



KIDS daheim

Schneckenrennen

Material: Eine Plastiktüte oder Pappe und ein geeigneter Hausboden
Anzahl der Spieler: 2 oder mehr
Ablauf: Jeder von Euch nimmt sich eine Plastiktüte oder ein großes Stück Pappe und stellt sich sitzend vor der Startlinie auf. Das Ziel befindet sich in einer größtmöglichen Entfernung. Auf Kommando müssen die Schnecken Gas geben und das Duell beginnt.
Variationen: Auf den Knien sitzend auch möglich; verschiedene Tiere imitieren, so kann dieses Spiel auch ohne Plastiktüte oder Pappe gespielt werden (z.B. als Krokodile muss auf dem Boden gerobbt werden und als Enten muss in der tiefen Hocke gegangen werden).

Start

Balancierübungen zuhause und draußen

Material: alle beliebigen Gegenstände, auf denen balanciert werden kann
Anzahl der Spieler: 2 oder mehr
Ablauf: Auf einer Schnur oder einem Seil geht ihr mit ausgebreiteten Armen sowie sicherer Körperhaltung Fuß vor Fuß. Gerne mehrere Aufgaben zusammen verbinden, z.B. mehrere Schnüre mit Richtungsänderungen.
Variationen: Gegenstände in der Hand bzw. den Händen (z.B. kleine Bälle) oder auf dem Kopf (z.B. Kissen, Plüschtier) zum Erhöhen des Schwierigkeitsgrades; Rückwärtsbewegung sowie Seitwärtsbewegung zur gezielten Stimulierung koordinativer Fähigkeiten.

Draußen: Auch im Garten oder vor der Haustür möglich, indem z.B. Parkbänke und Bordsteine genutzt werden.

Ziel



Treffen sich zwei Schnecken.
 „Warum hast Du denn eine blaues Auge?“ „Gestern ist vor mir ein Pilz aus dem Boden geschossen...“



TSV Neuried e.V.
 Am Sportpark 8
 82061 Neuried
www.tsv-neuried.de
info@tsv-neuried.de