

Dein Mini-Bewegungsabzeichen

4. Station „Laufen und Hüpfen“



Material

- Klebeband (Seile/Handtücher möglichst eng aufgerollt)

Aufbau

- Hintereinander im Abstand von ca. 0,5 Metern Klebeband (Seile oder aufgerollte Handtücher) aufkleben.

Bewegungsaufgabe

Die Kinder laufen über das Band (Seile oder aufgerollte Handtücher), ohne das Band zu berühren.

Zusatzaufgabe

Die Kinder gehen rückwärts.

Kannst du mit einem Fuß abspringen und mit dem anderen landen (Schrittsprung)?

Kannst du mit geschlossenen Füßen (Schlusssprung) abspringen und landen?

Ältere Kinder können auf einem Bein über das Band hüpfen.

