinden.de](http://www.pfadfinden.de)

Alle Rechte vorbehalten. BdP e.V. © 2021

Redaktion/Autor\*innen:  
Lara Christiansen, Ann-Katrin Rückel

Fotografen (Seite):  
Simon Vollmeyer (Titel|9|15|16)  
Leonie Kaule (1)  
Paavo Blofeld (2|3|4|5|6|7|10|11|12|13|14|17|20)  
Daniel Lienert (8|18|20)  
Peter Schleicher (9)

Layout: Förmrausch ([www.formrausch.com](http://www.formrausch.com))

Druckstücknummer: 108003 (06.21)

*Wander*



#ENDLICHWIEDERPFADFINDEN

WIR SIND SO FROH, DASS ES NUN  
ENDLICH WIEDER RAUSGEHEN KANN!

## Liebe Sippenführung, wir sind so froh, dass es nun endlich wieder rausgehen kann!

Um dir den Start ein bisschen zu erleichtern, möchten wir dir gerne einige **Vorschläge und Ideen** mitgeben, die du **für deine Sippenstunden nutzen** kannst und die dir dabei helfen sollen, eine **Sippenfahrt zu planen**. Natürlich kennst du deine Sippe am allerbesten und vorgefertigtes Programm passt nicht immer für alle super gut. Manche freuen sich aber vielleicht doch über eine neue Idee, einen anderen Impuls oder Inspiration.

### VORSCHLAG 1: AUS ALT MACH NEU!

Als im März 2020 das Leben so plötzlich runtergefahren wurde, hattest du zu diesem Zeitpunkt ja bestimmt schon die nächsten Sippenstunden oder sogar eine Sippenfahrt geplant. Hol das doch mal wieder aus der Schublade oder von der Festplatte und schau, was du davon noch verwenden möchtest.

### DAS ERWARTET DICH IN DIESEM HEFT:

1.

Wir haben **vier Sippenstunden für dich entwickelt**, die du in beliebiger Reihenfolge durchführen kannst. Die erste Sippenstunde bietet sich aber sehr gut als Wiedereinstieg an.

Alle Sippenstunden können draußen stattfinden, kommen mit möglichst wenig Körperkontakt und ohne den Verzehr von Essen und Trinken aus. Leider, leider werden wir wohl auch noch nicht wieder gemeinsam singen dürfen, wenn es wieder losgehen kann.

Die Sippenstunden findest du nicht in einem klassischen Zeitraster, wie du das von Kursen oder deinen eigenen Planungen her vielleicht kennst. Wir haben für jede Sippenstunde einen groben Ablaufplan mit fünf Schritten erstellt, damit du noch die Freiheit hast, etwas Eigenes aus unseren

Vorschlägen zu machen. In den einzelnen Kästen findest du Spiel- und Programmideen, die du nutzen oder auch einfach umwandeln und an deine Sippe anpassen kannst.

2.

Für deine folgenden Sippenstunden haben wir dir eine lose **Ideensammlung** erstellt.





3.

Für deine nächste **Sippenfahrt** liegt eine Planungshilfe bei.

4.

Es gibt eine ganze Menge **kontaktarme Spiele**, die wir eh alle in unserem Standardrepertoire haben. Um das zu erweitern oder dich an ein paar davon zu erinnern, haben wir dir eine kleine Liste angehängen. Zur Erklärung haben wir uns jeweils auf ein paar knappe Stichworte begrenzt – falls dir diese doch zu knapp sein sollten, denk dir einfach eigene Regeln aus.

Für all eure nächsten Treffen in der Sippe gilt wahrscheinlich, dass ihr euch an eine kleine **Corona-Routine** gewöhnen müsst. Sprich:

- es muss eine Anwesenheitsliste geführt werden
- alle müssen sich die Hände desinfizieren
- es wird Maske getragen
- wer Erkältungssymptome hat oder Kontakt zu Personen, die an Covid19 erkrankt sind, muss zu Hause bleiben.

Auch wenn die Sipplinge dies natürlich schon aus anderen Kontexten kennen, solltet ihr gemeinsam nochmal thematisieren, welche Regeln nun gelten.

Nun kann es losgehen, viel Spaß und herzlich

GUT PFAD!



# SIPPENSTUNDE 1

## HALLO!

### Anfangskreis

„Corona-Routine“, euer Ritual für den Anfangskreis und großes Willkommen zurück in der Sippe.



