

# Bewegungsspiele

Weiterführende Schule

## TICKEN

**Spieldauer:** ca. 5-10 Minuten pro Runde

**Gruppengröße:** ab 3 Personen

**Material:** Kein Material benötigt

**Ort:** Sporthalle, Bewegungsraum, Schulhof

### **Der Spielablauf:**

- Es werden Ticker ausgewählt, je nach Anzahl der Spieler\*innen.
- Die Ticker versuchen andere Spieler zu ticken, die dann auch wiederum zu Tickern werden
- Das Ziel des Spiels ist es, dass alle getickt werden.

### **Variante 1: Eisticken**

- Wer getickt wurde wird nicht zum Ticker, sondern muss auf der Stelle stehen bleiben, also „einfrieren“.
- Der Ticker bleibt daher der gleiche.
- „Eingefrorene“ können durch Berührung von einem freien Kind befreit werden.

### **Variante 2: Kettenticken (ab 6 Jahre)**

- Die Ticker halten sich an den Händen, bilden eine Kette und versuchen so andere Kinder zu Ticken.
- Wer getickt ist muss mit in die Kette. Sobald die Kette 4 Leute hat, wird sie geteilt und es entstehen 2 Ketten (man kann auch erst bei 6 trennen).
- Das Prinzip wiederholt sich bis alle getickt sind.

### **Variante 3: Brückenticken (ab 6 Jahre)**

- Wenn ein Kind getickt wurde, muss es eine Brücke machen (egal wie).
- Um eine geticktes Kind zu befreien, muss ein anderes Kind unter der Brücke durchkrabbeln.

## CHINESISCHE MAUER

**Spieldauer:** ca. 5-10 Minuten

**Gruppengröße:** ab 5 Personen

**Material:** Kein Material benötigt

**Ort:** Sporthalle, Bewegungsraum

### **Der Spielablauf:**

- Eine oder mehrere Personen (nach Anzahl der Spieler\*innen) bilden die „Mauer“
- Die „Mauer“ steht auf der Mittellinie der Halle, die anderen Kinder stehen auf einer Hallenseite an der Wand.
- Wenn die „Mauer“ „1...2...3... Chinesische Mauer“ ruft, versuchen die Kinder auf die andere Seite der Halle zu kommen, ohne getickt zu werden.
- Die „Mauer“ in der Mitte versucht die Kinder zu ticken, darf sich hierbei aber nur auf der Mittellinie nach recht und links bewegen.
- Kinder, die getickt wurden, stellen sich mit auf die Linie und werden auch zu Tickern. Der letzte nicht getickte Spieler gewinnt.
- Das Ziel des Spiels ist es, dass die Mauer alle Kinder tickt. Die Kinder versuchen so lange wie möglich nicht getickt zu werden.

## ÄPFEL STEHLEN

**Spieldauer:** 5 Minuten pro Runde

**Gruppengröße:** ab 10 Personen

**Material:** Hütchen, Reifen, Keulen, Tennisbälle o.ä.

**Ort:** Sporthalle, Bewegungsraum

### **Der Spielablauf:**

- Es werden zwei Mannschaften gebildet.
- Das Spielfeld wird in zwei Gärten geteilt und mit Hütchen gekennzeichnet.
- Mehrere Reifen werden als Körbe in beiden Gärten ausgelegt, in denen wiederum viele Kleingeräte wie Tennisbälle o.ä. als Äpfel plaziert werden.
- Ziel ist es möglichst viele Äpfel in die eigenen Körbe zu bringen.
- Wer im gegnerischen Garten getickt wird, muss den gestohlenen Apfel zurücklegen, in den eigenen Garten zurückgehen und darf von hier aus wieder einen Versuch starten einen Apfel zu klauen.
- Es darf immer nur ein Apfel mitgenommen werden.
- Das Spiel kann über eine gewisse Zeit gespielt werden, so dass am Ende entscheidet welche Gruppe nach Ablauf der Zeit die meisten Äpfel im eigenen Garten hat oder welche Gruppe zuerst eine bestimmte Anzahl an Äpfeln erobert hat, dies ist allerdings schwer im Blick zu behalten.

