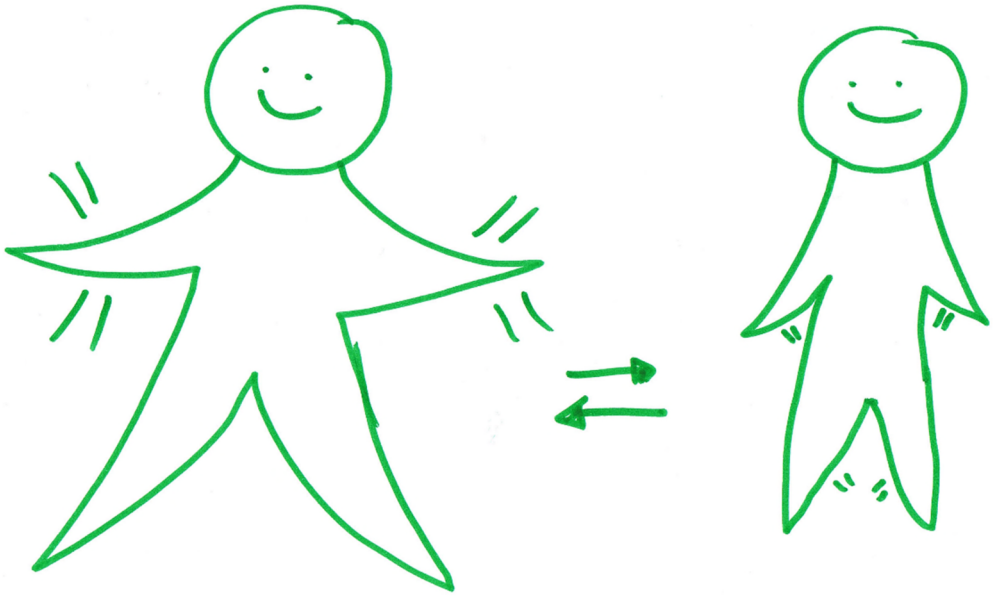
Bewegungsspiele

Hampelmann

Macht den Hampelmann zuerst langsam und dann immer schneller.