## SPIELZEIT

Nach einer so langen Sippenstundenpause bietet sich als erstes ein **Spiel** an, **bei dem ihr ein bisschen locker werden könnt** und das allen etwas Zeit gibt, in die Gruppe zurückzufinden. Wie wäre es z.B. mit „Stille Dirigentin“, „2 Wahrheiten, 1 Lüge“ oder „Ich habe noch nie...“?

## WUNSCHPLAKAT

Die erste Sippenstunde ist eine gute Gelegenheit, um deine Sipplinge **für die nächsten Treffen zu motivieren**, ihnen die **Möglichkeit zum Mitgestalten** zu geben und **über die Coronazeit ins Gespräch** kommen.

Gestaltet zusammen ein Wunschplakat, um die Vorfreude deiner Sippe auf die nächsten Sippenstunden zu steigern und so einen guten Leitfaden für deine zukünftige Programmplanung zu bekommen. Du kannst deinen Sipplingen dafür folgende Fragen stellen: **Was habe ich am meisten vermisst? Worauf freue ich mich am meisten?**

Ihr könnt bei der Gestaltung des Plakates natürlich kreativ werden. Vielleicht schreibt ihr die Wünsche nicht einfach auf das Plakat, sondern auf bunte Sterne, Wolken oder euch fällt etwas ein, das zu eurem Sippen- oder Stammesnamen passt.

## LAND ART

Der Gesprächsbedarf über die Coronazeit wird so schnell nicht zu Ende sein, deshalb freut sich deine Sippe vielleicht über Raum für Austausch. Hier kannst du z.B. „Land Art“ als Methode wählen, mit der sich die Sipplinge ausdrücken können. Stell deinen Sipplingen verschiedene Fragen, zu denen sie dann **ihre Gedanken und Erfahrungen als Land Art** darstellen sollen. Hierzu kann alles verwendet werden, was ihr findet (Stöcke, Blätter, Steine etc.).

Fragen können sein: **Wie war Corona? Was hat mich beschäftigt? Wie war es, nicht zur Schule zu gehen oder in Quarantäne zu sein?**

Gemeinsam könnt ihr nachher rumgehen und die Sipplinge stellen ihre Land Arts vor und berichten von ihren Erfahrungen.

Du kannst deine Sipplinge auch in der näheren Umgebung nach einem Fotomotiv suchen lassen, das sie mit den Fragen verbinden. Danach schaut ihr die Fotos an, die sie von dem Motiv gemacht haben oder ihr besucht gemeinsam den Ort.



## SPIELZEIT

Nachdem nun alle Sipplinge von sich und ihren persönlichen Erfahrungen berichtet haben, ist ein **Spiel** toll, bei dem **der Kopf ausgeschaltet und gemeinsam gelacht werden** kann. Das könnte natürlich euer liebstes Sippenspiel sein oder vielleicht „Piep“.

## ABSCHLUSS

Gemeinsames Aufräumen,  
Ausblick geben, Abschlusskreis.

## MATERIAL:

- Handdesinfektionsmittel
- Anwesenheitsliste
- Stift
- großes Plakat
- Stifte
- buntes Papier
- Scheren
- Kleber oder Klebeband

# SIPPENSTUNDE 2

## HALLO!

### Anfangskreis

„Corona-Routine“ und euer Ritual für den Anfangskreis.

## SPIELZEIT

Auch in der zweiten Sippenstunde könnt ihr Spiele spielen, bei denen deine Sipplinge noch etwas auftauen und wieder zu einer festen Gruppe zusammenwachsen können. Spielt z.B. „Ball durch die Beine“ oder „Alle die“.

## SPIELZEIT

Jetzt wo die Kohte steht, setzt euch doch gemeinsam in die Kohte und spielt noch etwas – so wie ihr das auf euren letzten Lagern und Fahrten vielleicht auch gemacht habt. Das könnte „Ich habe noch nie...“ sein oder eine Runde „Stadt, Land, Pandemie“.

## ABSCHLUSS

Gemeinsames Aufräumen,  
Ausblick geben, Abschlusskreis.





## KOCHTE AUFBAUEN

Durch das Kohte aufbauen können deine Sipplinge wieder ganz spürbar Kontakt zum Pfadfinden bekommen, denn Emotionen und Erinnerungen werden nochmal auf einer ganz anderen Ebene angesprochen. Kohtenstoff anzufassen oder zu riechen löst sicher in uns allen einige warme Gefühle aus. Außerdem müssen sie als Sippe zusammenarbeiten, sich absprechen und helfen, das gibt ihnen die Möglichkeit, sich als Gruppe wieder zu finden. Und natürlich kann es nicht schaden, das Kohteaufbauen vor der nächsten Fahrt nochmal geübt zu haben.