### **Variationen:**

- Es kann ohne Abschlagen gespielt werden.
- Es dürfen zwei, drei Äpfel mitgenommen werden.
- Es muss paarweise gelaufen werden.
- Auf dem Rückweg müssen die Bälle geprellt werden.
- Der Ball muss mit dem Fuß zurück gebracht werden.
- Spielfeld- und Gartengröße können variiert werden.

# JÄGERBALL

**Spieldauer:** ca. 5 Minuten pro Runde

**Gruppengröße:** ab 10 Personen

**Material:** 1 Softball, ggf. weitere Softbälle, Parteibänder

**Ort:** Sporthalle

## **Der Spielablauf:**

- Zwei bis vier Spieler werden zu Beginn des Spieles als Jäger ausgewählt und erhalten jeweils ein Parteiband.
- Durch geschicktes Zupassen des Balles versuchen sie, die weglaufenden Spieler abzuwerfen.
- Alle Spieler, die getroffen werden, erhalten ebenfalls ein Band und gehören zu den Jägern.
- Fängt ein Spieler den Ball, so darf er den Ball auf den Boden legen und gilt als nicht getroffen.
- Die letzten 1, 2 oder 3 Spieler\*innen gewinnen das Spiel

## **Variationen:**

- Anzahl der Jäger kann variiert werden
- Anzahl der Bälle kann variiert werden
- Eine Treff-Fläche kann vorgegeben werden (z.B. nur Beine, ...)
- Es kann als Gruppenwettkampf gespielt werden, so dass jede Jägergruppe über eine gewisse Zeit spielt und versucht in dieser Zeit möglichst viele abzuwerfen. Die Gruppe mit den meisten Abgeworfenen gewinnt.

## KRANKENHAUS

**Spieldauer:** ca. 5-10 Minuten

**Gruppengröße:** ab 12 Personen

**Material:** 1 Matte (Weichboden)

**Ort:** Bewegungsraum, Sporthalle

### **Der Spielablauf:**

- Die Matte wird im Spielfeld beliebig platziert, dies ist das Krankenhaus.
- Je nach Anzahl der Kinder werden ein bis drei Ticker ausgewählt.
- Wird ein Kind getickt, legt dieses sich hin.
- Vier noch nicht gefangene Kinder, die „Sanitäter\*innen“ laufen zum „verletzten“ Kind und tragen es ins Krankenhaus (auf die Matte).
- Sobald das verletzte Kind im Krankenhaus war, darf es wieder mitspielen.
- Die Sanitäter\*innen dürfen während der Rettung nicht getickt werden.
- Es darf keine Katzenwache am Krankenhaus gemacht werden.

### **Variationen:**

- Nur bestimmte Kinder sind Sanitäter\*innen und haben jeweils ein Rollbrett als Krankenwagen. Mit diesem können „verletzte“ Kinder ins Krankenhaus gebracht werden.
- Die „Verletzten“ müssen im Krankenhaus bis 10 zählen bevor sie wieder mitspielen können.
- Es kann mit zwei Matten (Krankenhäusern) gespielt werden, dadurch werden die Wege kürzer

## **FBI**

**Spieldauer:** ca. 5-10 Minuten

**Gruppengröße:** ab 10 Personen

**Material:** 1 Matte (Weichboden)

**Ort:** Bewegungsraum, Sporthalle

### **Der Spielablauf:**

- Die Matte wird im Spielfeld beliebig platziert, dies ist das Gefängnis.
- Es gibt drei bis fünf Agenten vom FBI, je nach Anzahl der Spieler\*innen.
- Alle anderen Kinder sind die „Gangster“.
- Diese verteilen sich in der Halle, doch wenn die Sirene vom FBI ertönt (durch die Spielleitung), beginnt die Gangsterjagd.
- Wer getickt wurde, muss in Handschellen (die Hände über dem Kopf kreuzen) in das Gefängnis gehen.
- Die noch freien „Gangster“ können die „Gefangenen“ befreien, indem die „Gefangenen“ ihre Hände durch die „Gefängnisgitter“ strecken und die freien „Gangster“ diese abschlagen.

