

Bewegungs- und Spielideen mit Löffeln

Material:

Löffel, kleine Gegenstände nach Wahl, Behälter

Im Wohnzimmer, Kinderzimmer, im ganzen Haus, im Garten usw. wird ein Parcours aus Kissen, Büchern, Stühlen usw. aufgebaut.

Dann wird gestartet. Erstmal bestimmt ihr, wer loslegen darf.
Hier wieder einige Vorschläge:

z.B.

- wer als erstes eine bestimmte Frage richtig beantwortet
- der Jüngste
- der Älteste
- wer sich als letzter verletzt hat
- der mit den meisten Zahnlücken
- der, der eine vorgemachte Tierstimme am schnellsten eraten kann
- der, der am längsten auf einem Bein stehen kann
- der, der es am längsten ohne blinzeln oder lachen aushalten kann
- usw.

So beginnt das Spiel vielleicht schon ziemlich lustig!

* Yvonne Beer * Am Lehmgrubenfeld 7 * 93128 Steinsberg *
* 0171-1457405 * fitness@fsv-steinsberg.de *

DOSB-Übungsleiter C; Allround-Fitness (Gymnastik-Turnen-Spiel)
DOSB-Übungsleiter B; Sport im Elementarbereich
BTV-Kursleiter; Kinderturnen 0-7 Jahre
zertifizierte Entspannungstrainerin

Jetzt geht es los. Jeder bekommt gleich viele Gegenstände, die mit verschiedenen großen Löffeln über den vorbereiteten Parcours transportiert werden müssen. Sieger ist, wer am Ende die meisten Gegenstände in den am Ende bereit stehenden Behälter (Eimer, Reifen, Taschen, Körbe...) gesammelt hat. Der Sieger darf dann eine Aufgabe für den Verlierer bestimmen.

z.B.

- einmal um den Tisch laufen
- einmal unter dem Tisch durch krabbeln
- einmal die Treppe hoch und runter
- 30 Sekunden auf einem Bein stehen
- drei Hampelmänner machen
- auf den Po setzen und Beine und Arme in die Luft halten
- auf allen vieren durch den Raum krabbeln
- Tisch abräumen
- beim Essen alle bedienen
- usw.

Eigene Ideen - natürlich jederzeit :)

Turnt ein Kind alleine, wird vielleicht die Zeit gestoppt und am Ende gibt es eine Belohnung.

z.B.

- das Kind bekommt eine Massage
- am Abend 5 Minuten extra Zeit
- darf am nächsten Tag das Essen bestimmen
- usw.

Und jetzt viel Spaß beim Bewegen!
VIG Yvonne

* Yvonne Beer * Am Lehmgrubenfeld 7 * 93128 Steinsberg *
* 0171-1457405 * fitness@fsv-steinsberg.de *

DOSB-Übungsleiter C; Allround-Fitness (Gymnastik-Turnen-Spiel)
DOSB-Übungsleiter B; Sport im Elementarbereich
BTV-Kursleiter; Kinderturnen 0-7 Jahre
zertifizierte Entspannungstrainerin