## MATERIAL:

- Handdesinfektionsmittel
- Anwesenheitsliste
- Stift
- Ball
- komplette Kohte
- für jede Person Zettel und Stift

## BAUT GEMEINSAM EURE KOCHTE AUF

Ihr könnt je nach euren Fähigkeiten kreativ werden und entweder das Aufbauen Schritt für Schritt einüben oder aber ihr baut ein paar Besonderheiten ein. Beispielsweise könnten einer Person die Augen verbunden werden, eine andere hat nur eine Hand zur Verfügung oder ihr baut gegen die Zeit auf. Vielleicht schlägt ihr sogar den Stammesrekord! Spannend wäre natürlich auch, wenn ihr die Kohte an einem ganz besonders schönen, schwierigen oder unüblichen Platz aufbaut. Oder ihr versucht statt einem Ein- ein Zweibein oder umgekehrt oder zieht die Kohte an einem Ast hoch.

Während des Aufbaus könnt ihr auch gut ins Gespräch kommen und euch an Erlebtes erinnern. Wann habt ihr eigentlich das letzte Mal in einer Kohte geschlafen? Wo war das und wer war dabei?



# SIPPENSTUNDE 3

## HALLO!

### Anfangskreis

„Corona-Routine“ und euer Ritual für den Anfangskreis.

## SPIELZEIT

Um deine Sippe wach zu kriegen und sie für die Sippenstunde zu motivieren, startet doch mit einem flotten Spiel, wie z.B. „Zombieball“ oder „Piep“.



## POSTENLAUF

Ein Postenlauf ist eine schöne und vielfältige Methode der Pfadfinder\*innenstufe, bei der deine Sipplinge viel **Neues kennenlernen und Bekanntes anwenden können**. Deine Sipplinge haben die Möglichkeit, **miteinander in Interaktion zu kommen und Aufgaben in Kooperation oder auch in Konkurrenz zueinander zu lösen**. Wähl die Stationen dabei so aus, dass sie möglichst ganzheitlich sind, also verschiedene Stärken gefragt werden. Alle Sipplinge sollten die Chance haben, bei einer Station besonders gut zu sein.

Stationen könnten sein: Holz hacken, Knopf annähen, 2 Akkorde auf der Gitarre lernen, 3 Lieder nennen in denen das Wort „Frühling“ vorkommt, so lang wie möglich auf einem Bein stehen oder Montagsmaler spielen. Bestimmt fallen dir noch jede Menge anderer kleiner Spiele und Aufgaben ein, die ihr mit wenig Material und Aufwand durchführen könnt.

Je nach Sippengröße können die Sipplinge den Postenlauf allein oder in Zweiertteams durchlaufen. Oder ihr geht alle gemeinsam von Station zu Station. Es könnten sich auch alle eine Sache ausdenken, die sie den anderen beibringen möchten und je Station lernt die Sippe dann eine Sache.



## ABSCHLUSS

Gemeinsames Aufräumen,  
Ausblick geben, Abschlusskreis.

## SPIELZEIT

Nachdem ihr beim Postenlauf vielleicht einzeln oder in Kleingruppen unterwegs wart, könnt ihr jetzt nochmal mit allen gemeinsam etwas spielen. Das könnte „Duell der Augen“ sein oder nochmal ein Ballspiel.

# MATERIAL:

- Handdesinfektionsmittel
- Anwesenheitsliste
- Stift
- Ball
- alles was ihr für den Postenlauf braucht



# SIPPENSTUNDE 4

## HALLO!

### Anfangskreis

„Corona-Routine“ und euer Ritual für den Anfangskreis.



## SPIELZEIT

In dieser Sippenstunde geht es um eure gemeinsamen Erlebnisse, weshalb ihr zu Beginn schon kooperative Spiele spielen könnt, um euer Gruppengefühl zu stärken. Das könnte z.B. sein „Blind zählen“ oder „4 auf einmal aufstehen“.

## GEMEINSAM ERINNERN

Das Zurückschauen auf gemeinsame Erlebnisse und Erfolge hat einen positiven Effekt auf das Gruppengefühl und das eigene Wohlbefinden innerhalb dieser Gruppe. Natürlich steigert es auch die Vorfreude auf kommende Aktionen und Fahrten. Und ist einfach total schön und wohltuend.

