

3 Bewegungsspiele für Zuhause :

1. Luftballon – Tennis:

Material: ein Seil, ein Luftballon und Hände Spieler: 2

So geht's: Das Seil wird auf Bauchhöhe durch das Zimmer gespannt, so dass zwei Spielhälften entstehen. Ziel des Spieles ist es, den Ballon möglichst oft über das Seil hin und her zu spielen ohne dass der Ballon den Boden berührt

2. Hindernisparcours:

Material: verschiedene Gegenstände Spieler: ab 2 bis 10

So geht's: Im Zimmer werden verschiedene Gegenstände als Hindernis aufgestellt, die die Kinder überspringen können. Somit entsteht ein Sprungparcours. Es könnten z.B. unterschiedliche Bälle sein, Spielzeuge und vieles mehr.

Ebenso ist es möglich auf dem Boden liegende Seile oder Wollfaden zu balancieren, über oder unter Stühle klettern, sich um Tischbeine schlängeln, unter großen Decken hindurchkriechen usw.

3. Ballspiel:

Material: ein Softball Spieler: 2

So geht's: Die Spielpartner stellen sich gegenüber auf. Das Kind, das den Ball als erster wirft, überlegt sich vorher eine Bewegung.

Es könnte z.B. eine Drehbewegung, Hüpfbewegung, in die Hände klatschen sein usw. Erst wird der Ball geworfen, dann die Bewegung ausgeführt. Jede Bewegung kann man mehrmals ausüben, die Kinder wechseln sich beim Überlegen der Bewegungen ab.