



## Bewegungsspiele mit Luftballons

### 1. Anziehen mit fliegendem Luftballon

**zusätzliches Material:** zwei alte (ausgeleierte) Schlafanzughosen, zwei alte weite Pullis

**Spieler:** ab 2

**So geht's:** Zwei Spieler bekommen je einen Luftballon. Auf „Los“ wirft jeder Spieler seinen Luftballon in die Luft und versucht sich so schnell wie möglich anzuziehen ohne dass der Luftballon auf den Boden fällt. Der Luftballon darf dabei nicht festgehalten, sondern nur angetippt werden.

**Variante:** Die Kleider könnt ihr natürlich beliebig variieren: Auch Mützen, Piratenkostüme, Prinzessinnenkleider etc können zum Einsatz kommen.



### 2. Fuß-(Luft-)Ball(on)

**Spieler:** ab 2

**So geht's:** Sucht euch zwei „Tore“ (Torpfosten können zum Beispiel zwei Schuhe oder ein Türrahmen sein). Jeder Spieler (oder jede Mannschaft) versucht den Luftballon ins gegnerische Tor zu schießen. Der Einsatz von Händen kann bei kleineren Kindern natürlich auch erlaubt sein. Noch lustiger wird es, wenn mit zwei Luftballons gleichzeitig gespielt wird.

**Variante:** Spaß macht auch „Sitzfußball“ mit Luftballon: Die Spieler sitzen dabei auf Teppichresten (oder was sonst noch als Rutschunterlage geeignet ist) und Aufstehen ist hier natürlich „verboten“.



### 3. Luftballonpost

**Spieler:** ab 3

**So geht's:** Alle Spieler sitzen im Kreis auf dem Boden (oder auf Stühlen). Ein Ballon wird mit beiden Füßen gehalten und an den Nachbarn weitergegeben.

**Variante:** Schwieriger (und lustiger) wird es, wenn zwei Luftballons im Spiel sind und einer davon in die entgegengesetzte Richtung weitergegeben wird. Oder ihr nehmt mehrere Luftballons (je nach Anzahl der Spieler) und ein „Spilleiter“ ordnet immer wieder „Richtungswechsel“ an.



### 4. Basket- (Luft-)Ball(on)

**Spieler:** ab 2

**So geht's:** Bestimmt zwei „Basketballkörbe“, also zum Beispiel Waschschüsseln, Eimer oder Körbe. Jeder Spieler (oder jede Mannschaft versucht ihren Luftballon durch schlagen mit der Hand (oder mit Hilfe einer alten Zeitschrift) in einen Basketballkorb zu befördern. Wenn mehrere Spieler eine Mannschaft bilden müssen sie zusammen helfen, weil niemand den Luftballon zweimal hintereinander berühren darf.



## 5. Staffellauf

**Spieler:** ab 2

**So geht's:** Die Spieler werden in 2 Mannschaften aufgeteilt. Legt eine Startlinie und ein Ziel fest. Am Ziel liegen pro Spieler ein (noch nicht aufgeblasener) Luftballon. Auf „Los“ rennt jeweils der erste Spieler der beiden Mannschaften so schnell wie möglich zum Ziel, schnappt sich einen Luftballon, bläst ihn auf, macht einen Knoten rein, klemmt sich den Luftballon zwischen die Knie und rennt so möglichst schnell wieder zum Start zurück. Dort muss er den Luftballon zum Platzen bringen, indem er sich darauf setzt. Sobald der Luftballon geplatzt ist, darf der nächste Spieler losrennen.

**Variante 1:** Der aufgeblasene Luftballon wird auf einem Kochlöffel zurück balanciert



## 6. Flugballon ohne Hände

**Spieler:** ab 2

**So geht's:** Je zwei Spieler bilden ein Paar. Jedes Paar bekommt einen aufgeblasenen Luftballon. Auf ein Startkommando müssen die Paare ihren Luftballon in die Luft werfen ohne jedoch dabei die Hände zu verwenden. Alle anderen Körperteile (Knie, Füße, Kopf, Schultern und Ellenbogen) dagegen sind erlaubt. Der Luftballon muss möglichst lange in der Luft gehalten werden ohne auf den Boden zu fallen.



## 7. Luftballonschlacht

**Spieler:** ab 2

**So geht's:** Ähnlich wie bei der Kissenschlacht wird ein Spielfeld in zwei Spielhälften eingeteilt. Zwei Spieler (oder zwei Mannschaften) sitzen sich gegenüber. Jede Mannschaft bekommt einige Luftballons, die von den Spielern auf ein Startkommando in die Spielhälfte der anderen Mannschaft geworfen werden. Die Ballons dürfen geworfen, geschubst oder in der Luft aufgefangen und gleich wieder zurückgeworfen werden. Nur aufstehen ist dabei nicht erlaubt. Sobald auf einer Spielhälfte keine Luftballons mehr sind ist das Spiel aus.