**Richtet euch eine schöne Atmosphäre her** mit Fellen und Teppichen und geht vielleicht an einen romantischen Platz. Ihr könnt auch Feuer machen oder viele Kerzen anzünden. Deine Sipplinge können sich auch etwas Leckeres zum Trinken mitbringen – teilen dürfen sie aber leider noch nicht wieder miteinander.

## SPIELZEIT

Das gemeinsame Erinnern könnt ihr spielerisch abschließen, indem ihr z.B. „2 Wahrheiten, 1 Lüge“ mit Erinnerungen spielt. Oder ihr erzählt von einer Fahrt, wobei ihr der Reihe nach jeweils nur ein Wort sagt und sich so eine Geschichte entspinnt. Vielleicht seid ihr beim Erinnern aber auch auf euer Lieblingsspiel gekommen, das ihr noch unbedingt spielen wollt!

## IN ERINNERUNGEN SCHWELGEN

Und jetzt schwelgt gemeinsam in Erinnerungen. Überlegt, was ihr gemeinsam schon Spannendes und Prägendes erlebt habt, lest euch aus euren alten Fahrtenchroniken vor und schaut gemeinsam Fotos an. Es könnte auch jede Person zwei Fahrtenlieblingsfotos mitbringen und davon erzählen, bestimmt fallen euch dazu auch noch lustige und schöne Anekdoten ein.

## ABSCHLUSS

Gemeinsames Aufräumen,  
Ausblick geben, Abschlusskreis.

## MATERIAL:

- Handdesinfektionsmittel
- Anwesenheitsliste
- Stift
- 2 Fotos pro Person
- Kerzen oder alles zum Feuer machen
- Teppiche und Felle



# WEITERE IDEEN FÜR SIPPENSTUNDEN

## HANDWERK UND KÜNSTLERISCHES:

- Handarbeit lernen, vielleicht Schal in Stammesfarben stricken oder Sippenzeichen sticken
- Linoldruck
- T-Shirt-Druck mit Gullydeckeln
- Fotoprojekt zu einem bestimmten Thema, z.B. Schönheit, Wildnis in der Stadt oder Jugend
- Liederbuchbeutel nähen
- Kerzen gießen oder färben oder gestalten
- eure Sippenraum streichen
- Papier selber machen und daraus ein Buch nähen
- Collagen zu einem bestimmten Thema
- Schmuck herstellen
- Gipsmasken oder Gipshände
- Fimoperlen
- Sippen T-Shirts gestalten
- Scherenschnitt-Portraits

## GARTEN:

- Insektenhotel bauen
- Seedbombs
- Gartenprojekt
- Obstbäume oder -sträucher pflanzen und deren Pflege recherchieren
- Urban Gardening

## SPORTLICHES:

- Crossgolfen
- Crossboccia
- Minigolf selber bauen

## KLASSISCH PFADFINDERISCH:

- 1. Hilfe-Kenntnisse auffrischen
- neue Konstruktion lernen (Doppelkohte oder Diamantkohte)
- Instrument lernen
- neue Lieder einüben
- Was haben Pfadfinder\*innen in anderen Ländern während der Pandemie gemacht?
- Reclaim your Stammesheim, das Stammesheim aus dem Coronaschlaf wecken und wieder zurück erobern
- AB-Päckchen zusammenstellen
- Pfadfindergeschichte oder Stammesgeschichte
- „Free beeing me“ (Infos und Materialien findest du unter:

<https://meinbdp.de/display/>

**FreeBeingMe/Allgemeines**





*weil*

### ANDERE WELTEN:

- Pen & Paper Abenteuer
- Werwölfe
- mit einem anderen Land beschäftigen (Großfahrtenziel?)
- Film drehen
- Hörspiel aufnehmen

Viele weitere Ideen findest du natürlich auf [meinBdP.de](https://www.meinBdP.de), neue Lieder und Singspiele lassen sich gut auf Youtube finden, Bastelanleitungen und Rezepte gibt es ohne Ende auf Pinterest.



