



Sockenspiele

Spieleranzahl: 1 oder mehr

Material:

- 2 Paar Socken
- Kiste/Eimer



Spielanleitung:

Nimm dir zwei Paar Socken und lege sie so zusammen, dass du zwei kleine Sockenpäckchen hast.

Übung 1: Nimm dir ein Paar Socken und wirf es in die Luft. Versuche die Socken wieder zu fangen. Wenn das gut klappt, kannst du versuchen die Socken immer höher zu werfen. Versuche es anschließend mit nur einer Hand.

Übung 2: Wirf ein Paar Socken in die Luft und drehe dich bevor du die Socken wieder fängst. Schaffst du eine ganze Drehung?

Übung 3: Wirf ein Paar Socken in die Luft und klatsche einmal in die Hände bevor du die Socken wieder fängst. Versuche anschließend drei Mal in die Hände zu klatschen. Für Profis: Klatsche so oft in die Hände wie alt du bist. Wenn du zum Beispiel 7 Jahre alt bist, klatsche sieben Mal in die Hände.

Übung 4: Wirf ein Paar Socken in die Luft und versuche sie hinter deinem Rücken wieder zu fangen.

Übung 5: Jetzt brauchst du 2 Paar Socken. Nimm jeweils ein Paar Socken in eine Hand. Wirf die Socken gleichzeitig nach oben und fange sie mit derselben Hand, mit der du sie hochgeworfen hast wieder auf.

Übung 6: Nimm wieder jeweils ein Paar Socken in jede Hand. Wirf die Socken gleichzeitig nach oben, überkreuze deine Arme und fange sie wieder auf.

Übung 7: Nimm dir eine Kiste oder einen Eimer und stelle ihn ca. 3 Meter von dir entfernt auf den Boden. Versuche nun deine Sockenpäckchen in die Kiste zu werfen. Du kannst die Entfernung deiner Kiste anpassen. Ist es dir zu schwer, gehe ein paar Schritte näher an die Kiste, ist es dir zu einfach kannst du die Kiste noch weiter weg stellen oder stelle dich mit dem Rücken zur Kiste und versuche die Socken über den Kopf in die Kiste zu werfen.