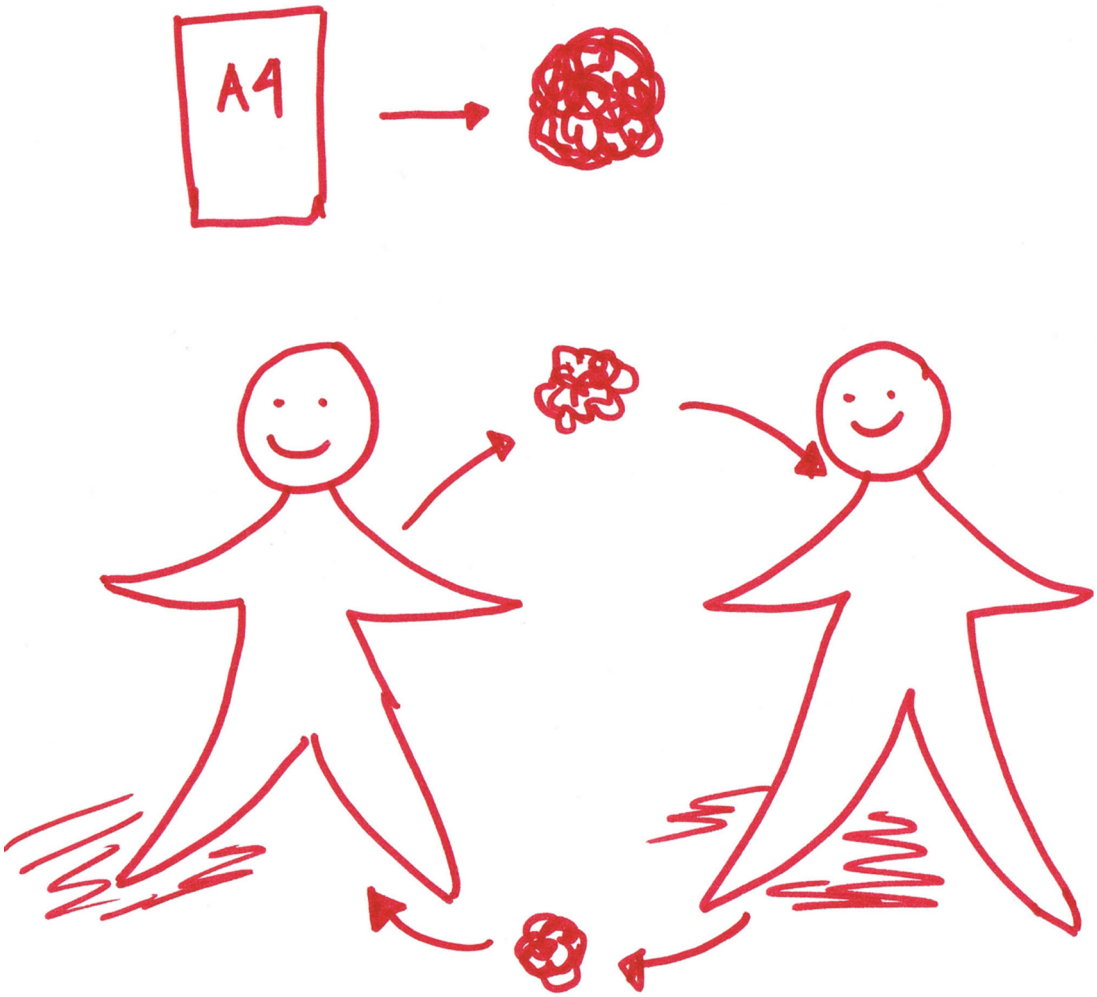


Hüpfen

Hüpfe auf einem Bein durch das Schulzimmer!

Werfen und Fangen

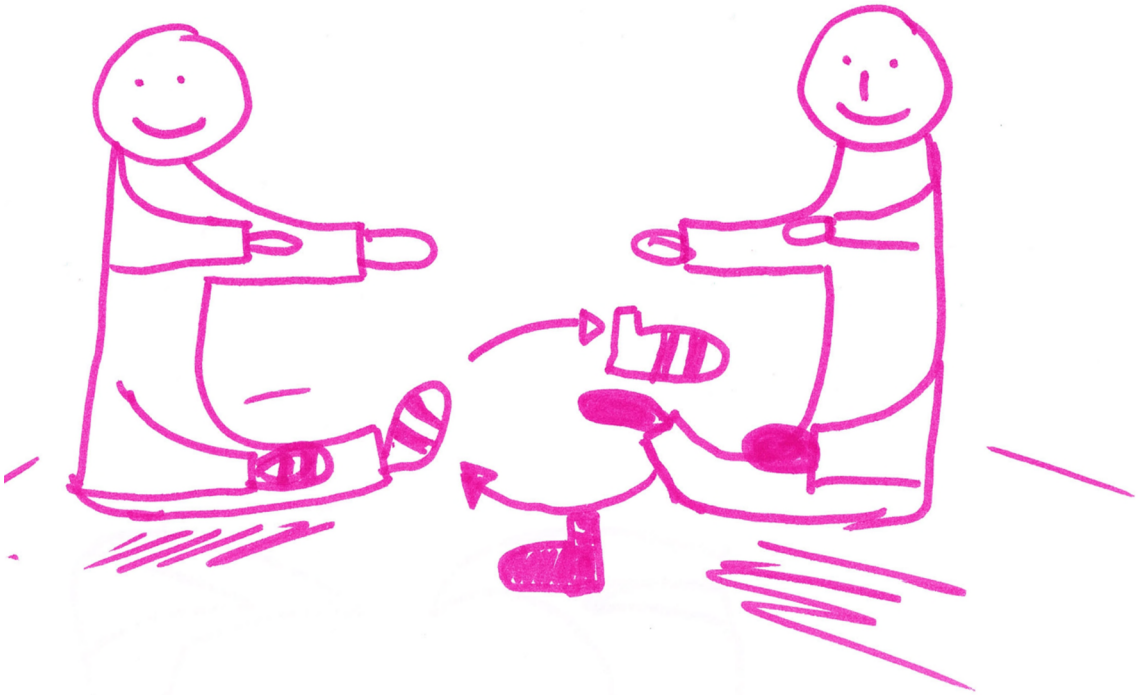
1. Papierball machen
2. Werft euch den Ball zu!