## WAHR ODER FALSCH

**Spieldauer:** flexibel, ca. 2-3 Minuten pro Behauptung

**Gruppengröße:** ab 8 Personen

**Material:** kein Material benötigt

**Ort:** Bewegungsraum, Sporthalle, Sportplatz

### **Der Spielablauf:**

- Das Spielfeld wird mit einer Mittellinie und jeweils einer dahinterliegenden Grundlinien auf beiden Seiten gekennzeichnet.
- Dann werden zwei Mannschaften gebildet, eine bekommt die Zuordnung „Wahr“, die andere „Falsch“.
- Die Mannschaften stellen sich im Abstand von ca. zwei Metern entlang der Mittellinie auf, sodass jedes Kind einem anderen gegenübersteht.
- Die Spielleitung stellt Behauptungen auf, z.B. „Rom ist die Hauptstadt von Italien“. Die Spieler\*innen überlegen kurz, ob sie stimmt oder nicht, und reagieren dann entsprechend:
  - > Ist die Behauptung wahr wird das Team „Wahr“ zu Tickern und sie versuchen die anderen zu ticken, während Team „Falsch“ versucht die Grundlinie zu erreichen ohne getickt zu werden.
  - > Ist die Behauptung falsch wird das Team „Falsch“ zu Tickern und sie versuchen die anderen zu ticken, während Team „Wahr“ versucht die Grundlinie zu erreichen ohne getickt zu werden.
- Alle Kinder die getickt wurden wechseln zum anderen Team.
- Das Spiel endet nach einer gewissen Zeit oder wenn ein Team keine Spieler\*innen mehr hat

### **Variation „Tag und Nacht“:**

- Die Kinder legen sich an der Mittellinie gegenüber auf den Bauch.
- Für jüngere Kinder: die Teams „Tag“ und „Nacht“ nennen, ruft die Spielleitung „Tag“, tickt Team „Tag“ und anders herum.



# VÖLKERBALL

**Spieldauer:** ca. 15-20 Minuten, ggf. auch länger

**Gruppengröße:** ab 10 Personen

**Material:** 1-2 Softbälle, ggf. 2 Kästen, 6 Hütchen, 2 Weichböden

**Ort:** Sporthalle

## **Der Spielablauf:**

- Das Spielfeld ist ein Volleyballfeld, es gibt eine Mittellinie und die Grund- und Seitenlinien als äußere Begrenzung.
- Es werden zwei Mannschaften gebildet, jede wählt eine „Stroh puppe“, die sich hinter die Grundlinie des gegnerischen Feldes stellt.
- Die Teams versuchen sich nun gegenseitig abzuwerfen, die Stroh puppe unterstützt ihr Team.
- Wer abgeworfen wurde muss sich auf der gegnerischen Seite außerhalb des Spielfeldes positionieren und kann wieder ins Feld, wenn er\*sie es geschafft hat einen Gegner\*in im Spielfeld abzuwerfen.
- Sind keine Kinder mehr im Spielfeld kommt die Stroh puppe rein, sie hat drei Leben und bleibt bis wieder ein Spieler\*in zurück ins Spielfeld kommt.
- Wurde eine der Stroh puppen dreimal abgeworfen endet das Spiel und das andere Team gewinnt.

## **Variation Matten-Völkerball:**

- Jede Mannschaft hat einen Weichboden, der auf der langen Kante aufgestellt wird. Die Matte muss vom Team festgehalten werden. Kippt sie um, verliert das Team. Alle anderen Regeln bleiben erhalten.

## **Variation Kasten-Völkerball:**

- In beiden Feldern steht ein großer Kasten mit drei Hütchen o.ä. darauf. Es gewinnt das Team, dass es schafft die Hütchen vom Kasten zu werfen. Alle anderen Regeln bleiben erhalten.

## VÖLKERBALL MIT KÖNIG UND NARR

**Spieldauer:** ca. 10-20 Minuten, ggf. auch länger

**Gruppengröße:** ab 10 Personen

**Material:** 1-2 Softbälle, ggf. Weichboden, Kästen, Hütchen

**Ort:** Sporthalle

### **Der Spielablauf:**

- Dies ist eine spannende Variante des Völkerballspiels, die Grundregeln bleiben erhalten, wie sie bei „Völkerball“ beschrieben wurden.
- Zusätzlich erhalten zwei Kinder besondere Rollen: Einer ist der König, ein anderer der Narr.
- Die restlichen Teammitglieder sind Hofbedienstete.
- Die Namen der beiden Spieler, die diese Sonderrollen übernehmen, werden dem Spielleiter zugeflüstert, bevor das Spiel beginnt.
- Wird der König getroffen, hat sein Team sofort verloren.
- Den Hofnarren kann man zwar abswerfen, aber er verlässt das Spielfeld nicht, da er „immun“ ist gegen die Angriffe der Gegner
- Der Hofnarr kann so ein Schutzschild für den König sein.
- Allerdings ist nicht immer klar, ob der Narr tatsächlich den König schützt oder einfach das andere Team narrt und in die Irre leitet.
- Beide Teams können sich eine Taktik überlegen.

## VÖLKERBALL VERKEHRT HERUM

**Spieldauer:** ca. 10-20 Minuten

**Gruppengröße:** ab 10 Personen

**Material:** 1-2 Softbälle

**Ort:** Sporthalle

### **Der Spielablauf:**

- Bei dieser Völkerballvariante gelten im Prinzip ebenfalls die unter „Völkerball“ beschriebenen Grundregeln, es gewinnt jedoch das Team, welches am Ende alle Spieler\*innen im Feld hat.
- Anders als beim normalen Völkerball beginnt das Spiel mit einem Kind pro Gruppe, das sich in der Mitte des Feldes befindet.
- Die anderen Spieler\*innen positionieren sich rund um die Außenlinien auf der gegenüberliegenden Seite.
- Nur die Kinder am Feldrand können die gegnerischen Spieler\*innen in der Mitte abwerfen, gelingt ihnen das, wechseln sie von außen in ihr Spielfeld.
- Abgeworfene Kinder bleiben im Spielfeld. Sie können mehrfach getroffen werden.
- Für die Spieler im Feld ist es also wichtig, den Ball zu fangen und in ihren Besitz zu bringen, denn dann ist es möglich, den Mannschaftsmitgliedern im Außenbereich den Ball schnell und taktisch klug zuzuwerfen.
- Laufen mit dem Ball ist nicht erlaubt, außer man ist allein auf dem Spielfeld, was aber nur am Anfang der Fall ist.
- Es gewinnt das Team, das zuerst alle Spieler ins Spielfeld gebracht hat bzw. von dem nach einer gewissen Zeit die wenigsten im Außenbereich sind.

## ZAUBERER UND FEE

**Spieldauer:** ca. 5-10 Minuten, je nach Gruppengröße

**Gruppengröße:** ab 10 Personen

**Material:** ca. 4 Parteibänder

**Ort:** Sporthalle, Bewegungsraum

### **Der Spielablauf:**

- Vier Spieler (die „Zauberer“) bekommen jeweils ein Mannschaftsband und verlassen für kurze Zeit den Raum.
- Während die „Zauberer“ vor der Tür warten, bestimmt die Spielleitung ein Kind, das die „Fee“ ist.
- Die Zauberer werden in die Halle gerufen und beginnen sofort damit, die anderen Kinder zu ticken.
- Jedes Kind, das vom Zauberer getickt wird, bleibt versteinert stehen und legt die Hände auf den Kopf.
- Wenn nun die „Fee“ die versteinerten Kinder mit dem Finger berührt, sind sie wieder befreit und können erneut mitspielen.
- Sobald die Zauberer herausgefunden haben wer die „Fee“ ist und sie getickt wird, ist das Spiel zu Ende.
- Die versteinerten Kinder dürfen die „Fee“ daher nicht mit Namen rufen, sondern nur: „Fee befreie mich!“
- Das Ziel für die Zauberer ist es, die „Fee“ möglichst schnell zu erkennen und zu ticken, für die anderen Kinder, dass die „Fee“ möglichst lange unentdeckt bleibt.

## BÄUMCHEN WECHSEL DICH

**Spieldauer:** flexibel, ca. 2-3 Minuten pro Durchgang

**Gruppengröße:** ab 5 Personen

**Material:** 1 Reifen weniger als Personen

**Ort:** Sporthalle, Bewegungsraum

### **Der Spielablauf:**

- Jedes Kind (bis auf Eins) steht in einem Reifen.
- Das Kind ohne Reifen geht zur Spielleitung und ruft: „Bäumchen, Bäumchen wechsel dich!“
- Nun müssen alle anderen Kinder schnell ihren Reifen verlassen und sich einen Neuen suchen.
- Das Kind, das gerufen hat sucht sich ebenfalls einen Reifen.
- Ein Kind bleibt wieder ohne Reifen, dieses darf nun rufen (das könnte auch dasselbe Kind wie vorher sein).

