

Spaß an Bewegung

1. Einen Parcours in der Wohnung / im Haus bauen:
 - Tisch zum unter durch krabbeln
 - Stuhl zum runterspringen
 - Kissen zum drüber laufen (Wackelelemente)
 - Matratze für Vorwärtsrollen/Rückwärtsrollen
 - Bestimmte Stellen markieren für zB „einmal im Kreis drehen“, „Hampelmänner machen“, etc.

2. Trampolin bauen aus einer / mehreren Matratzen:
 - Mehrere Matratzen übereinander federn besser

3. Geschicklichkeit:
 - Viele Hand-/Fußabdrücke auf Papier zeichnen und diese in einer bestimmten Reihenfolge auf dem Boden befestigen
 - Diese Reihenfolge durch Hand auf Handabdrücke /Fuß auf Fußabdrücke nachmachen
 - Schwierigkeit ist individuell gestaltbar