

Knochengesundheit: Seeräuberfangis

Während dieser Übung sind die Kinder ständig unterwegs in der Sporthalle und bewegen sich von einem Reifen zum anderen, lösen dabei verschiedene Aufgabenstellungen.

Die Reifenanzahl wird auf eine Zahl, die etwa der Hälfte der Klassengrösse entspricht, reduziert. Gespielt wird ein ganz normales Fangis. Dabei bilden die Reifen aber jeweils eine schützende Insel. Auf der Insel kann man nicht von den Seeräubern gefangen werden. Kommt ein weiteres Kind auf die Insel, so muss das erste Kind die Insel wieder verlassen.



Variationen

- Die Kinder bilden Zweiergruppen. Das eine Kind folgt dem anderen.
- Nur jeder zweite Schritt muss auf einer Insel sein.

Material:Reifen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO