Outdoorspiele mit Kids – Im Wasser: Schwebelage einnehmen

Während dieser Übung sollen sich die Kinder möglichst lange vom Wasser tragen lassen.

Die Kinder sind Flugzeuge. Sie fliegen und rennen durch das Wasser. Dann landen die Flugzeuge, indem die Kinder möglichst schnell, auf dem Bauch liegend, zu «schweben» versuchen.

Variationen

- Gleiche Übung mit Partnerhilfe.
- Das Flugzeug landet (schwebt) und lässt den Motor laufen (Ausatmen durch Mund und Nase), bis der Treibstoff (Luft) ausgeht.
- Das Flugzeug landet auf dem Rücken (Ausatmung durch die Nase).

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO