

GRATIS-MATERIAL · KLASSENFLOW

40 Spiele & Energizer für deinen Unterricht

Von der stillen Minute bis zur Brückenbau-Challenge: für jede Situation das passende Spiel – jedes auf einer Seite, sofort einsetzbar.

40 Spiele

5 Kopiervorlagen

21× ganz ohne Material

WIE DIESE SAMMLUNG AUFGEBAUT IST

- 1 Ohne Material**
Spiele 1–21 · null Vorbereitung
- 2 Mit wenig Material**
Spiele 22–30 · eine Münze genügt
- 3 Mit etwas Aufwand**
Spiele 31–40 · die großen Projekte
- 4 Der Spiele-Finder**
Situation rein, Spielnummer raus
- 5 Steckbrief auf jeder Seite**
Dauer · Ort · Gruppe · Material
- 6 Kopiervorlagen**
druckfertig und ohne Logo

**Ein Spiel ersetzt keine Klassenführung.
Es verstärkt sie.**

KlassenFLOW

Angebote für Lehrkräfte

Von einem Lehrer entwickelt, im echten Unterricht erprobt — Werkzeuge, Kurse und Material, die im Klassenzimmer ankommen.

UNSER HAUPTPRODUKT

Die KlassenFLOW-App

Nie wieder jede Woche bei null anfangen: Stundenplan einmal einrichten — deine Woche baut sich automatisch vor.

- ✓ A/B-Wochen, Doppelstunden & Ferien schon eingebaut
- ✓ Auf Handy, iPad & Laptop — überall dein aktueller Plan
- ✓ DSGVO-konform · Server in Deutschland

app.klassenflow.com

14 Tage kostenlos
testen
dann 19 € einmalig ·
kein Abo



Klassenführung & Ruhe

- Endlich Ruhe — Souveräne Klassenführung** Videokurs · 17 Lektionen · inkl. Arbeitsbuch, Spickzettel & Materialpaket **99 €** Founder-Preis
- Ruhiger Schulstart — das Komplettpaket** Die erste Woche Tag für Tag geplant · inkl. Elternstart · druckfertig **19 €**
- Haltung statt Regeln — das Buch** Ruhe beginnt nicht mit Regeln, sondern mit Haltung · PDF **9 €**

KI für Lehrkräfte

- Wenn Schüler KI nutzen** Videokurs + Praxispaket: Muster-KI-Regelung, Drei-Zonen-Material, Gesprächsleitfaden **29 €**
- Claude für Lehrkräfte — Die Materialwerkstatt** Kompletter Videokurs · Handbuch & 46 Vorlagen in der Video... **Kostenlos auf YouTube**
- ChatGPT für Lehrkräfte** Kompletter Videokurs · FLOW-Methode & KLAR-Prüfung · Handbuch inklusive **Kostenlos auf YouTube**

Kostenloses Material zum Download



**Blueprint 30 — Strategien
gegen
Unterrichtsstörungen**
GRATIS-PDF



**Der KI-Guide für
Lehrkräfte**
GRATIS-PDF



**40 Spiele & Energizer für
den Unterricht**
GRATIS-PDF

Alle Angebote, Details & Gratis- Downloads auf einer Seite:

Kurse, Material und die App — klar sortiert, ohne Abo,
mit Zertifikat.

www.klassenflow.com/angebote



BEVOR DU BLÄTTERST

Vierzig Spiele. Ein Griff.

Diese Sammlung ist nach dem sortiert, was im Schulalltag wirklich zählt: Wie viel Vorbereitung kostet mich das Spiel? Jedes Spiel steht auf genau einer Seite – mit Dauer, Ort, Gruppengröße und Material auf einen Blick.

Teil 1 • Ohne Material

Dein Notfall-Kit: null Vorbereitung, keine Kopien, kein Equipment. Diese Spiele basieren zu hundert Prozent auf Interaktion, Präsenz und Fokus. Dein wichtigstes Werkzeug bist du selbst.

Spiele 1–21

Teil 2 • Mit wenig Material

Der beste Return on Investment. Es geht nicht um das Equipment, sondern um die Methode – eine Münze, ein Stab, ein Stift genügen. Smart statt aufwendig.

Spiele 22–30

Teil 3 • Mit etwas Aufwand

Hier verlassen wir die Quick-Wins. Diese Methoden brauchen Vorbereitung – dafür sind der didaktische Ertrag und die Tiefe der Erfahrung umso größer. Das sind die Stunden, die im Gedächtnis bleiben.

Spiele 31–40

So findest du in zehn Sekunden das richtige Spiel

1 Situation klären

Zu laut, zu müde, neue Klasse? Der Spiele-Finder auf Seite 5 führt dich direkt zur passenden Nummer.

2 Rahmen prüfen

Die Leiste oben auf jeder Spielseite sagt dir sofort: Dauer, Ort, Gruppengröße, Material.

3 Ansage machen

Sag vorher an, was passiert, wie laut es sein darf und wie lange es dauert. Dann erst: „Los.“

Fünf Regeln, die jedes Spiel tragen

- **Rahmen vor Spiel.** Ein Spiel ohne klare Ansage wird Chaos – mit Ansage wird es Training.
- **Dein Zeichen beendet das Spiel,** nicht die Glocke und nicht der Lärmpegel.
- **Niemand wird vorgeführt.** Freiwilligkeit gilt immer, auch beim Vorlesen.
- **Erst still, dann zu zweit, dann die Klasse** – so kommen auch die leisen Stimmen vor.
- **Lieber früh abbrechen** als schlecht zu Ende spielen. Ein ruhiger zweiter Versuch ist keine verlorene Zeit.

Das Wichtigste zuerst: Ein Spiel ersetzt keine Klassenführung – es verstärkt sie. Wenn die Struktur steht, wird ein Energizer zum Highlight. Wenn sie nicht steht, wird er zum Problem. Wie du diese Struktur aufbaust, steht im „Blueprint – 30 Strategien gegen Unterrichtsstörungen“ auf klassenflow.com/angebote.

NAVIGATION

Inhaltsverzeichnis

Vierzig Spiele, drei Teile, fünf Kopiervorlagen. Am Bildschirm bringt dich ein Klick direkt zur Seite.

● ZUM EINSTIEG

So nutzt du diese Sammlung	3
Inhaltsverzeichnis	4
Der Spiele-Finder	5

● TEIL 1 · OHNE MATERIAL

1. Kommandowirrwarr	6
2. Stuhl-Challenge	7
3. Die ruhige Minute	8
4. Steckbrief-Raten	9
5. Drei Fragen – Drei Antworten	10
6. Stille Ordnung	11
7. Stuhlkreis-Zahlenrätsel	12
8. Wer gibt das Kommando?	13
9. Das Alphabet-Gespräch	14
10. Sitzplatz-Tausch	15
11. Assoziationskette	16
12. Fluchtversuch	17
13. Fußkontakt	18
14. Tablet und Wasserglas	19
15. Klatsch, Hüpfen, Drehung	20
16. Der Bildhauer	21
17. Blickkontakt-Spiel	22
18. Handkoordination	23
19. Stuhlwechsel mit gekippten Stühlen	24
20. Bodyguard-Spiel	25
21. Der Menschenknoten	26

● TEIL 2 · MIT WENIG MATERIAL

22. Der schwebende Stab	27
23. Münz-Wanderung	28
24. Gehirn aktivieren	29
25. Seiten blättern	30
26. Zahlen-Tauschspiel mit verbundenen Augen	31
27. Fingerführung	32
28. Zeichenflüsterer	33
29. Sprung-Tag	34
30. Der geheime Komplimentgeber	35

● TEIL 3 · MIT ETWAS AUFWAND

31. Das Eier-Fall-Projekt	36
32. Gegenstände sammeln	37
33. Marshmallow-Turm	38
34. Wer hat sich verändert?	39
35. Teamskulpturen	40
36. Die Decken-Challenge	41
37. Bierdeckel-Battle	42
38. Der Knoten in der Schnur	43
39. Formen im Blindflug	44
40. Brückenbau-Challenge	45

● KOPIERVORLAGEN

Vorlage: Mein Steckbrief	46
Vorlage: Drei Fragen – drei Antworten	47
Vorlage: Auftragskarten Komplimentgeber	48
Vorlage: Bildkarten Zeichenflüsterer	49
Vorlage: Alphabet-Bewegungstafel	50

● ZUM ABSCHLUSS

Wer hinter KlassenFLOW steckt	51
-------------------------------------	-----------

IN ZEHN SEKUNDEN ZUR RICHTIGEN NUMMER

Der Spiele-Finder

Du hast eine Situation, nicht einen Spielwunsch. Such dir links die Lage heraus – rechts stehen die Nummern, die dafür gebaut sind.

DEINE LAGE GERADE	WAS DAS SPIEL LEISTEN SOLL	PASSENDEN SPIELE
Die Klasse ist zu laut	Erst Ruhe herstellen, dann weiterarbeiten.	3 · 17 · 25
Die Klasse ist müde	Kurz aktivieren, Kreislauf in Gang bringen.	1 · 10 · 11 · 13 · 14 · 15 · 24 · 29 · 32 · 37
Vor einer schwierigen Aufgabe	Konzentration bündeln.	6 · 8 · 12 · 18 · 23 · 26 · 34
Neue Klasse, neues Schuljahr	Namen lernen, Eis brechen.	4 · 5 · 9 · 30
Die Gruppe zieht nicht zusammen	Teamgefühl aufbauen.	2 · 7 · 16 · 19 · 20 · 21 · 22 · 27 · 28 · 31 · 33 · 35 · 36 · 38 · 39 · 40

Nach Rahmenbedingungen

Ich habe nur fünf Minuten

3 · 24 · 25 · 31

Kurz, ohne Umbau, direkt vom Platz aus.

Ich habe kein Material

1 · 2 · 3 · 6 · 7 · 8 · 9 · 10 · 11 · 12 · 13 · 14 · 15 · 16 · 17 · 18 · 19 · 20 · 21

Nichts vorbereiten, sofort loslegen.

Wir bleiben am Platz

3 · 4 · 5 · 9 · 11 · 18 · 23 · 24 · 25 · 28

Kein Stuhlkreis, kein Umräumen nötig.

Wir haben Turnhalle oder Schulhof

12 · 20 · 29 · 35 · 36 · 37

Viel Platz, viel Bewegung, hohe Energie.

Kopiervorlagen: Fünf Spiele brauchen ein Blatt – Steckbrief (Spiel 4), Antwortzettel (5), Bildkarten (28), Auftragskarten (30) und die Alphabet-Tafel (24). Alle liegen ab Seite 46 druckfertig und ohne Logo bereit.

SPIEL 1 · AKTIVIEREN

Kommandowirrwarr

Aufmerksamkeit, Impulskontrolle und Reaktionsfähigkeit – in wenigen Minuten und ohne jede Vorbereitung.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
5–10 Min.	freie Fläche	ganze Klasse	keins

So geht's

- 1 Frei bewegen**
Die Schüler:innen bewegen sich frei durch den Raum.
- 2 Kommandos geben**
„Stopp!“ – alle bleiben stehen. „Laufen!“ – alle bewegen sich weiter.
- 3 Umdrehen**
Sobald das gut funktioniert, wird es vertauscht: „Stopp“ bedeutet jetzt laufen, „Laufen“ bedeutet stehen bleiben.

Steigerung

- „Klatschen“ ↔ „Hüpfen“
- „Schleichen“ ↔ „Rennen“
- „Springen“ ↔ „Ducken“

Auch diese werden vertauscht – jetzt ist absolute Konzentration gefragt.

Varianten

- Punkte für fehlerfreies Mitmachen.
- Wettbewerb: Wer bleibt am längsten fehlerfrei?

Hinweise für dich

- Ideal zur Aktivierung zwischendurch.
- Fördert Reaktionsfähigkeit und kognitive Flexibilität.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 2 · TEAMGEIST

Stuhl-Challenge

Kommunikation ohne Worte

Nonverbale Kommunikation, Kooperation und kreatives Denken – mit einem überraschenden Ende.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
15–20 Min.	freie Fläche	3 Gruppen	nur die Stühle

So geht's

- 1 Stühle verteilen**
Die Stühle werden im Raum verteilt – stehend, liegend, quer. Tische dafür an die Seite schieben.
- 2 Geheime Aufträge**
Die Klasse wird in drei etwa gleich große Gruppen geteilt. Jede Gruppe erhält einen geheimen Auftrag, ohne dass die anderen ihn erfahren.
- 3 Stumm arbeiten**
Nicht sprechen, nicht rennen, nicht schubsen. Innerhalb einer vorgegebenen Zeit versuchen alle, ihre Aufgabe zu erfüllen.
- 4 Gemeinsam auflösen**
Am Ende besprecht ihr, wie sich die Aufgaben verbinden lassen – zum Beispiel als liegender Kreis, in dem alle Stühle aneinanderlehnen. Dann gewinnen alle drei Gruppen.

Die Aufträge

Gruppe 1	Alle Stühle sollen zu einem Kreis aufgestellt werden.
Gruppe 2	Alle Stühle sollen sich berühren.
Gruppe 3	Alle Stühle sollen liegen.

Hinweise für dich

- Fördert nonverbale Kommunikation und Problemlösekompetenz.
- Geduld und Rücksichtnahme sind wichtig.
- Gute Übung für Teamgeist und gegenseitiges Verständnis.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 3 · BERUHIGEN

Die ruhige Minute

Wer hat ein gutes Zeitgefühl?

Das innere Zeitgefühl schulen und Selbstregulation fördern – der schnellste Weg zurück zur Ruhe.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
3–5 Min.	am Platz	ganze Klasse	keins

So geht's

- Startsignal**
Die Schüler:innen sitzen still auf ihren Plätzen. Auf dein Signal („Jetzt beginnt die ruhige Minute!“) beginnt der stille Countdown.
- Innerlich zählen**
Alle versuchen, genau eine Minute innerlich abzuzählen, und setzen sich dann möglichst exakt nach einer Minute lautlos wieder hin.
- Auflösen**
Entweder du stoppst still mit und löst am Ende auf, wer am nächsten dran war – oder du hebst bei exakt 60 Sekunden die Hand, sodass sich alle selbst einschätzen können.

Varianten

- Die Klasse versucht, sich ohne jedes Zeichen gemeinsam hinzusetzen – das fördert das Gruppengefühl.
- Für Fortgeschrittene: 90 oder 120 Sekunden schätzen lassen.

Hinweise für dich

- Perfekt nach der Pause oder vor einer anspruchsvollen Aufgabe.
- Kostet dich keine Stimme und schafft trotzdem sofort Stille.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 4 · KENNENLERNEN

Steckbrief-Raten

Wer ist das?

Kennenlernen und Aufbau von Empathie in der Klassengemeinschaft.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
15–20 Min.	am Platz	ganze Klasse	Steckbrief-Vorlage

So geht's

1 Steckbrief ausfüllen

Die Schüler:innen füllen einen einfachen Steckbrief aus – Name, Hobbys, Lieblingstier, etwas Lustiges über mich.

2 Einsammeln und ziehen

Du sammelst die Zettel ein, wählst nach dem Zufallsprinzip einen aus und liest eine einzelne Information vor.

3 Raten lassen

Beispiel: „Ich liebe es, Pokémon-Karten zu sammeln.“ Die Klasse rät, wer das sein könnte. Danach liest du die nächste Information vor – bis die richtige Person erraten ist.

Varianten

- Die Klasse darf Ja/Nein-Fragen stellen, um es spannender zu machen.

Hinweise für dich

- Sorgt für viel Lachen und Überraschung.
- Hilft der Klasse, sich schneller wirklich kennenzulernen.

Kopiervorlage vorhanden: Das passende Blatt findest du auf Seite 46 – druckfertig und ohne Logo.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 5 · KENNENLERNEN

Drei Fragen – Drei Antworten

Kreatives Denken anregen und persönliche Verbindungen in der Klasse schaffen.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	am Platz	ganze Klasse	Antwortzettel

So geht's

- 1 Drei Fragen stellen**
Zum Beispiel: Was ist dein Traumberuf? Was ist dein Lieblingsessen? Wenn du eine Superkraft haben könntest – welche?
- 2 Anonym antworten**
Die Schüler:innen beantworten die Fragen in Stichpunkten auf ihrem Zettel.
- 3 Vorlesen und raten**
Du liest einzelne Zettel vor, ohne den Namen zu nennen. Die Klasse rät, von wem die Antworten stammen.

Hinweise für dich

- Die Antworten sollen in Stichpunkten formuliert sein – so verrät der Schreibstil nicht zu viel.
- Die Zettel sollten trotzdem mit Namen versehen sein, damit du am Ende auflösen kannst.

Kopiervorlage vorhanden: Das passende Blatt findest du auf Seite 47 – druckfertig und ohne Logo.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 6 · KONZENTRATION

Stille Ordnung

Sortieren ohne Worte

Nonverbale Kommunikation trainieren und die Konzentration schärfen.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10 Min.	freie Fläche	ganze Klasse	keins

So geht's

1 Kriterium nennen

Du nennst ein Sortier-Kriterium – zum Beispiel Geburtstag von Januar bis Dezember, Dauer des Schulwegs, Zeitpunkt des Frühstücks oder der letzte Kinobesuch.

2 Stumm sortieren

Die Schüler:innen stehen auf und sortieren sich selbstständig – ohne zu sprechen.

3 Enden festlegen

Leg die beiden Enden der Reihe vorher fest (Fenster = Januar, Tür = Dezember), sonst sortieren 28 Kinder in vier Richtungen.

Varianten

- Höheres Niveau: mit Augenbinden, Verständigung nur über Berührung oder Klopfen.
- In der Turnhalle auf einer Bank – erhöht Schwierigkeit und Spaßfaktor.

Hinweise für dich

- Nicht nach körperlichen Merkmalen sortieren lassen. Ziel ist der respektvolle Umgang.
- Wähle Kriterien, bei denen kein Ende der Reihe wehtut: Urlaub, Geld und Körper bleiben draußen.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 7 · TEAMGEIST

Stuhlkreis-Zahlenrätsel

Gemeinsames Zählen mit Regeln

Teamfähigkeit, Konzentration und Impulskontrolle – ein Spiel, das die Klasse zusammenschweißt.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	Stuhlkreis	ganze Klasse	keins

So geht's

1 Die Aufgabe

Die Klasse sitzt im Stuhlkreis und zählt gemeinsam laut von 1 bis zur Klassenstärke.

2 Bei Doppelung zurück auf Anfang

Sagen zwei Personen gleichzeitig eine Zahl, beginnt ihr von vorne. Das Spiel erfordert Geduld – und belohnt sie.

Die Regeln

- Niemand darf gleichzeitig mit einer anderen Person eine Zahl sagen.
- Es darf nicht in Sitznachbar-Reihenfolge gezählt werden.
- Außer den Zahlen wird nicht gesprochen.
- Bei zwei gleichzeitigen Zahlen beginnt ihr von vorne.

Varianten

- Schwieriger: mit dem Rücken nach innen drehen, um Blickkontakt zu erschweren.
- Noch anspruchsvoller: mit Augenbinden.

Hinweise für dich

- Stärkt den Zusammenhalt spürbar – gerade weil es beim ersten Mal fast nie klappt.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 8 · KONZENTRATION

Wer gibt das Kommando?

Beobachtungsgabe, nonverbale Kommunikation, Konzentration und Teamarbeit in einem Spiel.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
15 Min.	Stuhlkreis	ganze Klasse	keins

So geht's

- 1 Detektiv geht raus**
Eine Person verlässt als Detektiv den Raum.
- 2 Leiter wählen**
Die Gruppe wählt heimlich einen Bewegungsleiter, der subtile Aktionen vormacht – Klatschen, Kopfeigen –, die alle schnell und unauffällig nachahmen. Der Leiter wechselt die Bewegung alle 20–30 Sekunden.
- 3 Suchen und schützen**
Der Detektiv kehrt zurück und hat drei Versuche, den Leiter zu identifizieren, während die Gruppe ihn zu schützen versucht.
- 4 Rollen neu vergeben**
Bei Erfolg werden neue Rollen vergeben; sonst darf der Detektiv es erneut versuchen oder der Leiter bleibt.

Varianten

- Wechselnde Rollen nach jeder Runde.
- Punktesystem: Punkte für den Detektiv bei Erfolg, für die Gruppe beim Schutz des Leiters.
- Schnellere Wechsel alle 10–15 Sekunden.
- Thematische Bewegungen, z. B. Sport oder Tiergeräusche.

Hinweise für dich

- Schult den Blick für Mimik und Gestik.
- Trainiert Impulskontrolle: Der Leiter muss subtil bleiben, die Gruppe ihre Reaktionen kontrollieren.
- Achte auf eine unterstützende Atmosphäre – niemand wird vorgeführt.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 9 · KENNENLERNEN

Das Alphabet-Gespräch

Sprachförderung, Kreativität und spontane Kommunikation.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	am Platz	Paare / Kleingruppen	keins

So geht's

1 Thema vorgeben

In Zweiergruppen führen die Schüler:innen einen improvisierten Dialog zu einem Thema – „Traumferien“, „Streit in der Schule“, „Superkräfte“.

2 Der Clou

Der erste Satz muss mit A beginnen, der zweite mit B, der dritte mit C – und so weiter bis Z.

Beispiel:

A: „Also, ich denke, wir sollten in die Berge fahren.“

B: „Berge sind viel zu anstrengend.“

C: „Camping ist aber auch nicht ohne!“

Varianten

- Thema frei wählen lassen.
- Herausforderung erhöhen: ganze Geschichten in alphabetischer Reihenfolge.

Hinweise für dich

- Ideal zum Schuljahresbeginn oder bei Sprach- und Deutschförderung.
- Fördert spontanes Denken und echtes Zuhören.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 10 · AKTIVIEREN

Sitzplatz-Tausch

Aktiv und aufmerksam im Kreis

Bewegung, soziale Wahrnehmung und Aufmerksamkeitssteigerung.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10 Min.	Stuhlkreis	ganze Klasse	keins

So geht's

- Kategorie ausrufen**
Alle sitzen im Stuhlkreis, es gibt keinen freien Stuhl. Du rufst Kategorien aus: „Alle, die Schokolade mögen!“, „Alle, die ein Haustier haben!“, „Alle, die mit dem Fahrrad kommen!“
- Plätze tauschen**
Alle, auf die die Aussage zutrifft, tauschen ihren Sitzplatz – allerdings nicht mit dem linken oder rechten Nachbarn.

Varianten

- Eine Person steht in der Mitte, ihr Stuhl wird entfernt. Sie ruft ein Kommando und versucht, einen freien Stuhl zu ergattern. Wer übrig bleibt, steht als Nächstes in der Mitte.

Hinweise für dich

- Bringt Bewegung und Auflockerung.
- Fördert schnelles Reagieren und soziale Interaktion.
- Achte darauf, dass es fair und freundlich zugeht.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 11 · AKTIVIEREN

Assoziationskette

Kreatives Denken im Kreis

Kreativität, Sprachfähigkeit und gemeinsames Denken fördern.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
5–10 Min.	Kreis oder am Platz	ganze Klasse	keins

So geht's

- Startwort geben**
Du sagst ein beliebiges Wort, zum Beispiel „Sommer“.
- Reihum assoziieren**
Der linke Nachbar sagt spontan das erste Wort, das ihm dazu einfällt – „Sonne“. Der Nächste assoziiert zum vorherigen Wort – „Strand“, dann „Meer“. So geht es reihum, bis du die Runde beendest.

Hinweise für dich

- Kein langes Nachdenken – es geht um spontane Assoziationen.
- Keine Wiederholungen.
- Ziel ist das Training von Schnelligkeit und Kreativität.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 12 · KONZENTRATION

Fluchtversuch

Konzentrations- und Reaktionsspiel

Aufmerksamkeit, Konzentration und schnelle Reaktion.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	freie Fläche / Turnhalle	ganze Klasse	keins

So geht's

- Zwei Kreise bilden**
 Die Klasse bildet einen inneren und einen äußeren Kreis. Die Paare stehen Rücken an Rücken, schauen nach außen und halten etwa Armlänge Abstand.
- Fluchthelfer bestimmen**
 Du oder eine Schülerin übernimmt die Rolle des Fluchthelfers, geht um die Kreise herum und signalisiert durch Augenzwinkern, wer aus dem äußeren Kreis fliehen darf.
- Wächter reagieren**
 Die Personen im inneren Kreis haben die Arme hinter dem Rücken verschränkt und dürfen nur eingreifen, wenn sie ein Augenzwinkern sehen. Dann versuchen sie, die Fliehenden an den Schultern zu fassen.
- Rollen tauschen**
 Nach einer Weile werden die Rollen getauscht. Es gibt keine Gewinner und Verlierer – es geht um Konzentration und Teamarbeit.

Hinweise für dich

- Sehr gut geeignet, um die Aufmerksamkeit zu schärfen.
- Fördert Zusammenarbeit und genaues Beobachten.
- Kombiniert Spaß und Bewegung.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 13 · AKTIVIEREN

Fußkontakt

Balance und Aufmerksamkeit

Körperwahrnehmung, Balance und Reaktionsfähigkeit.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
5–10 Min.	Kreis	ganze Klasse	keins

So geht's

- 1 Eng im Kreis stehen**
Alle stehen nah beieinander im Kreis.
- 2 Kette starten**
Eine Person berührt mit einem Fuß den Fuß der rechten Nachbarin. Die berührte Person hebt den berührten Fuß und berührt ihrerseits den Fuß ihres rechten Nachbarn. So entsteht eine Kette.
- 3 Stillstehen**
Nach dem ersten Berühren dürfen die Füße nicht mehr bewegt oder umgestellt werden. Wer das Gleichgewicht verliert oder die Füße bewegt, scheidet aus.

Varianten

- Mehrere „Leben“ pro Person vergeben, damit niemand früh draußen ist.

Hinweise für dich

- Fördert Körperbewusstsein und Gleichgewicht.
- Sorgt für lockere Stimmung.
- Gut als kurze Pause zwischendurch.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 14 · AKTIVIEREN

Tablet und Wasserglas

Koordination und Reaktion

Hand-Auge-Koordination und Aufmerksamkeit verbessern.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
5–10 Min.	Kreis	ganze Klasse	keins

So geht's

- Aufstellung**
 Alle stehen im Kreis. Jede Person hält die rechte Hand flach wie ein Tablett auf Bauchhöhe rechts neben sich, Finger eng beieinander.
- Das Wasserglas**
 Mit der linken Hand bildet jede Person ein „Wasserglas“: Der Zeigefinger zeigt gerade nach unten auf die rechte Hand des linken Nachbarn.
- Signal geben**
 Auf dein Signal („Hoch!“) muss das Wasserglas schnell nach oben gezogen werden. Gleichzeitig versucht die Person, deren Tablett berührt wird, den Finger zu fangen, bevor er weg ist.

Varianten

- Tempo erhöhen.
- Rückwärts spielen: erst fangen, dann loslassen.
- Für Fortgeschrittene: mit geschlossenen Augen.

Hinweise für dich

- Fördert schnelle Reaktionen und Feinmotorik.
- Erfordert Konzentration und schärft die Aufmerksamkeit im Kreis.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 15 · AKTIVIEREN

Klatsch, Hüpfer, Drehung

Konzentration, Koordination, Rhythmusgefühl und Zusammenarbeit im Paar.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10 Min.	freie Fläche	Paare	keins

So geht's

1 Abwechselnd zählen

In Partnerarbeit zählen die Schüler:innen abwechselnd immer wieder bis drei: A sagt „Eins“, B sagt „Zwei“, A sagt „Drei“, B sagt „Eins“ – und so weiter.

Steigerung

- Schritt 1: Die „Zwei“ wird durch ein Klatschen ersetzt.
- Schritt 2: Die „Drei“ wird durch einen Hüpfer aus dem Stand ersetzt.
- Schritt 3: Die „Eins“ wird durch eine Drehung um die eigene Achse ersetzt.

Am Ende läuft die ganze Folge als Bewegungsfolge im Rhythmus.

Varianten

- Paare tauschen nach jeder Runde.
- Eigene Choreografien erfinden – „Vier“ = in die Hocke gehen.

Hinweise für dich

- Sehr energiegeladen – ideal als Energizer.
- Am besten in der Turnhalle, auf dem Schulhof oder im freigeräumten Klassenraum.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 16 · TEAMGEIST

Der Bildhauer

Körpersprache, Konzentration und nonverbale Kommunikation fördern.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
15 Min.	freie Fläche	Dreiergruppen	keins

So geht's

- 1 Rollen verteilen**
In Dreiergruppen: Eine Person ist das Modell, eine der Bildhauer, die dritte der Stein.
- 2 Pose einnehmen**
Das Modell nimmt eine beliebige Pose ein – auf einem Bein, mit verschränkten Armen, wie eine Statue.
- 3 Blind formen**
Der Stein steht mit dem Rücken zum Modell und sieht die Pose nicht. Der Bildhauer positioniert ihn mit vorsichtigen Berührungen – ohne ein Wort – so, dass er am Ende genau wie das Modell aussieht.

Varianten

- Zeitdruck einbauen, z. B. eine Minute pro Pose.
- Mit Themen arbeiten: „Superheldenpose“, „Tier“, „Sportler“, „Musiker“.

Hinweise für dich

- Fördert Vertrauen und Körperwahrnehmung.
- Sorgt für Lachen und stärkt die Klassengemeinschaft.
- Danach unbedingt die Rollen tauschen.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 17 · BERUHIGEN

Blickkontakt-Spiel

Achtsamkeit und Selbstkontrolle

Soziale Wahrnehmung, Selbstkontrolle und Aufmerksamkeit.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
5–10 Min.	Kreis	ganze Klasse	keins

So geht's

- 1 Augen schließen**
Alle stehen oder sitzen im Kreis, schließen die Augen und überlegen sich, wen sie gleich anschauen möchten.
- 2 Auf Kommando öffnen**
Auf „Los!“ öffnen alle die Augen und schauen genau eine Person im Kreis an.
- 3 Gegenseitiger Blick**
Schauen sich zwei Personen gleichzeitig gegenseitig an, scheiden beide aus. Ziel ist es, als Letzte:r übrig zu bleiben.

Hinweise für dich

- Fördert nonverbale Kommunikation und Aufmerksamkeit.
- Gut als Auflockerung oder als Konzentrationsübung.
- Für jüngere Kinder die Dauer verkürzen.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 18 · KONZENTRATION

Handkoordination

Namen spiegelverkehrt schreiben

Feinmotorik, Konzentration und Koordination beider Hände.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
5–10 Min.	am Platz	einzel	zwei Stifte, Papier

So geht's

- Beide Hände gleichzeitig**
Jede:r braucht zwei Stifte und ein Blatt Papier. Mit der dominanten Hand wird der Vorname ganz normal geschrieben – gleichzeitig schreibt die andere Hand denselben Namen spiegelverkehrt.
- Ergebnisse zeigen**
Die Ergebnisse sind meist sehr lustig und sorgen für Gelächter.

Varianten

- Mit einer Hand einen Kreis zeichnen, während die andere ein Quadrat zeichnet.
- Namen oder einfache Wörter variieren.

Hinweise für dich

- Lockert die Stimmung und fordert gleichzeitig die Motorik.
- Braucht nur, was ohnehin auf dem Tisch liegt.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 19 · TEAMGEIST

Stuhlwechsel mit gekippten Stühlen

Koordination, Beweglichkeit und Teamfähigkeit.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10 Min.	Stuhlkreis	ganze Klasse	nur die Stühle

So geht's

1 Stühle kippen

Alle stehen hinter ihren Stühlen, die auf zwei Hinterbeinen gekippt sind – die Vorderbeine in der Luft.

2 Gleichzeitig wechseln

Auf Kommando tauschen alle gleichzeitig einen Stuhl im Uhrzeigersinn, ohne dass die Stühle wieder aufgestellt werden oder sich berühren.

Varianten

- Du rufst „links“ oder „rechts“, die Klasse wechselt entsprechend.
- Ein Stuhl muss übersprungen werden.
- Die Übung mit Augenbinden durchführen.

Hinweise für dich

- Erfordert Körperspannung und Konzentration.
- Bei wenig Platz in kleinen Gruppen durchführen.

Sicherheit: Sicherheit geht vor: Achte darauf, dass niemand fällt, und stoppe das Spiel, sobald es hektisch wird.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 20 · TEAMGEIST

Bodyguard-Spiel

Raumwahrnehmung, Aufmerksamkeit und nonverbale Kommunikation – bewegungsintensiv, aber ohne Körperkontakt.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	freie Fläche / Turnhalle	ganze Klasse	keins

So geht's

- 1 Frei bewegen**
Alle bewegen sich frei im abgesteckten Bereich.
- 2 Heimlich wählen**
Jede Person wählt heimlich eine andere als Verfolger und eine dritte als Bodyguard.
- 3 Position halten**
Der Bodyguard positioniert sich stets zwischen seinem Schützling und dessen Verfolger.
- 4 Kettenreaktion**
Weil sich alle ständig bewegen, entsteht eine dynamische Kettenreaktion. Das Spiel endet, wenn alle Bodyguards ihre Schützlinge gleichzeitig erfolgreich abgeschirmt haben.

Varianten

- Rückmelderunde: Alle raten, wer ihr Bodyguard war.
- Wettkampf-Modus: Wer positioniert sich am schnellsten optimal?