### **Variante:**

- Es wechseln nicht alle Kinder den Reifen, sondern nur diejenigen, die die Bedingungen erfüllen. Es wird gerufen: „Bäumchen, Bäumchen wechsel dich. Alle Kinder...
  - > mit einem ... (z.B. blauen) T-Shirt wechseln.“
  - > die ... (z.B. 8) Jahre alt sind.“
  - > die gerne ... (z.B. Pizza) essen.“

## MERKBALL

**Spieldauer:** flexibel, kann jederzeit beendet werden

**Gruppengröße:** ab 3 Personen

**Material:** 1-4 Softbälle (nach Gruppengröße)

**Ort:** Sporthalle, Bewegungsraum, Schulhof, Sportplatz

### **Der Spielablauf:**

- Alle Kinder befinden sich im Spielfeld, die Bälle werden rein geworfen.
- Die Spieler\*innen können sich nun gegenseitig abwerfen.
- Wer abgeworfen ist, verlässt das Spielfeld, stellt oder setzt sich an den Rand und merkt sich, von wem er getroffen wurde.
- Erst wenn diese Person wiederum getroffen wird, dürfen alle von ihm Abgeworfenen wieder ins Spielfeld.
- Bleibt ein\*e Spieler\*in allein übrig, da er\*sie alle anderen abgeworfen hat, gewinnt er\*sie das Spiel, es kann eine neue Runde starten.
- Je nach Spielfeldgröße dürfen mit dem Ball in der Hand nur 1-5 Schritte gemacht werden bevor geworfen werden muss.
- Treffer am Kopf zählen nicht, es sei denn der Ball wurde absichtlich mit dem Kopf abgewehrt
- Fängt ein/e Spieler\*in den Ball zählt dies als nicht getroffen.

### **Varianten:**

- Abgeworfene müssen Übungen machen z.B. 20 Hampelmänner
- Wird der Ball gefangen muss der\*die Werfende stattdessen an den Rand
- Abgeworfene setzen sich dorthin wo sie gerade standen, zusätzlich zur normalen Regelung können sie sich selbst wieder ins Spiel bringen, wenn sie an einen Ball kommen und jemanden im Spiel abwerfen.
- Es kann in Teams gespielt werden: es dürfen nur Spieler\*innen des gegnerischen Teams abgeworfen werden

## **BRENNBALL**

**Spieldauer:** ca. 20-25 Minuten, zzgl. Auf- und Abbau

**Gruppengröße:** ab 10 Personen

**Material:** 1 Wurfball, 1 kleinen Kasten o.ä., Matten, Pylone

**Ort:** Sporthalle

### **Der Spielablauf:**

- Es wird ein Start-Ziel-Punkt festgelegt, an den anderen Ecken des Feldes wird jeweils eine Matte platziert, auch am Ziel.
- Der Kasten kommt mit dem Deckel nach unten in die Mitte des Feldes.
- Es werden zwei Mannschaften gebildet, eine beginnt als Fänger- und die anderen als Werfer-Team, anschließend wird gewechselt.
- Das Fänger-Team verteilt sich im Innenfeld, das Werfer-Team bildet eine Schlange an der Startposition.
- Die\*der Erste wirft den Ball möglichst weit in das Feld und versucht das Spielfeld am Rand einmal zu umlaufen.
- Das Fänger-Team muss den Ball schnellstmöglich in die Kiste legen
- Ist der Ball in der Kiste sind alle „verbrannt“, die nicht auf einer der Matten sind oder die Runde beendet haben und müssen an den Start zurück.
- Mit dem Wurf der nächsten Person können alle im Umlauf ihren Lauf fortsetzen bis das Ziel erreicht wurde, dann gibt es 1 Punkt pro Person.
- 4 Punkte gibt es für eine Umrundung ohne Unterbrechung (Home Run).
- Hat das Team keinen Werfer mehr endet die Runde vorzeitig.
- Am Ende gewinnt das Team, dass mehr Punkte erzielen konnte.

### **Varianten:**

- Bei sehr großen Mannschaften können zwei oder drei Spieler\*innen gleichzeitig loslaufen; geworfen wird aber nur von einem.
- Es können anstatt einfacher Matten auch Geräteaufbauten (z.B. Sprungbrett, großer Kasten und Weichboden) an den Ecken aufgestellt werden.