# SIPPENFAHRT

**ES KANN ENDLICH WIEDER RAUSGEHEN! DU UND DEINE SIPPE KÖNNT ES WAHRSCHENLICH KAUM ERWARTEN, WIEDER EURE WANDERSCHUHE ZU SCHNÜREN!**



Bitte setz dich nicht unter Druck, dass eure erste Sippenfahrt megahammerkrass sein muss. **Dass es überhaupt wieder losgehen kann, wird Highlight genug sein!** Am besten schnappst du dir deine Sippe und ihr fahrt in ein Gebiet in eurer Nähe, wo du vielleicht selbst schon warst und das ohne lange Anreisewege gut erreichbar ist.

Es kann gut sein, dass ihr noch immer einige **Corona-Auflagen** erfüllen müsst und ihr für eure Fahrt ein Hygienekonzept braucht. Das könnte beinhalten, dass alle zur Anreise ein negatives Testergebnis mitbringen müssen. Ganz generell empfehlen wir natürlich auch gewissenhaftes und verantwortungsvolles Testen und Verhalten in den Tagen nach der Fahrt.

Wir haben dir hier ein paar Eckpunkte für die Planung einer Sippenfahrt zusammengetragen. Manche davon könnt ihr schon angehen, obwohl eine Fahrt selbst vielleicht noch nicht wieder möglich ist und ihr noch zuhause im Lockdown sitzt.

## DAS KLAPPT SCHON BEI DIGITALEN SIPPENSTUNDEN ODER DU BEREITEST ES ALLEINE VOR:

- Fahrtengebiet raussuchen
- Kartenmaterial besorgen
- Startpunkte und grobe Route festlegen  
(Bitte bedenke unbedingt das Alter und die Leistungsfähigkeit deiner Sippe, ihr wart jetzt schließlich schon ziemlich lange nicht mehr zusammen unterwegs.)
- erste Kalkulation machen  
(Wie viel Geld muss jede\*r bezahlen für die Fahrt? Oder gibt es bei euch im Stamm vielleicht eine Art Wochenendpauschale?)

- Ausschreibungen, Anmeldungen und Gesundheitsbögen so fertig formulieren, dass nur noch das Datum eingefügt werden muss  
(Vermutlich habt ihr im Stamm ja auch Vorlagen dafür.)
- euer Material durchchecken  
(Vielleicht fehlt euch etwas oder es ist etwas kaputt, das ihr zeitig reparieren solltet?)

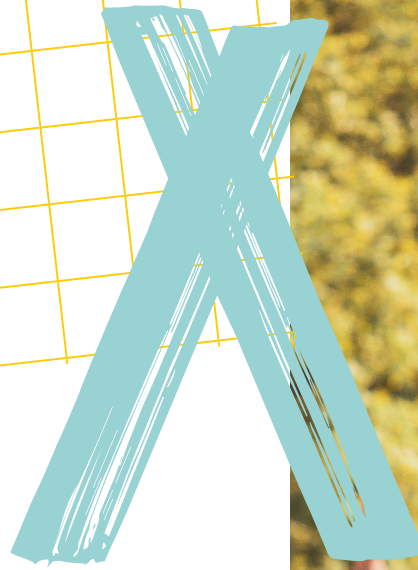
## DAS GIBT ES NOCH ZU TUN, WENN ES DANN TATSÄCHLICH WIEDER LOS GEHT:

- genauen Termin festlegen
- Ausschreibung mit Anmeldung und Gesundheitsbogen rausgeben
- Anmeldungen der Teilnehmenden einholen
- Anreise und Abreise planen, Verkehrsmittel buchen
- Gesundheitsbögen und Einverständniserklärung der Eltern einholen (ggf. mit Schwimmerlaubnis)
- Material packen
- eventuell nochmal die persönliche Packliste besprechen
- Abfahrtszeitpunkt und Treffpunkt an alle kommunizieren
- Lebensmittel planen und einkaufen



**Auf [meinBdP.de](https://meinbdp.de), im Blauen Buch oder in deinem KfS-Kursordner findest du weitere detaillierte Infos wie beispielsweise Packlisten: <https://meinbdp.de/display/BUND/Fahrt>**





**Natürlich könnt ihr euch auch für eine Kohtenfahrt ein wenig Programm überlegen.** Gibt es Spiele, die gut unterwegs gespielt werden können? Soll es eine Fotochallenge geben? Wollt ihr unterwegs etwas besuchen oder besichtigen? Welches Buch lest ihr euch abends in der Kohte vor? Ihr könnt einen Wettbewerb mit den anderen Sippen aus eurem Stamm machen: Wer kocht das tollste Fahrtenmenü, hat den schönsten Übernachtungsplatz oder am meisten Seiten in der Chronik gefüllt? Vergesst also nicht, eine Chronik und eine Einmalkamera einzupacken. Schließlich will die erste Nach-Corona-Fahrt doch dokumentiert werden!