Hinweise für dich

- Verbessert Konzentration, Überblick und Gruppenwahrnehmung.
- Fördert nonverbale Kommunikation und schnelle Reaktion.
- Bewegungsintensiv ohne Körperkontakt – ideal auch für große Gruppen.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 21 · TEAMGEIST

Der Menschenknoten

Teamarbeit, nonverbale Kommunikation und Vertrauen – der Klassiker, der immer funktioniert.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	freie Fläche	Gruppen à 8–12	keins

So geht's

- Hände verbinden**
Im Kreis stehend schließen alle die Augen und verbinden in der Mitte ihre Hände mit zwei verschiedenen Personen. Kurzes Öffnen zum Verbinden ist erlaubt.
- Knoten entwirren**
Es entsteht ein Menschenknoten. Die Gruppe muss sich entwirren, ohne die Hände loszulassen.
- Strategisch bewegen**
Durch Drehungen und Übersteigen von Armen und Beinen entwirrt sich die Gruppe, bis ein einziger offener Kreis entsteht.

Varianten

- In kleineren Gruppen (8–12 Personen) spielen – das erhöht Beteiligung und Kommunikation.
- Zeitvorgabe setzen (z. B. 5 Minuten) oder Gruppen im Wettbewerb antreten lassen.

Hinweise für dich

- Fördert Vertrauen, nonverbale Kommunikation und Humor.
- Ideal zur Stärkung der Klassengemeinschaft.
- Betont Problemlösung – und den achtsamen Umgang mit körperlicher Nähe.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 22 · TEAMGEIST

Der schwebende Stab

Präzision, Geduld und intensive Zusammenarbeit – scheinbar einfach, tatsächlich eine Geduldsprobe.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	freie Fläche	Gruppen à 6–10	ein leichter Stab

So geht's

- Aufstellung**
Gruppen von etwa 6–10 Personen bilden zwei gegenüberliegende Reihen. Alle strecken den rechten Zeigefinger auf Brusthöhe aus.
- Stab auflegen**
Ein leichter Stab wird waagrecht auf alle ausgestreckten Zeigefinger gelegt, sodass jeder Finger den Stab berührt.
- Absenken**
Ziel ist es, den Stab langsam und kontrolliert bis zum Boden abzusenken. Dabei darf kein Finger den Kontakt verlieren und der Stab nicht kippen.

Varianten

- Mit beiden Händen pro Person spielen.
- Gruppen im Wettbewerb um die schnellste Zeit antreten lassen.
- Für Fortgeschrittene: zwei Stäbe gleichzeitig.

Hinweise für dich

- Das Spiel erfordert Humor und Hartnäckigkeit – der Stab geht am Anfang fast immer nach oben.
- Beobachte die Kommunikationsstrategien und sprich sie in einer Reflexionsrunde an.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 23 · KONZENTRATION

Münz-Wanderung

Aufmerksamkeit und Gruppenkoordination

Aufmerksamkeit, Teamgeist und nonverbale Kommunikation durch ein spannendes Ratespiel.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	an Tischgruppen	ganze Klasse	eine Münze

So geht's

- 1 Münze wandern lassen**
 Die Klasse sitzt an zusammengeschobenen Tischen. Eine Münze wird unter dem Tisch heimlich von Person zu Person weitergegeben – so diskret wie möglich.
- 2 Suchende:r vorne**
 Eine Person steht vorne und soll erraten, wo die Münze gerade ist. Sie darf bis zu fünfmal ein Kommando geben, das die ganze Klasse synchron ausführt.
- 3 Verbergen**
 Durch das gemeinsame, gleichzeitige Ausführen soll die Münze verborgen bleiben – während die suchende Person auf kleinste Verzögerungen achtet.

Die Kommandos

„Flach“	Alle legen die Hände schnell flach auf den Tisch.
„Peace“	Alle zeigen mit beiden Händen das Peace-Zeichen.
„Peng“	Alle formen mit den Händen eine Pistole.

Hinweise für dich

- Macht großen Spaß und schärft die Aufmerksamkeit für Details.
- Stärkt das Gruppengefühl durch die gemeinsame Aufgabe, das Geheimnis zu wahren.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 24 · AKTIVIEREN

Gehirn aktivieren

Alphabet-Arm-Übung

Koordination, Aufmerksamkeit und Gehirnaktivierung – ideal als kurzer Einstieg nach der Pause.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
5 Min.	am Platz	ganze Klasse	Alphabet-Tafel

So geht's

- 1 Alphabet zeigen**
Du schreibst das Alphabet an die Tafel oder hängst die Vorlage auf. Unter bestimmten Buchstaben stehen weitere Buchstaben, die eine Bewegung auslösen.
- 2 Synchron bewegen**
Während du das Alphabet langsam aussprichst, führen alle synchron die festgelegte Bewegung aus, sobald der entsprechende Buchstabe darunter steht.

Die Kommandos

Buchstabe L	Der linke Arm legt sich auf die rechte Schulter.
Buchstabe R	Der rechte Arm tippt die linke Schulter an.
Buchstabe Z	Die Arme werden überkreuzt und berühren die gegenüberliegenden Schultern.

Hinweise für dich

- Fordert das Gehirn heraus, mehrere Dinge gleichzeitig zu koordinieren.
- Besonders gut nach Pausen oder als Konzentrations-Reset.
- Die Bewegungen lassen sich beliebig anpassen oder ergänzen.

Kopiervorlage vorhanden: Das passende Blatt findest du auf Seite 50 – druckfertig und ohne Logo.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 25 · BERUHIGEN

Seiten blättern

Konzentration durch Geräuschwahrnehmung

Auditive Aufmerksamkeit und Konzentration – besonders wirksam in unruhigen Phasen.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
3–5 Min.	am Platz	ganze Klasse	ein Buch

So geht's

- Köpfe auf den Tisch**
Die Schüler:innen legen den Kopf auf den Tisch, schließen die Augen und konzentrieren sich nur auf die Geräusche.
- Leise blättern**
Du blätterst etwa 60 Sekunden lang leise in einem Buch – in wechselndem Tempo, ohne Kommentare.
- Schätzen lassen**
Anschließend schätzen alle, auf welcher Seite du gelandet bist. Die genaueste Schätzung wird belohnt.

Hinweise für dich

- Schafft sofort Ruhe und trainiert präzises Zuhören.
- Ideal als Übergang nach der Pause oder vor einer anspruchsvollen Aufgabe.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 26 · KONZENTRATION

Zahlen-Tauschspiel mit verbundenen Augen

Konzentration, Koordination und Teamwork; schärft auditives Gedächtnis und räumliches Vorstellungsvermögen.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
15 Min.	Stuhlkreis	ganze Klasse	eine Augenbinde

So geht's

- Durchzählen**
Alle sitzen im Stuhlkreis und zählen reihum laut durch, damit jede:r seine Nummer kennt.
- Plätze tauschen**
Danach werden die Plätze zufällig getauscht. Jede:r merkt sich die neue Position und die zugehörige Zahl.
- Augen verbinden**
Eine Person bekommt eine Augenbinde und stellt sich in die Mitte des Kreises.
- Zwei Zahlen rufen**
Die Person in der Mitte nennt zwei Zahlen, zum Beispiel „4 und 7“. Die beiden müssen so leise und schnell wie möglich die Plätze tauschen.
- Fangen**
Die Person in der Mitte versucht, die Tauschenden durch Berührung zu fangen. Gelingt das, wechselt die gefangene Person in die Mitte.

Varianten

- Mit mehr als zwei gleichzeitig tauschenden Personen spielen, um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen.

Hinweise für dich

- Fördert Bewegung und Wahrnehmung.
- Schult das Raumgefühl und die schnelle Orientierung.

Sicherheit: Sicherheit geht vor: Der Spielbereich muss frei von Hindernissen sein, und alle bewegen sich bewusst vorsichtig.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 27 · TEAMGEIST

Fingerführung

Stille Koordination und Teamgeist

Feinmotorik, nonverbale Kommunikation und Teamgeist durch präzise gemeinsame Bewegung.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	freie Fläche	Paare	ein Stift pro Paar

So geht's

- 1 Stift balancieren**
Jedes Paar erhält einen Stift, den beide nur mit je einem Zeigefinger balancieren.
- 2 Durch den Raum bewegen**
Ziel ist es, sich vorsichtig und koordiniert durch den Raum zu bewegen, ohne den Stift fallen zu lassen.