Schuhbalancieren

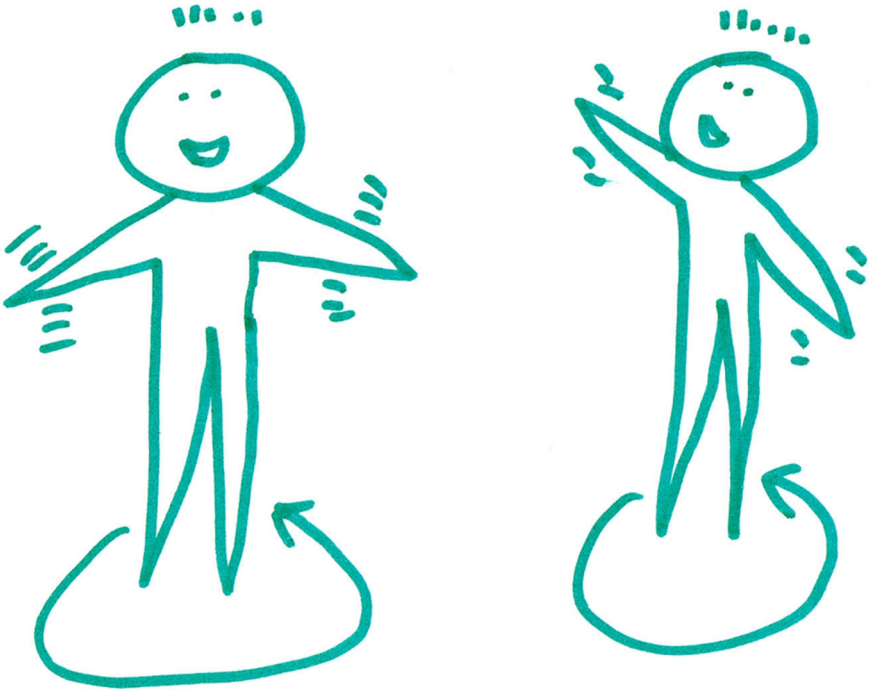
Tauscht die Finken – ohne die Hände zu brauchen!

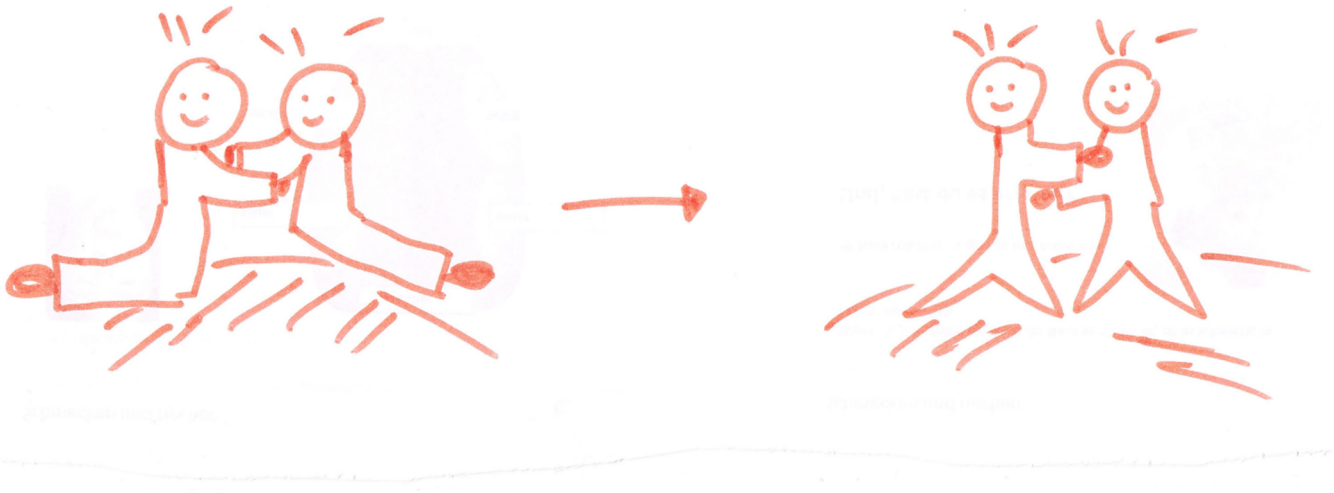
Schuhbalancieren: Tauscht die Finken – ohne die Hände zu brauchen!



Kreisel

Streckt die Arme aus und dreht euch langsam im Kreis!



Gemeinsam aufstehen

Sitzt auf den Boden: Rücken an Rücken. Die Arme habt ihr eingehängt. Nun versucht aufzustehen!