

Bewegungs- und Spielideen mit Memorykarten für zwei bis vier Personen

Material:

Memorykarten

Alle Karten werden verteilt. Hier sind euerem Bewegungsdrang keine Grenzen gesetzt. Ihr könnt die Karten im Wohnzimmer, Kinderzimmer, im ganzen Haus, im Garten usw. auslegen.

Dann wird gestartet. Erstmal bestimmt ihr, wer loslegen darf.
Auch hier kann jeder seine Ideen mit einbringen.

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 erraten 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 auf Paar-Suche. Der erste macht sich auf den Weg und versucht, ein gleiches Paar zu finden .

Schafft er dies, darf das Paar natürlich behalten werden.

Wird ein ungleiches Paar aufgedeckt, muss eine Aufgabe erfüllt werden.

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
- Mit der Nasenspitze die Wand berühren
- einmal ganz laut schreien
- usw.

Auch hier könnt ihr eurer Phantasie und natürlich der Phantasie eurer Kinder freien Lauf lassen.

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