Die Aufträge

Aufgabe 1	Langsam um die eigene Achse drehen.
Aufgabe 2	Synchron unter einem Tisch oder Stuhl hindurchgehen.
Aufgabe 3	Ein Partner führt den anderen durch den Raum – nur über den Stift.
Aufgabe 4	In die Hocke gehen und wieder aufstehen.
Aufgabe 5	Kurz auf einem Bein stehen.

Varianten

- Zur Musik bewegen: Stoppt die Musik, verharren alle in ihrer Pose, ohne den Stift zu verlieren.
- Zwei Paare schließen sich zusammen – vier Personen, zwei Stifte, alles synchron.

Hinweise für dich

- Ideal als ruhiger Einstieg oder als Bewegungspause.
- Stärkt stilles Miteinander, Rücksichtnahme und Achtsamkeit.

Sicherheit: Stelle sicher, dass der Spielbereich frei von Hindernissen ist.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 28 · TEAMGEIST

Zeichenflüsterer

Rücken an Rücken

Kommunikationsfähigkeit, Visualisierung und aktives Zuhören durch präzise Anweisungen.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
15–20 Min.	am Platz	Paare	Bildkarten, Zettel, Stift

So geht's

1 Rücken an Rücken

Die Paare sitzen Rücken an Rücken ohne Sichtkontakt. Person A erhält eine Bildkarte, Person B einen Zettel und einen Stift.

2 Präzise beschreiben

A beschreibt Formen, Größen und Positionen des Bildes. Motivnamen sind verboten – „ein Haus“ gilt nicht, „ein Quadrat mit einem Dreieck darüber“ schon.

3 Blind zeichnen

B zeichnet ausschließlich nach den verbalen Anweisungen.

4 Vergleichen

Am Ende werden Original und Zeichnung verglichen – und besprochen, wo die Kommunikation gestolpert ist.

Varianten

- Mehrere Durchgänge mit wechselnden Partnern oder Bildern.
- Die Klasse bewertet gemeinsam: Was war gute Kommunikation, wo entstanden Missverständnisse?
- Komplexere Bilder für höhere Schwierigkeit.

Hinweise für dich

- Fördert genaue Sprache, aktives Zuhören und Empathie.
- Ideal für Deutsch- und Kunstunterricht oder zur Stärkung der Teamarbeit.
- Spricht danach über die Erfahrungen – das vertieft den Lerneffekt.

Kopiervorlage vorhanden: Das passende Blatt findest du auf Seite 49 – druckfertig und ohne Logo.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 29 · AKTIVIEREN

Sprung-Tag

„Jump!“

Schnelle Reaktionen, Raumgefühl und Körperkoordination – aktiviert die Gruppe sofort.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	Turnhalle / Schulhof	ganze Klasse	Hütchen zum Abstecken

So geht's

1 Bereich festlegen

Stecke einen klaren Spielbereich ab, zum Beispiel mit Hütchen.

2 Durchzählen

Alle stellen sich im Kreis auf und merken sich ihre Nummer. Dann springen alle einen Schritt zurück, damit genug Abstand entsteht.

3 Kommando geben

Du rufst „Jump [Nummer]!“. Die genannte Person versucht, per Sprung eine andere zu berühren.

4 Nur springend fliehen

Alle anderen dürfen sich ebenfalls nur springend fortbewegen. Antippen darf ausschließlich die gerufene Person.

Varianten

- Ohne Eliminierung: Punkte für Berührungen statt Ausscheiden – das hält alle in Bewegung.
- Sprungsignal per Musik- oder Lichtimpuls statt Zuruf.

Hinweise für dich

- Fördert Reaktionsfähigkeit und Raumgefühl.
- Ideal zur Aktivierung und Konzentrationssteigerung.

Sicherheit: Braucht ausreichend Platz – im engen Klassenzimmer nicht spielen.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 30 · KENNENLERNEN

Der geheime Komplimentgeber

Wertschätzung und positive Kommunikation in der Gruppe – schafft eine Atmosphäre der Achtsamkeit.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
läuft über Tage	überall	ganze Klasse	Auftragskarten

So geht's

1 Aufträge ziehen

Jede:r zieht einen Zettel mit einem geheimen positiven Auftrag.

2 Diskret erfüllen

Die Aufträge werden im Alltag erfüllt – so unauffällig, dass die empfangende Person das Spiel nicht bemerkt.

3 Reflexion

Am Ende spricht ihr in einer Runde darüber, welche Komplimente aufgefallen sind und wie sich das angefühlt hat.

Hinweise für dich

- Kann über Tage oder Wochen laufen.
- Der Fokus liegt auf der positiven Wirkung – nicht darauf, den Geber zu enttarnen.
- Fördert eine wertschätzende Kultur, die weit über das Spiel hinaus wirkt.

Kopiervorlage vorhanden: Das passende Blatt findest du auf Seite 48 – druckfertig und ohne Logo.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 31 · TEAMGEIST

Das Eier-Fall-Projekt

Kreativität und Physik im Team

Problemlösefähigkeit, Kreativität und Teamarbeit – die Schüler:innen schützen ein rohes Ei vor dem Fall.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
30–45 Min.	Klassenzimmer	Gruppen à 3–4	Bausatz pro Gruppe

So geht's

- 1 Einzeln denken**
Zuerst entwickelt jede:r für sich eine Idee.
- 2 Bauen**
Dann bauen die Kleingruppen 20 Minuten lang ihre Ei-Schutzkonstruktion aus dem begrenzten Materialpaket.
- 3 Der Falltest**
Höhepunkt ist der Falltest aus vorgegebener Höhe. Das Team mit unbeschädigtem Ei gewinnt.

Das brauchst du

Baumaterial	5 Holzstäbchen · 1 Pappteller · 5 Strohhalme
Polster	2 Servietten · 5 Gummibänder · 2 Luftballons
Das Objekt	1 rohes Ei

Varianten

- Menge und Art des Materials anpassen, um Schwierigkeitsgrad und Lösungswege zu variieren.
- Fallhöhe schrittweise steigern.

Hinweise für dich

- Das rohe Ei zur leichteren Reinigung in eine kleine Plastiktüte stecken.
- Ideal für Projekttag und den naturwissenschaftlichen Unterricht.
- Fördert technisches Verständnis, Problemlösung und Zusammenarbeit.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 32 · AKTIVIEREN

Gegenstände sammeln

Konzentration und Zusammenarbeit

Aufmerksamkeit, Teamwork und schnelles Handeln – aktiviert die Gruppe in Minuten.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
5–10 Min.	Klassenzimmer	ganze Klasse	Liste an der Tafel

So geht's

- 1 Liste zeigen**
Du präsentierst eine Liste mit Gegenständen und deren Anzahl an der Tafel.
- 2 Sammeln lassen**
Innerhalb einer vorgegebenen Zeit – ein bis zwei Minuten – muss die Gruppe alle gelisteten Gegenstände im Raum finden und an einem zentralen Ort sammeln.
- 3 Aufteilen**
Strategisches Vorgehen und Arbeitsteilung sind nötig, um die Aufgabe fristgerecht zu schaffen.

Das brauchst du

Beispielliste	10 Stifte · 2 Taschentücher · 1 Münze
	6 Schuhe · 1 Brille · 4 Mathehefte

Hinweise für dich

- Fördert effizientes Arbeiten unter Zeitdruck, Problemlösung und Teamgeist.
- Ideal als Energizer oder Warm-up vor komplexeren Aufgaben.
- Die Liste lässt sich an Unterrichtsthemen anpassen.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 33 · TEAMGEIST

Marshmallow-Turm

Planung, Statik und Teamwork unter Druck

Mit begrenzten Mitteln maximale Ergebnisse erzielen – der Klassiker für Planung und Zusammenarbeit.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
20–30 Min.	Klassenzimmer	Gruppen à 3–4	Bausatz pro Gruppe

So geht's

1 Kurz planen

Jede Gruppe skizziert zuerst eine Idee. Teams, die sofort losbauen, scheitern fast immer an der Statik.

2 Bauen

In 15 bis 20 Minuten bauen die Teams aus identischem Material den höchsten freistehenden Turm – gekrönt vom Marshmallow.

Das brauchst du

Baumaterial	20 rohe Spaghetti · 20 cm Schnur
	10 cm leicht zerreißbares Klebeband
Das Objekt	1 Marshmallow

Die Regeln

- Der Marshmallow muss ohne Hilfsmittel oben auf dem Turm sitzen.
- Nichts darf an Möbeln oder Wänden befestigt werden.
- Der Turm muss freistehend sein und darf nicht gehalten werden.