Wenn ihr doch etwas ganz Außergewöhnliches, Neues oder Besonderes plant, könnt ihr ganz unbürokratisch um einen Zuschuss bei der Stiftung Pfadfinden bitten. Infos findet ihr hier:



<https://stiftungpfadfinden.de/projekte/aktion-20x100-eur/>

Wir wünschen euch eine unvergessliche und tolle gemeinsame Zeit,

**GUT PFAD!**

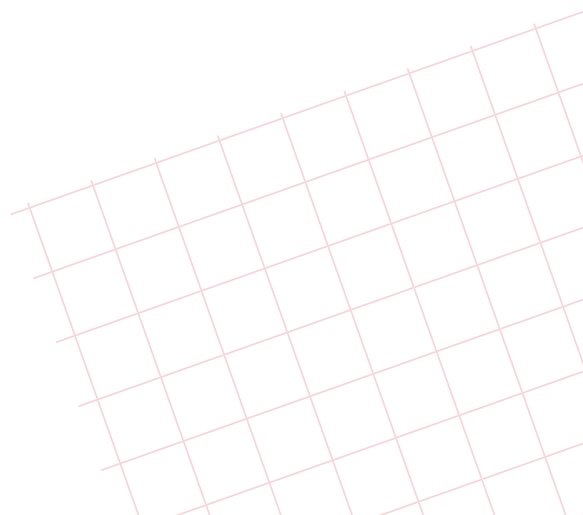


# KONTAKTARME SPIELE



## NAMENS- & KENNENLERNSPIELE:

- **Name + Adjektiv** (jede Person denkt sich ein Adjektiv aus, das mit dem gleichen Buchstaben beginnt wie der eigene Name, z.B. „lustige Lara“; die nächste Person wiederholt und nennt dann den eigenen Namen: „lustige Lara und fleißiger Fatin“ usw.)
- **Name + Bewegung** (jede Person denkt sich eine Bewegung aus, z.B. klatschen, hüpfen, drehen; die erste Person nennt den eigenen Namen und macht die Bewegung; die zweite Person wiederholt und nennt dann den eigenen Namen und macht die eigene Bewegung usw.)
- **Vorhang runter in 2 Teams** (wer als erstes den Namen der Person nennt, die gegenüber sitzt, bekommt den Punkt; „Verlierer\*in“ wechselt ins andere Team)
- **2 Wahrheiten, 1 Lüge** (jede Person denkt sich zu sich selbst 2 Wahrheiten und 1 Lüge aus, die anderen raten)
- **Halstuchschlagen** (ein Name wird genannt, die Person in der Kreismitte muss mit dem Halstuch dieser genannten Person aufs Knie schlagen; dies kann verhindert werden, wenn die genannte Person schnell einen anderen Namen nennt; wer abgeschlagen wurde, tauscht und geht in die Kreismitte)
- **Peng** (alle stehen im Kreis; die Person deren Name genannt wird muss sich schnell bücken; die beiden benachbarten Personen zeigen mit dem Finger aufeinander und rufen „Peng“; wer am langsamsten ist, scheidet aus und nennt den nächsten Namen)
- **Namensbingo** (auf einem Zettel stehen verschiedene Aufgaben, z.B. „finde eine Person, die das gleiche Lieblingslied hat wie du“, „finde eine Person, die schon länger im Stamm ist als du“; jeder Name darf nur einmal auftauchen bzw. so viele verschiedene Namen sammeln wie möglich)
- **Alle die ...** (eine Person ist in der Kreismitte und sagt „Alle die wechseln den Platz, die...“; Person in der Mitte versucht sich beim Wechsel auf einen freigewordenen Platz zu setzen; alles außer Äußerlichkeiten, z.B. „alle, die einen Fahrtennamen haben“, „alle, die schonmal in einer Kröte geschlafen haben“)



