

Bewegungs-Ideen für zu Hause

Folgende Materialien kann man dazu verwenden:

- Krepp-Klebeband, Washi-Tapes, (Klebeband, welches man bedenkenlos am Fußboden befestigen und auch wieder mühelos entfernen kann)
- Klopapier-Rollen
- Kartons
- Strohhalme
- Watte
- Fahrzeuge
- Möbel wie z.B. Stuhl oder Hocker

Möglichkeit 1: Rennstrecke für Fahrzeuge auf den Boden aufkleben

- Hierfür das Klebeband so anbringen, dass eine zweispurige oder auch mehrspurige Fahrbahn entsteht.
- Alle Fahrzeuge, die am Rennen teilnehmen sollen, sammeln.
- Und nun kann es schon losgehen! Welches Auto fährt schneller? Welches Auto fährt am langsamsten? Welches ist das Schnellste?
- Vielleicht kann man auch die Fahrzeiten stoppen?
- Oder vielleicht kann man auch eine richtige Fahrstrecke durch die Wohnung gestalten? Mit Häusern aus Lego oder Duplo?

Möglichkeit 2: Bewegungs-Parcours aufkleben

- Das Klebeband so am Boden aufkleben, dass eine spannende Strecke entsteht. Mit geraden Strecken zum Balancieren, mit kurzen Stücken zum Hüpfen, evtl. Linien für besondere Balancier-Herausforderungen.
- Je nach Lust und Laune, kann man Möbel integrieren. Einen Stuhl zum darunter durch oder oben drüber klettern.
- Man kann Kartons zum hindurch Krabbeln einbauen.
- Man kann den Parcours vorwärts, rückwärts, seitwärts durchführen.
- Oder noch besondere Aufgaben einbringen, wie zum Beispiel 5 x klatschen bevor man hüpfet oder 3 x einen Hampelmann machen, nachdem man unter dem Stuhl durch gekrabbelt ist.

Möglichkeit 3: Watte-Pusten

- Eine Strecke mit Klebeband am Boden aufkleben und mit dem Strohalm einen Watteball entlang pusten.
- Klopapier-Rollen am Boden mit Klebeband befestigen und die Wattebälle hindurch pusten.