Varianten

- Materialknappheit: weniger Klebeband oder Spaghetti fördert materialsparende Konstruktionen.
- Material-Auktion: Teams bieten mit fiktivem Budget oder über Quizfragen um Material.

Hinweise für dich

- Ideal als Einstieg in Design Thinking oder Maker-Projekte.
- Ermutige zu einer kurzen Planungsphase mit Ideenskizze – Gruppen, die sofort losbauen, scheitern meist.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 34 · KONZENTRATION

Wer hat sich verändert?

Aufmerksamkeit, visuelles Gedächtnis und Gruppendynamik – schärft den Sinn für Details.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	Klassenzimmer	ganze Klasse	keins, aber Platz

So geht's

- 1 Beobachter rausschicken**
Zwei bis vier Schüler:innen verlassen den Raum. Der Rest der Klasse nimmt kreative, ungewöhnliche Positionen ein – auf Stühlen, unter Tischen.
- 2 Einprägen**
Die Beobachter:innen kehren zurück und haben ein bis zwei Minuten Zeit, sich die Szene genau einzuprägen.
- 3 Verändern**
Nachdem sie den Raum erneut verlassen haben, ändern einige Schüler:innen ihre Position oder ein auffälliges Merkmal.
- 4 Fehlersuche**
Die Beobachter:innen kommen zurück und müssen die Veränderungen so schnell und genau wie möglich entdecken.

Die Regeln

- Veränderungen müssen eindeutig sichtbar sein – Mikro-Veränderungen wie ein anders gehaltener Finger sind nicht erlaubt.

Varianten

- Die Anzahl der Änderungen entspricht genau der Anzahl der Beobachter:innen.
- Doppelt so viele Veränderungen wie Beobachter:innen – deutlich anspruchsvoller.

Hinweise für dich

- Fördert Konzentration, visuelles Gedächtnis und Teamgeist.
- Eine kurze Reflexionsrunde über die Beobachtungsprozesse lohnt sich.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 35 · TEAMGEIST

Teamskulpturen

Koordination, Körpergefühl, kreative Problemlösung und Gruppendynamik durch Zusammenarbeit.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	große freie Fläche	Gruppen à 3–4	keins, aber Platz

So geht's

- 1 Gruppen bilden**
Die Teilnehmenden bilden Dreier- oder Vierergruppen auf einer freien Fläche.
- 2 Aufgabe rufen**
Du rufst Aufgaben aus, die die Anzahl der Körperteile am Boden definieren – zum Beispiel „Drei Hände, zwei Füße am Boden.“
- 3 Skulptur formen**
Die Gruppen formen schnell menschliche Skulpturen nach Vorgabe. Nur die genannten Körperteile dürfen den Boden berühren.
- 4 Halten**
Die Skulptur muss mindestens zehn Sekunden stabil gehalten werden.

Die Regeln

- Die Anzahl der Körperteile am Boden muss exakt der Ansage entsprechen.
- Alle Gruppenmitglieder sind Teil der Skulptur und stützen sich gegenseitig.
- Die Position wird für die vorgegebene Zeit stabil gehalten.

Varianten

- Zeitlimit einführen, um den Druck zu erhöhen.
- Zusätzliche Punkte für besonders kreative Skulpturen.

Hinweise für dich

- Fördert nonverbale Kommunikation und Vertrauen.
- Ermutige die Gruppen, kurz eine Strategie abzusprechen.

Sicherheit: Sicherheit hat Vorrang: keine gefährlichen oder schmerzhaften Positionen, niemand trägt das Gewicht anderer.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 36 · TEAMGEIST

Die Decken-Challenge

Problemlösefähigkeit und Teamgeist – eine scheinbar einfache Aufgabe, die viel Geschick verlangt.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
15–20 Min.	freie Fläche / draußen	Gruppen	große Decke oder Plane

So geht's

1 Alle auf die Decke

Die Klasse oder eine kleinere Gruppe stellt sich gemeinsam auf eine große Decke oder Plane.

2 Umdrehen

Die Aufgabe: die Decke vollständig umdrehen, während alle darauf stehen bleiben – ohne dass jemand den Boden berührt.

Varianten

- Zwei Gruppen treten mit je einer Decke gegeneinander an – wer ist schneller?
- Ohne Arme: Die Arme dürfen beim Umdrehen nicht benutzt werden.
- Draußen mit Picknickdecken oder Isomatten spielen.

Hinweise für dich

- Fördert strategisches Denken, nonverbale Kommunikation und Hilfsbereitschaft.
- Ideal für Projektstage, Wandertage und Sozialtrainings.
- Betont präzise Absprache und gegenseitige Unterstützung.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 37 · AKTIVIEREN

Bierdeckel-Battle

Bewegung, Wettbewerb und Teamarbeit – ideal, um Bewegungsdrang gezielt abzubauen.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10 Min.	Turnhalle / großer Raum	zwei Teams	mind. 60 Bierdeckel

So geht's

- Vorbereiten**
Ein großer Stapel Bierdeckel – mindestens 60 Stück – wird in der Raummitte verstreut.
- Teams zuweisen**
Die Klasse wird in zwei Teams geteilt. Jedes Team bekommt eine Deckelseite oder -farbe zugewiesen.
- Das Battle**
Beide Teams drehen gleichzeitig innerhalb von 50 Sekunden möglichst viele Bierdeckel auf ihre Teamseite.
- Auswerten**
Das Team mit den meisten Deckeln auf der eigenen Seite gewinnt die Runde.

Die Regeln

- Jedes Team dreht nur auf seine zugewiesene Seite.
- Alle Spieler:innen verteilen sich im Raum.
- Unsportliches Verhalten ist nicht erlaubt.

Varianten

- Spieldauer variieren (30 oder 60 Sekunden).
- Mit schneller Musik als Start- und Endsignal.
- Flächenkontrolle: Es gewinnt das Team mit der größten zusammenhängenden Fläche.

Hinweise für dich

- Ideal für Turnhallen oder weitläufige Schulhöfe.
- Fördert schnelles Reaktionsvermögen und Teamarbeit unter Zeitdruck.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

SPIEL 38 · TEAMGEIST

Der Knoten in der Schnur

Kommunikation, Koordination und kollektive Problemlösung unter einer entscheidenden Einschränkung.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
10–15 Min.	freie Fläche	ganze Klasse / Gruppen	ein langes Seil

So geht's

- 1 Seil spannen**
Die Gruppe bildet einen Kreis, jede Person hält das lange Seil mit beiden Händen fest, sodass es gespannt ist.
- 2 Knoten knüpfen**
Ziel ist es, einen Knoten in das Seil zu knüpfen, ohne dass jemand loslässt. Das erfordert präzise Absprache und synchrone Bewegungen.

Varianten

- Zeitvorgabe (z. B. 3 Minuten) erhöht den Druck.
- Vorgeben, wo der Knoten sein soll – oder mehrere Knoten fordern.
- Den Knoten wieder lösen, ohne loszulassen – trainiert Rückwärtsdenken.

Hinweise für dich

- Fördert strategische Kommunikation und aktives Zuhören.
- Betont kollektive Problemlösung.
- Entwickelt nonverbale Signale und kreative Lösungsansätze.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 39 · TEAMGEIST

Formen im Blindflug

Nonverbale Kommunikation, Vertrauen und Orientierung als Team – ohne sehen zu können.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
15 Min.	freie Fläche	Gruppen	langes Seil, Augenbinden

So geht's

- 1 Seil fassen**
Die Gruppe fasst ein langes Seil mit beiden Händen. Alle schließen die Augen oder tragen Augenbinden.
- 2 Form vorgeben**
Du gibst eine geometrische Form vor, die die Gruppe gemeinsam bilden soll – Kreis, Rechteck oder Dreieck.
- 3 Blind navigieren**
Ohne loszulassen und ohne die Augen zu öffnen, navigiert und kommuniziert die Gruppe, um die Form präzise zu erstellen.
- 4 Kontrolle**
Sobald die Gruppe fertig ist, dürfen alle die Augen öffnen und das Ergebnis gemeinsam besprechen.

Varianten

- Mehrere kleine Gruppen gleichzeitig mit Zeitlimit antreten lassen.
- Komplexere Formen fordern – ein Quadrat mit „Tür“ oder ein Dreieck mit besonderer Ecke.
- Absolute Stille verlangen, um die nonverbale Kommunikation zu verstärken.

Hinweise für dich

- Fördert nonverbale Absprache und Vertrauen in der Gruppe.
- Ideal für Teambuilding und Sozialtrainings.
- Regt zu strategischem Denken an, weil visuelle Hinweise fehlen.

Sicherheit: Der Bereich muss frei von Hindernissen sein; eine sehende Person begleitet die Gruppe als Aufsicht.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD E

SPIEL 40 · TEAMGEIST

Brückenbau-Challenge

Kreativität, technisches Denken und Teamarbeit – mit minimalem Material eine tragfähige Brücke bauen.

DAUER	ORT	GRUPPE	MATERIAL
15–20 Min.	Klassenzimmer	Gruppen à 3–4	Klebeband, Papier

So geht's

- 1 Planen**
Optional skizzieren die Teilnehmenden zuerst Ideen, bevor die Gruppe sich für eine Bauweise entscheidet.
- 2 Bauen**
Die Teams bauen in zehn Minuten eine Brücke über die Lücke.
- 3 Belasten**
Am Ende muss die Brücke die vorgegebene Last tragen – zum Beispiel ein kleines Buch.

Das brauchst du

Spielfeld	zwei Tische mit ca. 30 cm Lücke
Material je Gruppe	20 cm Klebeband · 5 Blatt Papier (A4/A3)
Die Last	z. B. ein kleines Buch

Varianten

- Weitere Materialien (Strohhalme, Büroklammern, Knete) regen die Kreativität an.
- Lastgewicht, Tischabstand, Zeitlimit oder Materialmenge variieren.
- Bewertung nach Tragkraft, Design, Höhe oder Materialeffizienz.

Hinweise für dich

- Fördert physikalisches Denken und Problemlösung.
- Stärkt Teamarbeit und Kommunikation unter Zeitdruck.
- Ideal als Gruppenwettbewerb zur Stärkung des Teamgeists.

HAT FUNKTIONIERT BEI · WAS ICH ANDERS MACHEN WÜRD

Mein Steckbrief

Fülle aus, was du magst. Kein Feld ist Pflicht – und niemand außer deiner Lehrkraft liest den Zettel, bevor geraten wird.

NAME

KLASSE

So möchte ich genannt werden

Meine Hobbys

Mein Lieblingstier

Darin bin ich richtig gut

Etwas Lustiges über mich

Das weiß fast niemand von mir

Schreib etwas, das du auch vorgelesen hören möchtest – die Klasse rät gleich, zu wem der Steckbrief gehört.

Drei Fragen – drei Antworten

Ein Zettel pro Person. Antworten in Stichpunkten – so verrät dein Schreibstil nicht zu viel. Den Namen brauchen wir nur zum Auflösen am Ende.

NAME	KLASSE
1 • Was ist dein Traumberuf?	
2 • Was ist dein Lieblingessen?	
3 • Wenn du eine Superkraft haben könntest – welche?	

NAME	KLASSE
1 • Was ist dein Traumberuf?	
2 • Was ist dein Lieblingessen?	
3 • Wenn du eine Superkraft haben könntest – welche?	

Entlang der gestrichelten Linien zerschneiden. Zwei Zettel je Blatt.

Geheime Aufträge

Jede:r zieht eine Karte und erfüllt den Auftrag im Lauf der nächsten Tage – so unauffällig, dass niemand merkt, dass es ein Spiel ist.

AUFTRAG 1

Mache jemandem ein Kompliment für eine Stärke, die man nicht sofort sieht.

AUFTRAG 2

Bedanke dich bei jemandem ehrlich – für etwas Konkretes.

AUFTRAG 3

Bereite jemandem eine kleine Freude, ohne etwas zurückzuerwarten.

AUFTRAG 4

Sag jemandem, was dir an seiner oder ihrer Arbeit aufgefallen ist.

AUFTRAG 5

Frage jemanden, dem es heute nicht gut zu gehen scheint, wie es ihm geht.

AUFTRAG 6

Hilf jemandem, ohne dass er oder sie darum bittet.

AUFTRAG 7

Mache jemandem ein Kompliment, mit dem du sonst kaum sprichst.

AUFTRAG 8

Lobe jemanden dafür, dass er oder sie drangeblieben ist – nicht für das Ergebnis.

AUFTRAG 9

Sag jemandem, dass du dich freust, dass er oder sie in dieser Klasse ist.

AUFTRAG 10

Bedanke dich bei jemandem, der etwas für die Klasse getan hat.

AUFTRAG 11

Mache jemandem ein Kompliment für seine oder ihre Idee.

AUFTRAG 12

Nimm dir vor, heute niemanden zu unterbrechen – und sag es niemandem.

Blatt zerschneiden und die Karten verdeckt ziehen lassen. Bei größeren Klassen zweimal ausdrucken.

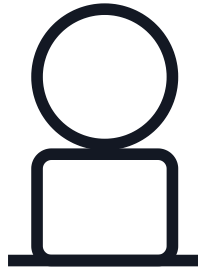
Bildkarten zum Beschreiben

Nur Person A sieht die Karte. Beschreibe Formen, Größen und Positionen – **ohne** zu sagen, was es darstellt. Person B zeichnet nur nach deinen Worten.

KARTE A



KARTE B



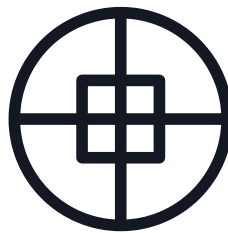
KARTE C



KARTE D



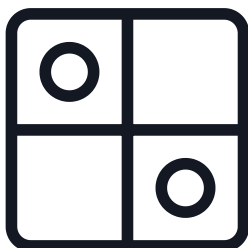
KARTE E



KARTE F



KARTE G



KARTE H



KARTE I



Die eine Regel: Keine Motivnamen. Nicht „ein Haus“, sondern „ein Rechteck, darüber ein Dreieck, das genauso breit ist“. Genau daran wächst die Sprachpräzision.

Alphabet-Bewegungstafel

Der obere Buchstabe wird gesprochen, der untere zeigt die Bewegung. Langsam beginnen, dann Tempo steigern.

A .	B .	C L	D .	E .	F R	G .	H .	I Z	J .	K .	L R	M .
N .	O L	P .	Q .	R Z	S .	T .	U L	V .	W .	X R	Y .	Z Z

Was die Buchstaben bedeuten

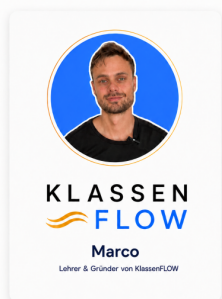
BUCHSTABE	BEWEGUNG
L	Der linke Arm legt sich auf die rechte Schulter.
R	Der rechte Arm tippt die linke Schulter an.
Z	Die Arme werden überkreuzt und berühren die gegenüberliegenden Schultern.

Die Zuordnung der Bewegungsbuchstaben lässt sich beliebig verändern – einfach neu eintragen und die Klasse neu herausfordern.

ZUM ABSCHLUSS

Wer hinter KlassenFLOW steckt

Unterrichtspraxis, KI-Kompetenz und ein klares Ziel: weniger Organisationsarbeit und mehr Zeit für guten Unterricht.



Drei Länder, eine Erkenntnis

Ich bin Marco, Lehrer für Mathematik und Naturwissenschaften. In Bayern habe ich an einer Brennpunkt-Mittelschule unterrichtet, in Finnland Lehrkräfte begleitet, und heute unterrichte ich an einer deutsch-internationalen Schule in den USA.

Mit KlassenFLOW zeige ich Lehrkräften, wie sie Ruhe in den Unterricht bringen und KI praktisch nutzen – ohne ihr pädagogisches Denken an ein Tool abzugeben.

Ich gebe dir Lösungen, die du nicht erst studieren musst, sondern morgen direkt im Unterricht anwenden kannst.

KlassenFLOW

www.klassenflow.com
app.klassenflow.com

Videos und Praxisbeispiele

YouTube: [@KlassenFlow](https://www.youtube.com/@KlassenFlow)
Jede Woche ein Beispiel aus dem echten Unterricht.

Dein direkter Draht

Du stehst vor einer besonderen Herausforderung in deiner Klasse? Schreib mir einfach: hello@kassenflow.com – deine Einblicke nutze ich wiederum, um meine Strategien und Videos noch praxisnäher zu machen.

**Alle Angebote, Kurse und Gratis-Downloads
auf einer Seite: kassenflow.com/angebote**

© 2026 KlassenFLOW · Marco. Nutzung für den eigenen Unterricht: Die Kopiervorlagen darfst du für deine eigenen Klassen beliebig oft ausdrucken und kopieren. Weitergabe der Datei, Veröffentlichung oder Verkauf sind nicht gestattet.