

Konzentrationsspiel

Die Würfelpause

Material:

Würfel

Aufgabe:

Würfle in der Pause 1 Mal mit dem Würfel und mache die zu der jeweiligen Zahl gehörende Übung.



Hüpfe auf einem Bein 3 Mal um deinen Stuhl – erst mit dem einen, dann mit dem anderen Bein.



Mache 20 Hampelmänner.



Knie dich auf den Boden und setze dich auf deine Fersen. Lege deine ausgestreckten Arme nach vorne auf den Boden. Dehne deine Schultern, atme tief durch und zähle leise bis 30.



Mache 10 Liegesprünge. Leg dich dazu auf den Boden, springe in die Hocke und hüpfe dann nach oben.



Klopfe deinen ganzen Körper vom Kopf bis zu den Füßen mit deinen Händen ab und wieder zurück. Schüttele deine Arme und Beine anschließend ordentlich durch.



„Setze“ dich mit dem Rücken die Wand oder die Zimmertür und zähle langsam bis 30.

Sehr gerne darfst du mit deinem Kind kreativ werden und euch neue Aufgaben zu den jeweiligen Würfelzahlen ausdenken. Alles was Spaß macht, ist erlaubt :-)

Impressum:

Kerstin Bertsch, Am Speckert 9, 97209 Veitshöchheim

Diese Spielanleitung ist nur für den privaten Gebrauch bestimmt. Kopien, Vervielfältigungen und Verarbeitungen für kommerzielle Zwecke sind nicht gestattet.