

Bewegungs- und Spielideen mit Muggelsteinen

Material:

Muggelsteine, Klopapierrollen

Geturnt wird barfuss. Muggelsteine werden von einem Startpunkt über eine kurze oder längere Distanz mit den Zehen in eine am Ziel aufgestellte Klopapierrolle transportiert. Bei kleineren Kindern Rolle festhalten. Größer können schon versuchen in die Rolle zu treffen, ohne dass diese umfällt.

Es kann auch versucht werden, innerhalb einer vorgegebenen Zeit so viele Steine wie möglich in der Rolle zu sammeln....

Dann wird gestartet. Erstmal bestimmt ihr wieder, wer loslegen darf.

Vorschläge:

z.B.

- wer einen roten Pulli anhat
- wer zuletzt am Klo war
- wer als erster aufgestanden ist
- 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.

* 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

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 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
- bekommt eine Geschichte vorgelesen
- darf sich ein Spiel aussuchen, das die Eltern mit ihm spielen.
- usw.

Und jetzt wieder 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