

# Mut tut gut – Rhythmus: Hüpfspiele

Diese Übung dient dem Rhythmisieren und die Kinder können dabei ihrem Bedürfnis nach hüpfen und springen gerecht werden.

Die Kinder üben rhythmisches Hüpfen und Springen, einbeinig, beidbeinig und wechselweise, im eigenen Takt oder zu Musik. Zahlenreihen hüpfen!

**Bemerkung:** Ein Hüpfmuster bereit stellen oder mit Kreide auf eine Mattenbahn aufzeichnen.



**Material:** Mit Teppichresten, Markierungsscheiben, Reifen, Koordinationsgitter, Matten.

---

Quelle: [Mut tut gut](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**