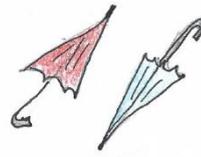


## Bewegungsideen mit dem Schirm



Wir haben die Bewegungsanregungen für dich zusammengestellt:



## Kreisel

**Material:** ein Schirm pro Kind

**Aufgabe:** Jedes Kind bekommt einen Schirm und versucht seinen aufgespannten Schirm auf der Spitze zu drehen.

Wie häufig könnt ihr um den Schirm herumlaufen, bis dieser wieder zum Stillstand kommt?



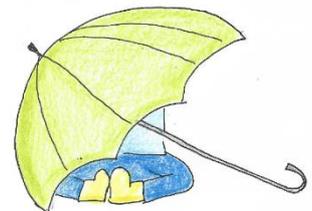
: Bei kleineren Kindern kann der Schirm auch am Griff festgehalten werden, während um den Schirm herumgelaufen wird. Alternativ kann die Aufgabe auch mit einem Gymnastikstab durchgeführt werden.

## Verstecken

**Material** ein Schirm pro Kind

**Aufgabe:** Verstecke dich hinter dem aufgespannten Schirm, sodass du nicht mehr zu sehen bist. Es sollte möglichst kein Körperteil mehr zu sehen sein. Schaffst du das?

Wie viele Personen schaffen es, sich gleichzeitig hinter dem Schirm zu verstecken?  
Wie viele Schirme benötigt ihr, um zwei, drei, vier, alle Kinder zu verstecken?



## Balanceakt

- Material** ein Schirm oder ein Gymnastikstab/Besenstiel pro Kind
- Aufgabe:** Balanciere den Schirm z.B. auf...  
 ... der geöffneten Hand (links und rechts)  
 ... den Fingerspitzen (links und rechts)  
 ... dem Fußrist / den Zehenspitzen (links und rechts)  
 ... dem Kopf
- Variante:** Der Schirm hat einen gebogenen Griff. An welchen Körperteilen kannst du den Griff einhängen?
- Wie viele Schirme kannst du gleichzeitig transportieren?



## Hüpfen und Springen

- Material** ein Schirm oder ein Gymnastikstab/Besenstiel
- Aufgabe:** Lege den Schirm geschlossen auf den Boden. Hüpf...  
 ... vorwärts  
 ... rückwärts  
 ... seitwärts  
 ... einbeinig  
 über den Schirm.
- Hinweis:** Achtet darauf, dass die Schirme verschlossen sind und versuche die Schirme nicht zu berühren. Es besteht Rutschgefahr.



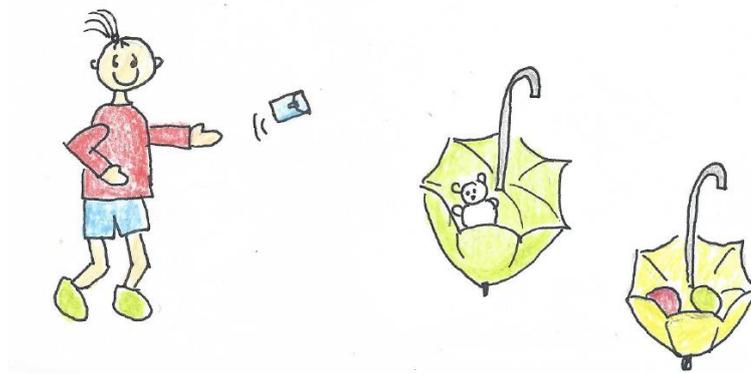
Im Auftrag von

## Schirm zielen

Material ein Schirm, leichte Materialien

Aufgabe: Spanne den Schirm auf und lege ihn mit der geöffneten Seite nach oben auf den Boden. Stelle dich nun mit etwas Abstand zum Schirm hin und versuche leichte Gegenstände in den geöffneten Schirm zu werfen. Das kann z.B. ein kleiner Softball, ein Kuscheltier, ein Taschentuchpäckchen etc. sein.

Du kannst auch mehrere Schirme in unterschiedlicher Entfernung platzieren. Schaffst du es auch Gegenstände in den Schirm, der am weitesten entfernt ist, zu werfen?



Im Auftrag von



Baden-Württemberg  
MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

Gründer  
Sparda-Bank Baden-Württemberg eG  
Badischer Turner-Bund e.V.  
Schwäbischer Turnerbund e.V.