

Das verrückte Sportabzeichen @home - Material und Hinweise

In der Datei *Das verrückte Sportabzeichen_druck* findet ihr die Stationskarten sowie die Laufkarte zum Ausdrucken. Schneidet die Karten entlang der gestrichelten Linie aus und verteilt sie an den einzelnen Stationen.

Eine Auflistung des benötigten Materials für die verschiedenen Stationen findet ihr hier:

Station 1: Verkehrte Welt

- 1 Paar Schuhe / Hausschuhe
- 5 bis 6 Wasserflaschen

Die Wasserflaschen zu einem Slalom aufbauen.

Station 2: Durch die Wand

- Doppelseiten einer Zeitung

Eine einzelne aufgeschlagene Doppelseite wird zwischen 2 Personen ungefähr auf Brusthöhe festgehalten (je nach Größe des hindurch rennenden Kindes).

Station 3: Alles dreht sich

- (farbiges) Klebeband zum Markieren
- freie Fläche ohne Hindernisse zum Laufen (z.B. Wohnungsflur oder Draußen)

Mit dem Klebeband den Start (zum Drehen) und das Ziel (zum Abklatschen) markieren.

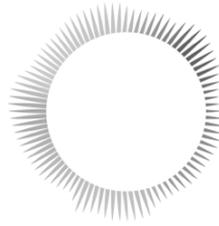
Station 4: Stahlharte Muskeln

- 1 Reckstange (z.B. auf einem Spielplatz) oder 1 große gefüllte Wasserflasche

Station 5: Limbo

- 1 Seil / Stab / Besenstiel

Das Seil / den Stab/Besenstiel waagrecht ausgestreckt festhalten, sodass das Kind drunter her laufen kann. Nach jeder Runde etwas niedriger halten.



Station 6: Faultier

- 2 Behälter (z.B. Eimer, Kisten, ...)
- 1 Ball oder anderen Gegenstand

Die Behälter mit einem Abstand von 1-2 Metern nebeneinander aufstellen und den Ball/Gegenstand in einen der Behälter legen.

Station 7: Körper-Buchstabieren

- ohne Material

Station 8: Schatztransport

- 1 großes Kissen als Schatz
- 1 Decke oder Laken
- 1 Behälter (Eimer, Kiste, ...)

Die Decke auf dem Boden ausbreiten, an der Seite festhalten und Wellen schlagen. Das Kind klemmt sich das Kissen zwischen die Beine und läuft über die Decke zum Behälter. Dort angekommen, muss es die Hände hinter dem Rücken verschränken und das Kissen in den Behälter fallen lassen. Ältere Kinder können bereits auf dem Weg die Hände verschränken oder auch schon versuchen den Schatz ohne Hände aufzuheben.

Station 9: Das sinkende Schiff

- ohne Material, ggf. etwas zum Markieren (z.B. farbiges Klebeband)

Zwischen den einzelnen Zwischenstationen etwas Abstand lassen.

Station 10: Turmbau

- Bauklötze, Kissen oder zum Stapeln geeignetes Material

Das Kind sollte am besten barfuß sein.

Wir wünschen euch viel Spaß!
Euer Team vom ImpulsWerk