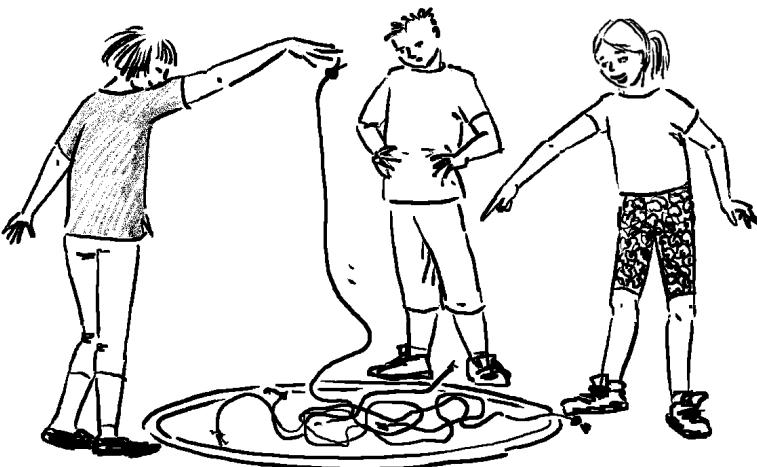




Springseil

Station: Nudelteller

Haltet eure Nudel (Seilchen) über den Nudelteller (Reifen). Auf ein Zeichen lasst ihr sie auf den Teller fallen, sodass ein Ende zu euch zeigt. Findet ihr euer anderes Nudelende nur mit den Augen?



Ihr braucht: 1 (gleichfarbiges) Seilchen pro Kind, 1 Gymnastikreifen

Springseil

Station: Tasten und raten

Legt mit den Seilchen Zahlen und Buchstaben auf den Boden. Die anderen Kinder verbinden sich vorher die Augen, tasten und raten dann.



Ihr braucht: Augenbinden, mehrere Seilchen

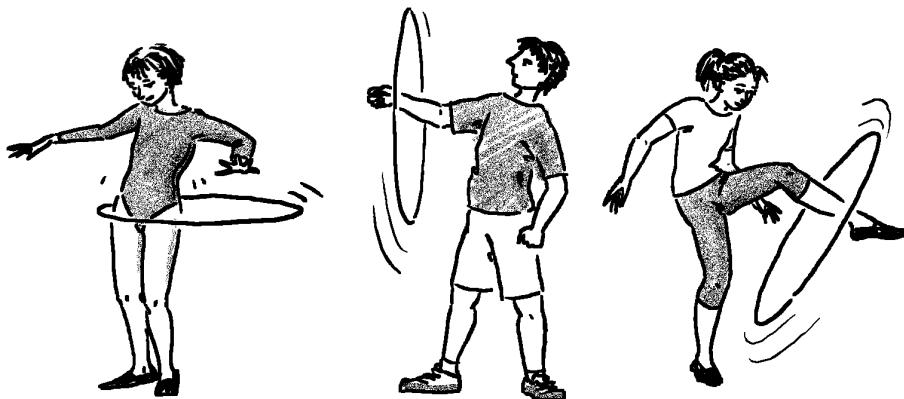


Gymnastikreifen



Station: Hula-Hoop

Lasst den Reifen um
den Bauch kreisen.
Stoppt die Zeit.
Wer schafft es
am längsten?



- ★ Kannst du den Reifen auch um den Fuß, das Handgelenk, den Unterarm kreisen lassen? Versuche es einmal mit 2 Reifen gleichzeitig.
 - ★ Denkt euch eine Hula-Hoop-Kür aus.
- Ihr braucht: 1-2 Gymnastikreifen, 1 Stoppuhr

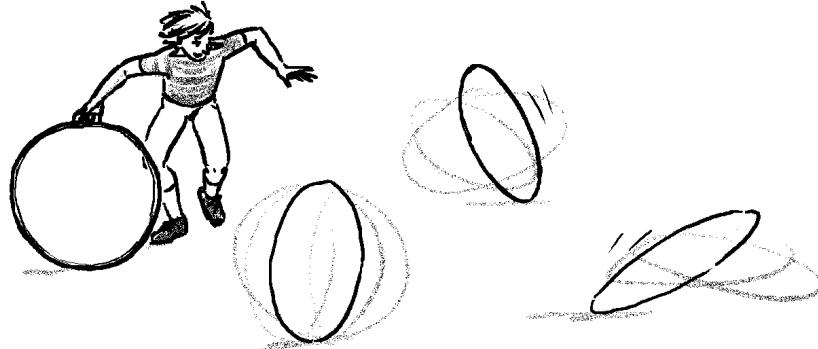


Gymnastikreifen



Station: Reifen tanzen

Zwirbel deine Reifen.
Drehe immer wieder nach, kein Reifen soll umfallen.



