

INFORMATION

TSG 1873 EISLINGEN E.V.



Bewegungspäckchen Schwämme

Materialien: Schwämme, Musik



1. Verschiedene Aufgaben

Ihr benötigt jeweils einen Schwamm. Probiert nun aus, was man mit dem Schwamm alles machen kann. Drückt ihn zusammen, werft ihn in die Luft und fangt ihn wieder auf... Dabei könnt ihr euch im Zimmer bewegen und die Übungen auch mal im Laufen ausprobieren. Wenn ihr verschiedene Übungen gemacht habt könnt ihr nun eine Kiste nehmen und von verschiedenen Abständen die Schwämme in die Kiste werfen. Auch könnt ihr die Schwämme auf verschiedene Arten transportieren. Ihr könnt zum Beispiel erstmal ganz normal den Schwamm tragen, dann versuchen rückwärts zu laufen mit dem Schwamm oder ihn auf einem weiteren Gegenstand zu transportieren.

2. Musikstopp

Als erstes verteilt ihr die Schwämme im Zimmer. Nun braucht ihr die Musik. Solange die Musik läuft, lauft ihr im Zimmer rum. Versucht immer neue Bewegungsarten zu finden. Wenn die Musik aufhört müsst ihr verschiedene Aufgaben machen zum Beispiel:

1. So viele Schwämme berühren, wie ihr könnt
2. Alle Schwämme einsammeln
3. Die Schwämme einsammeln und nun hochwerfen
4. Ein bestimmtes Ziel abwerfen

3. Schlammschlacht

Bei der Schlammschlacht braucht ihr eine Person, die mit euch spielt. Ihr braucht wieder mehrere Schwämme und müsst nun versuchen euch gegenseitig abzuschleifen. Anschließend könnt ihr auch zählen, wie oft ihr den anderen getroffen habt.

