

Warming Up (kleine Sportübung gesucht)

Beitrag von „*Jazzy*“ vom 25. April 2013 12:39

Ich hasse den Hannes... 

Die Lieder von Volker Rosin sind echt Klasse, aber eigentlich höchstens noch fürs 2. Schuljahr geeignet. Kika Tanzalarm ist noch ganz nett. Ansonsten würde ich auch den Gangnamstyle empfehlen. Einfache Aerobic Übungen kombiniert mit Hampelmännern etc...

Spiel: Wildgewordene Sau (alle Kinder rennen zur Musik durch die Gegend - wie eine wilde Sau. Sobald die Musik stoppt ruft der Lehrer eine Zahl und die Kinder müssen sich in dieser Größe zusammen schließen. Dann wieder wilde Sau.)

Stopptanzen, Stopptanzen mit Kommandos (Hampelmann, Liegestütze, Sit Ups, Strecksprünge, auf einem Bein hüpfen....), mit Fastfood (Burger - 2 Kinder umarmen sich/legen sich aufeinander; Cheeseburger - 3 Kinder umarmen sich; Milchshake - Arme nach oben und schütteln; Pommes - auf die Zehenspitzen und Arme nach oben strecken....), mit Tieren.