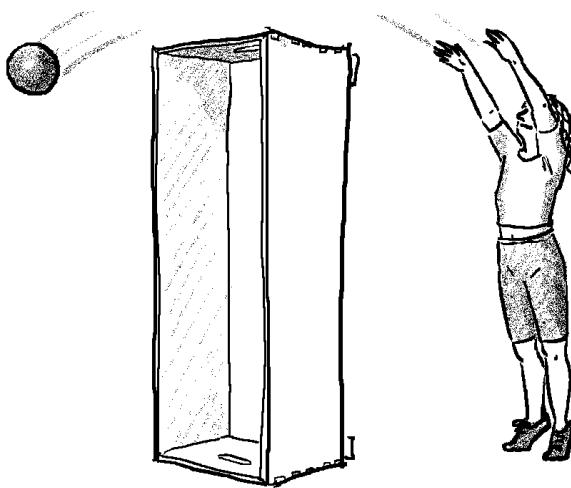
- ★ Wie viele Reifen schafft ihr alleine? Wie viele Reifen schafft ihr zu zweit?
- Ihr braucht: mehrere Reifen



Rollen-Werfen-Fangen-Prellen

Station: Ball durch den Kasten

Rolle den Ball durch den Kasten.
Dein Partner wirft ihn zurück
über den Kasten.
Wechselt euch ab.

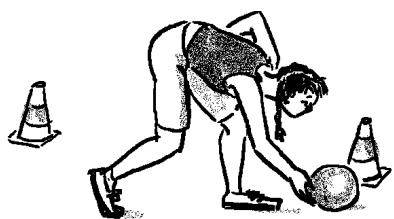


★ Könnt ihr den Ball auch durch das Kastenteil werfen und fangen?
Ihr braucht: 1 Kastenteil, 1 Ball

Rollen-Werfen-Fangen-Prellen

Station: Slalom rollen und prellen

Rolle den Ball mit der Hand um die Pylonen herum.
Prelle den Ball um die Pylonen zurück.



★ Kannst du den Ball mit rechts und mit links rollen/prellen?
Ihr braucht: 5 Pylonen, 1 Ball



Spiel: Bierdeckel wenden

Man benötigt etwa 40-50 Bierdeckel mit zwei unterschiedlichen Seiten (falls unbedruckt, farblich markieren). Zwei Mannschaften spielen gegeneinander. Die Bierdeckel werden vom Spielleiter in die Halle geworfen. Jede Mannschaft wählt eine Seite und versucht immer wieder die Deckel so zu wenden, dass ihre Seite oben liegt. Nach einer bestimmten Spielzeit werden die Deckel ausgezählt.

Spiel: Batteriespiel (mit Bierdeckeln oder Bohnensäckchen)

Alle Kinder laufen mit einem Bierdeckel auf dem Kopf (Batterie) durch die Halle. Verliert jemand seine „Batterie“, sackt er langsam runter in die Hocke. Andere Kinder können helfen, indem sie dem Kind wieder Strom zuführen (vorsichtig in die Hocke gehen und dem Kind die „Batterie“ wieder auf den Kopf legen).

Spiel: Pilze sammeln (mit Papprollen und Bierdeckeln)

Zwei Mannschaften spielen gegeneinander. Jede Mannschaft hat eine eigene Spielfeldhälfte. Auf dieser stehen gut verteilt die gleiche Anzahl an Papprollen. Auf ein Signal hin laufen alle Kinder zur Spielfeldmitte, wo die Bierdeckel liegen, und dürfen einen Bierdeckel mitnehmen. Diesen Pilzhut (Bierdeckel) setzen sie vorsichtig auf den Pilzstiel (Papprolle). Die Mannschaft, die zuerst alle Pilze zusammengesetzt hat, ist Sieger.

Stationen und Spiele mit dem Luftballon

Das aufregende Spielgerät „Luftballon“ sollte von den Kindern im Hinblick auf seine Eigenschaften erst einmal selbstständig ausprobiert werden. Danach können Bewegungsaufgaben gestellt werden:

Allein: Transportiere den Ballon zwischen den Beinen. Halte den Ballon mit Hand, Faust, Finger, Schulter, Kopf, Ellenbogen, Knie, Fuß in der Luft. Wurf den Ballon hoch. Bevor du ihn fängst, drehe dich um, klatsche in die Hände, setze dich hin und stehe auf. Bringe den Ballon mit möglichst wenigen Berührungen von einer Hallenseite zur anderen.

Mit dem Partner: Spielt den Ballon mit dem Fuß, der Hand, dem Kopf usw. hin und her. Transportiert den Ballon zu zweit über eine Strecke mit dem Kopf, Bauch, Rücken und Gesäß.

Entspannung mit dem Luftballon: Jedes Kind legt sich mit dem Rücken auf den Boden (evtl. auf Matten). Der Luftballon dient als Kopfkissen. Die Kinder schließen die Augen und lauschen der Entspannungsmusik.

Ballonkissen: Ein Kopfkissen- oder Bettbezug wird mit Ballons gefüllt, die Kinder dürfen sich vorsichtig darauflegen. (Das Ballonkissen ist auch gut zum Werfen und Fangen und für andere Spielformen geeignet!)