## BALLSPIELE:

- **10er-Ball** (2 Teams, Ball muss 10 mal hin & her gepasst werden, gegnerisches Team will das verhindern)
- **Zombieball** (alle können werfen, wer abgeworfen wurde muss sich hinsetzen; ist wieder frei wenn der Mensch, der einen selbst abgeworfen hat, abgeworfen wurde)
- **Ball durch die Beine** (alle stehen im Kreis, Beine breit, Fuß an Fuß, Ball muss den anderen durch die Beine gerollt werden; wem das passiert, muss sich umdrehen; dann nur noch eine Hand zum Abwehren, dann raus)
- **Völkerball** (Klassiker aus dem Sportunterricht; 2 Teams im Spielfeld wollen sich gegenseitig abwerfen; wer abgeworfen wurde, geht an den Rand des gegnerischen Teams und kann sich durch Abwerfen wieder ins eigene Spielfeld bringen; Variation: wer abgeworfen wurde, kann auch 2x ums komplette Spielfeld laufen, statt sich wieder reinzuwerfen etc.)
- **Zwerg & Riese** (alle stehen im Kreis, der „Zwerg“ in der Mitte muss abgeworfen werden, „Riese“ auch im Kreis will dies verhindern; wer den Zwerg abwirft wird neuer Zwerg, Zwerg wird Riese)



## BEWEGUNGSSPIELE:

- **Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser** (auf einer Seite steht der „Fischer“, auf der anderen Seite alle Fische, diese rufen: „Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser?“; Fischer antwortet z.B.: „Vierhundert Meter!“; dann rufen Fische: „Und wie kommen wir rüber?“; Fischer denkt sich Fortbewegungsart aus, z.B.: „Auf einem Bein hüpfen!“ oder „Kriechen!“; alle hüpfen oder kriechen auf andere Seite und Fischer versucht, so viele Fische wie möglich zu berühren; alle Gefangenen sind in der nächsten Runde auch Fischer; in jeder Runde dürfen sich die Fischer eine neue Fortbewegungsart ausdenken; letzter Fisch wird neuer Fischer)
- **Verstecken** (eine Person sucht alle anderen, die sich versteckt haben; hier gibt es viele Variationsmöglichkeiten)
- **diverse Fangspiele** (nur nicht Kettenfangen) (eine Person versucht die anderen zu fangen, die laufen weg)
- **Häuschen eintreten** (ein großes A aus Stöcken auf den Boden legen; eine Person sucht die anderen, die sich versteckt haben; entdeckt sie eine versteckte Person, muss sie zum A rennen, einen Fuß rein stellen und rufen, wen sie wo sieht; andere Versteckte können bereits Gefundene wieder befreien, wenn sie es schaffen, unentdeckt aus dem eigenen Versteck zu kommen und das A zu zertreten)
- **Piep** (alle verstecken sich, eine Person zählt runter, so viele Mitspielende wie es gibt + Piep „15, Piep, 14, Piep, 13, Piep...“; während des Zählens kommen alle aus dem Versteck, tippen Sucher\*in an und verstecken sich neu; Sucher\*in darf 3 Schritte gehen, wer gefunden wird ist raus; dann wieder zählen, diesmal ab 14. usw.)
- **Kranich und Pinguin** (eine Person bewegt sich wie ein Kranich mit weiten, großen, langsamen Bewegungen, alle anderen mit Tippierschritten wie Pinguine; Kranich fängt Pinguine, wer gefangen ist wird ebenfalls zum Kranich; der letzte Pinguin gewinnt und fängt dann nach und nach alle Kraniche)

# KONTAKTARME SPIELE



## KOOPERATIVES:

- **Blind zählen** (mit geschlossenen Augen muss die Gruppe zählen, jede Zahl nur einmal, jede Person nur einmal)
- **4 auf einmal** (alle sitzen im Kreis, ohne Absprache müssen genau vier Personen gleichzeitig aufstehen)
- ▼ **Satellitenball** (mehrere Tennisbälle werden in der genau gleichen Reihenfolge geworfen, fällt ein Ball runter, von vorne)