## SCHWEINCHEN IN DER MITTE

**Spieldauer:** flexibel

**Gruppengröße:** ab 5 Personen

**Material:** 2-5 Bälle (Fuß-, Hand-, Basket- oder Softbälle)

**Ort:** Sporthalle, Bewegungsraum, Schulhof, Sportplatz

### **Der Spielablauf:**

- Es werden Gruppen zu je fünf oder sechs Spieler\*innen gebildet.
- Jede Gruppe teilt sich in Angreifer und Verteidiger auf, wobei die Angreifer z.B. 3:2 oder auch 4:2 in der Überzahl spielen.
- Die drei oder vier Angreifer stellen sich in einem Drei-/Viereck auf, bleiben in ihrem Areal und spielen sich den Ball zu.
- Zwei Verteidiger, die „Schweinchen in der Mitte“, versuchen den Ball zu berühren oder abzufangen.
- Gelingt dies wechseln der dafür verantwortliche Angreifer mit dem Verteidiger.

### **Varianten:**

- Die Spieler\*innen werfen sich den Ball zu
- Die Spieler\*innen passen sich den Ball mit dem Fuß zu
- Jede Gruppe spielt mit 2 Bällen
- Es kann in größeren Gruppen gespielt werden, so wird es schwieriger für die Verteidiger.



## STOPP-BALL / HOCH-BALL

**Spieldauer:** ca. 2 Minuten pro Durchgang

**Gruppengröße:** ab 3 Personen

**Material:** 1 Softball

**Ort:** Sporthalle, Bewegungsraum, Schulhof, Sportplatz

### **Der Spielablauf:**

- Die Spieler\*innen stehen in einem Kreis der\*die Werfer\*in steht in der Mitte.
- Der\*die Werfer\*in wirft den Ball nach oben und versucht ihn schnellstmöglich wieder aufzufangen.
- Hat er\*sie den Ball gefangen ruft er\*sie laut „Stopp“.
- Die anderen Spieler\*innen laufen weg, sobald der Ball geworfen wurde und müssen stehen bleiben, wenn „Stopp“ gerufen wird.
- Der\*die Werfer\*in darf noch drei Schritte machen und muss versuchen eine andere Person mit dem Ball abzuwerfen.
- Die Zielperson darf sich nicht wegducken.
- Wurde die Person getroffen, ist sie nun an der Reihe, falls nicht ist die gleiche Person nochmal dran.

## ZONENBALL

**Spieldauer:** ca. 5-6 Minuten pro Spiel, Gesamt ca. 20 Minuten

**Gruppengröße:** ab 8 Personen

**Material:** 1 Ball (Fuß-, Hand- oder Basketball), Tore

**Ort:** Sporthalle

### **Der Spielablauf:**

- Es werden zwei Teams gebildet.
- Das Spielfeld wird in drei Zonen aufgeteilt (kann mit Hütchen markiert werden), die beiden äußeren bekommen jeweils ein Tor (siehe Variationen).
- Jedes Team hat jeweils eine Angriffs-, Mittel- und Verteidigungszone.
- In der Angriffszone ist das Team in Überzahl, in der Mittelzone in Gleichzahl und in der Verteidigungszone in Unterzahl.
- Bsp. für 8 Personen: 3 Angreifer, 3 im Mittelfeld und 2 Verteidiger.
- Die Spieler dürfen ihre zugewiesenen Zonen nicht verlassen, sie spielen den Ball zu und versuchen ein Tor zu erzielen, das gibt 1 Punkt.
- Gelingt es nicht den Ball von der Verteidigungs- in die Mittelzone zu spielen, gilt die Sonderregel, dass der Unterzahl soll der Ball ungehindert in die nächste Zone gespielt werden dürfen.
- Werden mehrere Runden gespielt, können Positionen gewechselt werden.

### **Variante Fußball:**

- Der Fußball wird mit dem Fuß gepasst, das Tor ist ein kleines Fußballtor.

### **Variante Basketball:**

- Der Basketball wird gedribbelt und gepasst, das „Tor“ ist ein großer Kasten mit Medizinball, der runter fallen muss, es dürfen max. 2 Schritte ohne Dribbeln des Balls gemacht werden.

### **Variante Handball:**

- Der Handball wird gepasst, das „Tor“ ist ein großer Kasten, gegen den der Ball geworfen werden muss.