

Gummitwist

Gummitwist, regional auch Gummihüpfen, Gummihopsen, Gummihoppe oder auch Gummihuppe genannt ist ein beliebtest Kinderspiel, das Geschicklichkeit, Rhythmusgefühl und Körperbeherrschung fordert.

Material: 3–4 m langes Gummiband, z.B. unsere **Art.Nr. 191 8726**

Spieler: Ideal sind 3 Spieler. Aber auch ein Spieler mit zwei Stühlen, Laternenpfählen oder Getränkeboxen ist möglich.

So geht's: Das Gummi wird um die Füße von zwei Mitspielern gespannt. Die Füße stehen in etwa hüftbreit auseinander (etwa 30 cm). Der dritte Spieler hüpft in der Mitte. Macht der Hüpfende einen Fehler, ist der nächste an der Reihe.

Spielregel: Die Sprungreihenfolge (siehe nächster Punkt) wird zuvor vereinbart; alle 3 Spieler durchlaufen die Reihenfolge nacheinander und wechseln sich so beim Gummihalten und Springen ab.

Ziel ist es, so wenige Fehler wie möglich zu machen.

Da es sich um ein Freizeitspiel handelt, können beliebig viele Durchgänge gehüpft werden, auch die Fehlerzählweise kann individuell gehandhabt werden. So kann der/diejenige mit den meisten Fehlern z.B. zum Fortgesetzten halten des Seils „verdonnert“ werden o.ä.

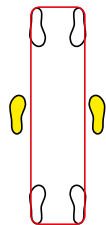


Mögliche Sprungvarianten:



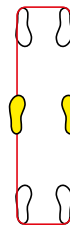
Mitte:

die Füße landen in der Mitte zwischen den beiden Bändern



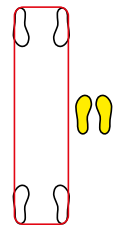
Grätsche:

beide Füße sind nach dem Sprung außerhalb des Gummis



Auf:

ein oder beide Füße landen auf dem Gummi



Raus:

man springt mit beiden Füßen auf eine Seite außerhalb des Bandes

Als Hüpf-Rhythmen können z.B. gesungen werden:

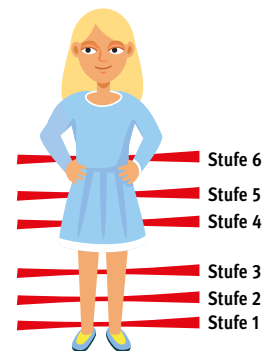
- „Trick – Track – Donald Duck – Micky Maus – rein und raus“
- „In – der – He-xen-kü-che – geht – es – lustig zu“
- „Teddybär, Teddybär, dreh dich um, mach dich krumm, Teddybär, Teddybär mach dich klein, Teddybär hüpf auf einem Bein“
- „Seite, Seite, Mitte, Breite, Seite, Seite, Mitte, Raus.“ ...sowie jeder andere Abzählreim.

Als Fehler gelten:

- mit den Füßen auf einem falschen Gummi landen oder hängen bleiben
- mit den Fußspitzen ein anderes Gummi berühren,
- einen Sprung auslassen oder die Reihenfolge nicht einhalten
- oder im falschen Feld landen

Gelingt dem Springer ein fehlerfreier Durchgang wird die Schwierigkeitsstufe erhöht:

- **Stufe 1:** Gummi verläuft um die Knöchel
- **Stufe 2:** Gummi verläuft um die Waden
- **Stufe 3:** Gummi verläuft um die Kniekehlen
- **Stufe 4:** Gummi verläuft unter dem Po
- **Stufe 5:** Gummi verläuft um die Hüfte
- **Stufe 6:** Gummi verläuft um die Taille



Spielbeispiele:

Hampelmann:

9.		Ende
8.		Innen
7.		Grätsche
6.		Innen
5.		Grätsche
4.		Innen
3.		Grätsche
2.		Innen
1.		Start

Zickzack:

9.		Ende
8.		Innen/links
7.		Außen/rechts
6.		Innen/links
5.		Außen/rechts
4.		Innen/links
3.		Außen/rechts
2.		Innen
1.		Start

Jumpsies

Jumpsies – also known as elastics, yoki, Chinese ropes, American ropes and French skipping – is a popular children’s game that requires skill, a sense of rhythm and body control.

Material: A long elastic rope (3–4 m, such as product code 191 8726)

Players: Jumpsies is typically played by three people, but a single person can also use two chairs, lamp posts or drink crates.

How to play: The elastic rope is stretched around the feet of two players. Their feet should be about hip-width apart (roughly 30 cm). The third player jumps the patterns between the two players who hold the rope. If the jumper makes a mistake, it is the next person’s turn.



Rules of the game: The moves or jump patterns (see below) must be agreed at the start, with all three players completing the tasks one after the other and taking turns between holding the rope and jumping.

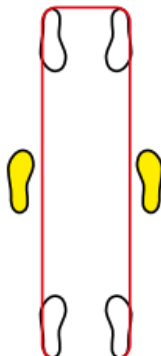
The aim of the game is to make as few mistakes as possible.

As this is a fun, sociable game, the players can ultimately decide the number of rounds they want to play, and also agree how they will handle the mistakes themselves. For example, the person with the most mistakes could be tasked with having to continue holding the rope.

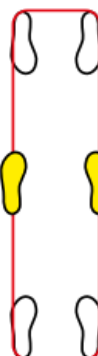
Possible jump patterns:



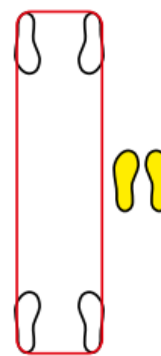
Middle
Both feet land in the middle between the ropes



Straddle
Both feet are outside the ropes after the jump



On top
One or both feet land on the ropes



Outside
The player jumps outside of the ropes on one side, with both feet

Players can also jump along to some chants:

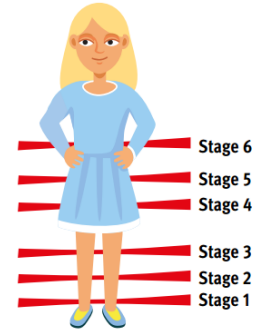
- “England, Ireland, Scotland, Wales, inside, outside, inside, on.”
- “Old Mrs Mason broke her basin, on the way to London Station. How much did it cost? One, two, three, four.”
- “Charlie Chaplin sat on a pin. How many inches did it go in? One, two, three, four.”
- “Chocolate cake, when you bake. How many minutes will you take? One, two, three, four.”

The following are considered to be mistakes:

- Landing on the wrong rope or getting your feet caught on the rope
- Touching the rope with the tips of your feet
- Omitting a jump or not following the pattern
- Landing in the wrong place

If the jumper completes their round without making any mistakes, the position of the rope is raised at each of the following heights:

- **Stage 1** – ankles
- **Stage 2** – calves
- **Stage 3** – knees
- **Stage 4** – bum
- **Stage 5** – hips
- **Stage 6** – waist



Examples of play patterns:

Jumping jack:

9.	L R	End
8.	L R	Inside
7.	L R	Straddle
6.	L R	Inside
5.	L R	Straddle
4.	L R	Inside
3.	L R	Straddle
2.	L R	Inside
1.	L R	Start

Zigzag:

9.	L R	End
8.	L	Inside, left
7.	R	Outside, right
6.	L	Inside, left
5.	R	Outside, right
4.	L	Inside, left
3.	R	Outside, right
2.	L R	Inside
1.	L R	Start