## KLASSIKER:

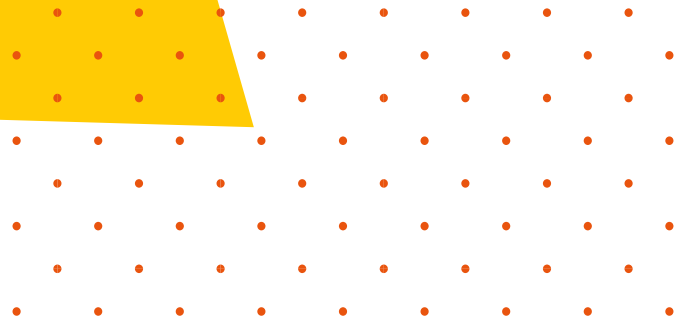
- **Pantomime** (eine Person stellt etwas ohne sprechen dar, die anderen erraten es; je nach Alter kann der Schwierigkeitsgrad variieren, z.B. von Katze bis Bundeslagervorbereitungstreffen)
- **Montagsmaler** (eine Person malt etwas, die anderen erraten es)
- **Stadt, Land, Pandemie** (so schnell wie möglich zu den Kategorien ein Beispiel mit bestimmtem Anfangsbuchstaben aufschreiben; Kategorien für Pandemie könnten sein: „Was tun während der Quarantäne“, „Geschlossene kulturelle Einrichtungen“ oder „Dinge, die man vor Corona noch machen konnte, die jetzt aber verboten sind“)
- **Wer bin ich?** (jede Person bekommt einen Zettel auf die Stirn, die anderen haben sich z.B. eine berühmte Person überlegt; alle müssen nun durch Ja-Nein-Fragen herausfinden wer auf dem eigenen Zettel steht)
- **Lexikonspiel** (funktioniert die das Gesellschaftsspiel „Nobody is perfect“)



## SONSTIGE SPIELE:

- **Reise nach Timbuktu** (eine Person denkt sich einen bestimmten Code aus, die anderen müssen diesen rausfinden; „Ich reise nach Timbuktu und nehme ... mit“ – z.B. geht es nach dem Alphabet, nimmt die erste Person einen Gegenstand mit dem Anfangsbuchstaben A mit, kommt die nächste Person erst rein, wenn sie einen Gegenstand mit B mitnimmt; Code könnte auch sein, dass der Anfangsbuchstabe des eigenen Namens den gleichen Anfangsbuchstaben wie der Gegenstand zum Mitnehmen haben muss)
- **Duell der Augen** (alle stehen im Kreis, auf ein Signal heben alle den Blick und schauen eine Person aus dem Kreis direkt an; treffen sich zwei Blicke, scheiden diese beiden aus)
- **Swoosh, Boing, Peng** (alle stehen im Kreis, der Impuls „Swoosh“ wird mit gleitender Armbewegung rumgegeben, mit „Boing“ und einer Abwehrbewegung kann „Swoosh“ aber gestoppt werden und geht dann in der anderen Richtung im Kreis rum; statt mit „Swoosh“ an die benachbarte Person, kann auch mit „Peng“ und drauf zeigen an eine beliebige Person gegeben werden; wer Fehler macht oder zu langsam ist, scheidet aus)
- **Hua!** (alle stehen im Kreis, der laute, zackige Impuls „Hua!“ wird immer quer durch den Kreis gegeben; wer „Hua“ annimmt muss reagieren; auch die Nachbar\*innen müssen eine Bewegung machen; macht wer einen Fehler, klopfen sich alle Mitspielenden 3x auf die Oberschenkel, zeigen auf die Person und rufen „Hua!“; diese Person scheidet aus)
- **Fan-Schnick-Schnack-Schnuck** (Stein-Schere-Papier spielen; wer verliert, wird „Fan“, läuft hinterher und feuert an)
- **Evolution** (jedes gewonnene Stein-Schere-Papier-Duell lässt dich in der Evolution aufsteigen, jedes verlorene absteigen; z.B. Amöbe, Fisch, Huhn, Affe, Mensch)
- **Stille Dirigentin** (eine Person macht Bewegungen vor, alle machen nach; eine weitere Person muss rausfinden, wer die Bewegungen vorgibt)
- **Was guckst du?** (alle laufen, eine Person versteinert durch Anblinzeln; wer angeblinzelt wird, läuft noch 10 Schritte und fällt dann um; Gruppe muss Anblinzler\*in finden; Spiel ist auch im Sitzkreis möglich)
- **kotzendes Känguru** (eine Person in der Kreismitte gibt vorher besprochene Anweisungen wie „kotzendes Känguru“, „Toaster“, „Mixer“; die Person auf die gezeigt wurde und deren Nachbar\*innen müssen reagieren; wer zu spät ist tauscht mit der Person in der Mitte und gibt neue Anweisung)
- **Ich habe noch nie** (wer etwas schon gemacht hat, klappt einen Finger weg, wer zuerst alle Finger einer Hand weggeklappt hat, scheidet aus)





ENDLICH WIEDER  
AUF FAHRTEN GEHEN

ENDLICH  
WIEDER  
RXUS

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

