



Sport &
Bewegung

Wahrheit oder Pflicht

Von Frau Goyat und Frau Buck

Eine sportliche Variante von „Wahrheit oder Pflicht“

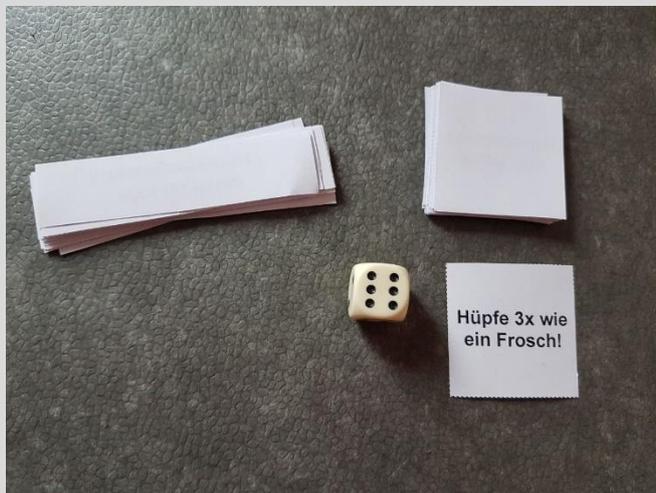
Materialliste

Du benötigst:

- die Karten unter der Anleitung (bitte ausdrucken und ausschneiden)
- einen Würfel
- mindestens eine(n) Mitspieler(in)

Anleitung

1. Zum Spielen benötigt ihr etwas Platz, einen Würfel und die Spielkarten unter der Anleitung. Druckt die Karten aus, schneidet sie aus und bildet zwei Stapel.
2. Würfelt abwechselnd. Wer eine ungerade Zahl würfelt (1, 3 oder 5), muss eine Frage beantworten (längliche Karte), wer eine gerade Zahl würfelt (2, 4 oder 6) eine sportliche Aufgabe lösen (quadratische Karte).



3. Vielleicht fallen euch ja noch mehr Aufgaben oder Fragen ein?

Viel Spaß!

Spielkarten (zum Ausdrucken und Ausschneiden)

Hüpfe 3x wie ein Frosch!	Stehe 1 Minute auf einem Bein!	Spring 3x so hoch du kannst!	Mach den Flossentanz!
Jogge 20 Sekunden auf der Stelle!	Mache 3 Liegestützen!	Mache 10 Hampelmänner!	Hüpfe 10x auf einem Bein!
Mache 5 Kniebeugen!	Dreh dich 3x im Kreis!	Stell dich hin und berühre 5x deine Zehen!	Stehe 20 Sekunden auf den Zehenspitzen!
Krabble wie eine Spinne auf dem Rücken!	Schüttele alle Körperteile aus!	Laufe wie ein Roboter durch den Raum!	Balanciere ein Buch auf deinem Kopf!
Gleite auf unsichtbaren Schlittschuhen!	Berühre jede Wand im Raum so schnell du kannst!	Krieche wie eine Schlange!	Mach dich so klein wie du kannst!
Laufe rückwärts durch den Raum!	Kreise deine Arme 20 Sekunden lang!	Bewege dich in Zeitlupe bis du eine 1 oder 6 würfelst!	Laufe auf allen Vieren!

Was ist dein Lieblingstier?	Was isst du am liebsten?
Was ist dein Traumberuf?	Was ist deine Lieblingsfarbe?
Wie heißt dein Lieblingsfilm?	Wie heißt dein Lieblingsbuch?
Was ist dein Lieblingsfach in der Schule?	Hast du einen Spitznamen?
Was ist deine Lieblingssportart?	Was ist deine Lieblingsseisorte?
Welches Lied magst du am liebsten?	Magst du den Sommer oder den Winter lieber?
Hast du ein Lieblings-Kuscheltier?	Hast du ein Vorbild?
Was hast du dir zuletzt gekauft?	Worin bist du richtig gut?
Was macht dich richtig wütend?	In welchen Ländern warst du schon?
Welche Superkraft hättest du gerne?	Was ist dein Lieblingsort?
Was trinkst du am liebsten?	Wer oder was warst du zu Fasching?
Wie heißt dein Lieblingsmärchen?	Wie lautet dein Lieblingswitz?