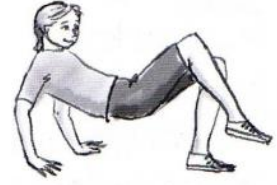


Wir bauen eine Straße: Transportiere eine Klopapierrolle im Spinnengang (Brücke) auf dem Bauch zum Ausgangspunkt deiner Straße-abladen und die nächste holen, sie daneben oder mit etwas Abstand stellen, sooft und wieviele vorrätig sind und wie lang die Straße werden soll, kann durch alle Räume gehen.

1. Grätschgang über die ganze Länge
2. In Grätsche hüpfen, wenn hüpfen baulich möglich ist
3. Grätschgang mit Rolle auf dem Kopf
4. Grätschgang mit je einer Rolle auf den ausgestreckten Armen
5. Grätschgang mit einer Rolle auf dem Kopf und je einer auf den ausgestreckten Armen
6. Alle diese Übungen können auch im Rückwärtsgang ausgeführt werden
7. Auf allen 4en seitwärts
8. Auf allen 4en vorwärts
9. Auf allen 4en rückwärts
10. 7.-9. Mit Rolle auf dem Rücken
11. Kinder können auch selbst erfinden
12. Straße wieder abbauen wie zu Beginn
13. Klorolle auf dem Kopf-Enbeinstand dann ein Bein nach hinten, nach vorne, seitwärts schwenken
- 14- Übung 13 mit Klorollen auf den ausgestreckten Armen
15. Klorolle auf dem Kopf – Hocke
- 16 Einbeinhocke (schwer)
17. Im Grätschsitz im Kreis sitzen und eine Rolle jemandem zurollen und diesem eine Aufgabe stellen: z.B stell die Rolle vor dich hin und spring darüber (vorwärts, seitwärts, rückwärts); kann auch eine Frage, die zu beantworten ist, sein; auch kombinierbar mit: Ich seh, ich seh was du nicht siehst. Nach der Antwort erst weiterrollen.
18. Im Sitz Rolle mit den Händen nach hinten stellen und wiederholen
19. Dgl. im Grätschsitz, jedesmal die Rolle weiter nach vorn
20. Langsitz - Rolle auf den Bauch legen, Po heben und sie bis zu den angezogenen Zehen rollen lassen und wieder zurück
21. Füße halten Rolle, heben sie hoch (Kran) in versch. Höhen, hinter den Kopf
22. In der Hockegehen und Rolle um die Wette rollen
23. Einen möglichst hohen Turm bauen
24. Einer darf bestimmen, mit welcher Bewegung der Turm umtanzt wird



Viel Spass, Eure Anneliese