Mensch beweg Dich

»» Das Bewegungsspiel für die ganze Familie ««

Du brauchst:

1 Spielbrett
(Selbst malen oder Vorlage aus dem Internet ausdrucken)

4 – 16 Spielfiguren
(Benutze eigene Spielfiguren z.B. Knöpfe, Münzen, …)

1 Würfel
(Leere Flasche oder kleine Zettel)

1 Kochtopf
(Schüssel oder Eimer)

Mindestens 2 SpielerInnen
(Mama, Papa, Bruder, Schwester oder alle zusammen)

© Dennis Gatzke

Gespielt wird nach dem normalen Regelwerk (s. Anhang).

Allerdings beinhaltet jede gewürfelte/gedrehte Zahl eine Bewegungsaufgabe (s. Sonderregeln)! Bei einer …

1 kriechst/krabbelst Du 1-mal unterm Stuhl/Tisch hindurch

2 läufst Du 2-mal wie eine Krabbe ums Spielfeld oder den Tisch herum

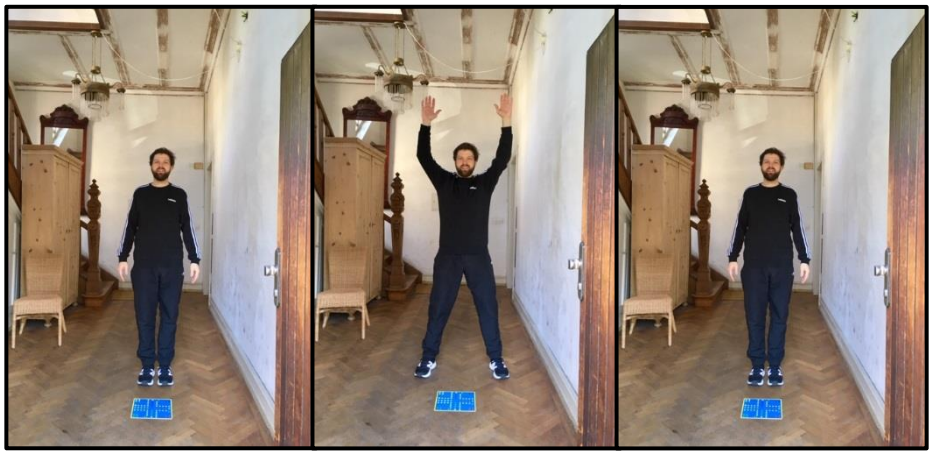
3 springst Du 3-mal wie ein Känguru in die Luft (Während des Sprungs winkelst Du deine Beine an)

© Dennis Gatzke

4 tippst Du 4-mal mit den Füßen (abwechselnd) den Topf an

5 gehst Du 5-mal in die Hocke
(Beuge deine Knie nur bis zu den Fußspitzen)

6 springst Du 6-mal den Hampelmann



© Dennis Gatzke

Sonderregeln „Mensch beweg Dich“

Die Sonderregeln gelten nur für die Spielfiguren, die bereits auf dem Weg zum „Häuschen“ sind! Dann gilt:

Die nun von Dir gewürfelte/gedrehte „Augenzahl“ entscheidet über deine Bewegungsaufgabe (s.o.) Diese Aufgabe musst Du durchführen, erst dann darfst Du deine Figur die entsprechende „Augenzahl“ vorrücken.

Wenn Du einen anderen Spieler „schmeißt“, muss auch dieser Spieler eine Bewegungsaufgabe ausführen! Der Würfel/die Flasche entscheidet über die Aufgabe und die Anzahl der Wiederholungen.

Beispiel:
Du hast einen Spieler „geschmissen“. Jetzt darfst Du 2-mal würfeln/drehen. Der erste Wurf/Dreh entscheidet über die Bewegungsaufgabe, der zweite Wurf/Dreh über die Anzahl der Wiederholungen.

Der „geschmissene“ Spieler muss 5-mal einen Hampelmann machen.

Tipp:
Überlege Dir beim nächsten Mal, wenn Du das Spiel spielst, eigene Bewegungsaufgaben (z.B. Liegestütze, …).

Viel Spaß und viel Erfolg!!!

© Dennis Gatzke

Normales Regelwerk

Ziel des Spiels

Ziel des Spiels besteht darin, deine 4 Spielfiguren als Erster ins Zielfeld („Häuschen“) zu bringen. Dabei muss man dem Weg folgen und um alle „Ziel-“ und „Startfelder“ seiner Mitspieler laufen.

Spielverlauf & Spielregeln

Jeder Spieler darf 3-mal würfeln, wer die höchste Zahl würfelt beginnt. Wenn Du eine Sechs hast, darfst Du eine Figur auf das „Startfeld“ stellen. Danach darfst Du noch 1-mal würfeln und um die gewürfelte „Augenzahl“ vorrücken. Spieler, die bei der ersten Runde keine Sechs haben, müssen dann wieder 3-mal würfeln.

Sobald deine Figur auf dem „Startfeld“ ist, gilt es diese so schnell wie möglich ins Zielfeld zu bringen. Wenn Du wieder eine Sechs würfelst, musst Du zuerst die anderen Figuren aus der „Startposition“ bringen und auf das „Startfeld“ setzen. Erst wenn alle Figuren auf dem Weg zum „Häuschen“ sind, kann man die Sechs auch vorrücken.

Kommst Du mit deiner Figur auf ein bereits besetztes Feld, kannst Du gegnerische Figur „schmeißen“ und diese wieder auf die „Startposition“ des Gegenspielers stellen. Mit einer Sechs kann diese dann wieder ins Spiel gebracht werden. Steht auf einem Feld, auf das Du vorrücken möchtest, eine eigene Figur, muss man den Zug mit einer anderen Figur machen. Selbst schlagen kann man sich nicht.

Wer zuerst seine 4 Figuren ins Ziel bringt, hat gewonnen. Dabei darf man die Spielfiguren, die schon im Ziel sind, nicht überspringen. Jede Figur muss einzeln vor- bzw. nachrücken, damit alle im „Häuschen“ einen Platz finden. Die anderen können für sich entscheiden, ob das Spiel endet oder ob sie noch um die unteren Plätze spielen wollen.

© Dennis Gatzke