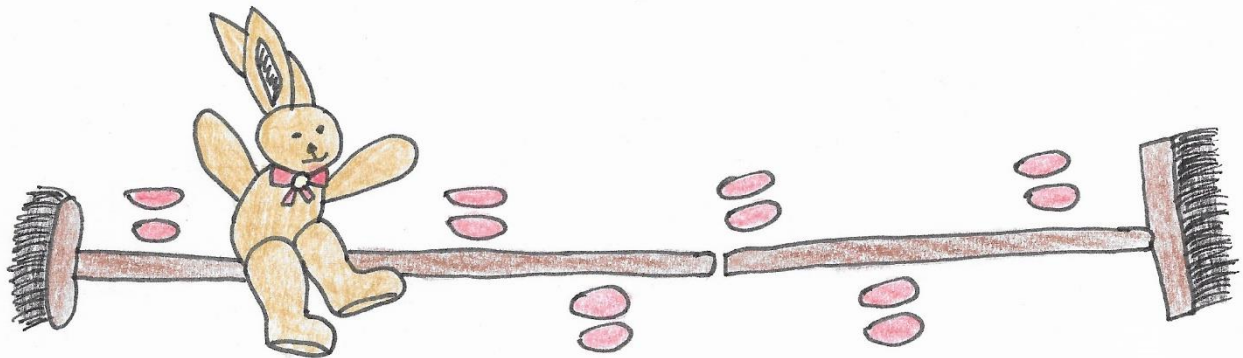
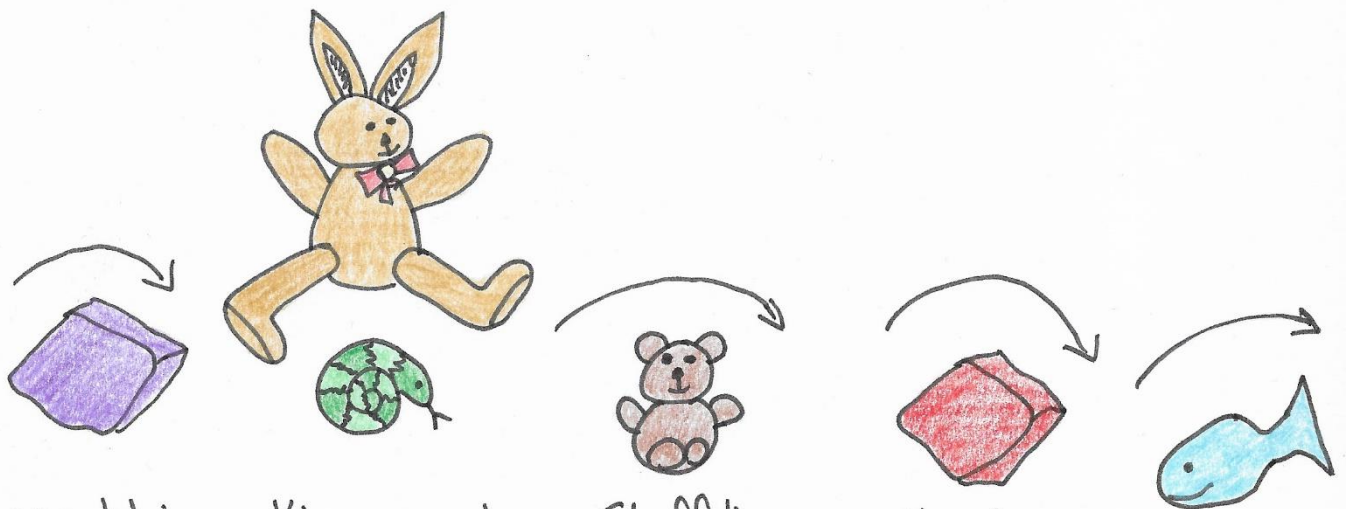


# SPORT IM UND

Hasen lieben es zu hüpfen. Kannst du das auch so gut wie Felix? Das geht sogar im Wohnzimmer. Du solltest vorher nur alles aus dem Weg räumen.



Lege einen Besen auf den Boden und hüpf von einer Seite zur anderen. Schaffst du es auch auf einem Bein? Und rückwärts? Auf allen Vieren?

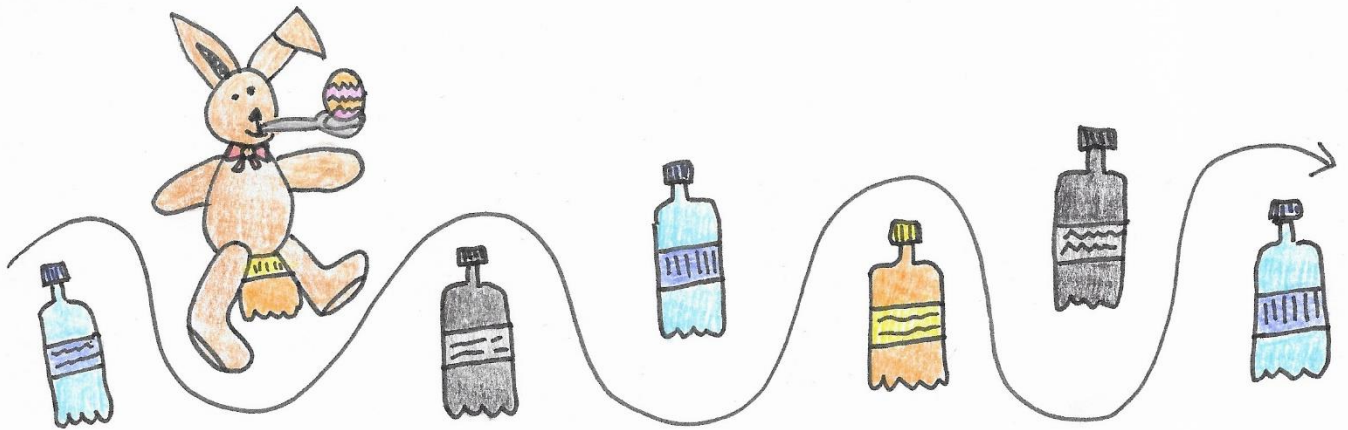


Lege kleine Kissen oder Stofftiere mit etwas Abstand dazwischen aus. Versuche darüber zu hüpfen, ohne sie zu berühren. Schaffst du es beide Beine dabei zusammen zu halten? Gelingt es dir auch auf einem Bein?

⚠ Tipp: Versuche gut abzufedern und leise zu hüpfen.

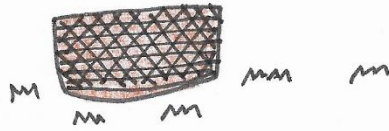
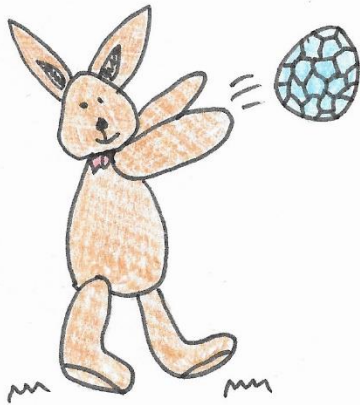


Bitte deine Eltern dir am Türrahmen etwas aufzuhängen. Wie hoch kannst du springen? Schaffst du es die Gegenstände runter zu holen?



Baue mit Petflaschen oder etwas ähnlichem einen Slalom auf. Kannst du dir (wie Felix) einen Löffel in den Mund stecken und darauf etwas (z.B. kleiner Ball) balancieren, ohne dass es runter fällt?

Nimm ein Kirschsteinsäckchen oder etwas ähnliches (z.B. Ballon oder Znünisäckli mit Reis gefüllt und fest verknotet) und versuche es auf deinem Kopf und anderen Körperteilen zu balancieren. Schaffst du es auch mit deiner Schulter, deinem Knie, dem Fuss und auf dem Ellbogen?



Versuche einen Ball, ein kleines Stofftier oder eine zerknüllte Zeitung ins Osternest / einen Eimer oder einen Kochtopf zu werfen. Mit wie viel Abstand triffst du noch? Kannst du den Ball auch unter den Beinen durch werfen?

Versuche den Ball hochzuwerfen und wieder zu fangen. Schaffst du das auch im Sitzen und im Liegen? Kannst du klatschen und andere Tricks machen, bevor du den Ball wieder fängst?



Die Hühner lieben den Ententanz. Kannst du ihn mit Felix und den Hühnern tanzen? Du kannst ihn auch auf Youtube ansehen und zur Musik tanzen.

Stichwort: Ententanz (Dance little bird) - Singen, Tanzen und Bewegen || Kinderlieder