

Bewegungsangebote in Kleinfeldern - Vierfarbenquadrat



Organisation: Je Kind ein Feld von ca. 2 x 2 Metern. Jedes Feld wird durch die gleichen verschiedenfarbigen Hütchen und durch Kreidelinien abgegrenzt. Durch zwei weitere Kreidelinien wird jedes Feld in vier kleine Felder geteilt. Die Felder haben ein Abstand von ca. 2 Metern.

Corona Regeln für die Kinder: a) Während des Angebotes darf das eigene Feld nicht verlassen werden. b) Die Hütchen dürfen nicht mit der Hand berührt werden, verrutscht ein Hütchen, muss es mit dem Fuß zurückgeschoben werden. c) Nach dem Angebot besonders auf die Abstandsregel achten, da es durch das Schwitzen zu einer erhöhten Ausatmung kommt.

Beispiele für Übungen:

1. Laufen um die farbigen Hütchen: verschiedene Laufformen vorwärts, rückwärts und seitwärts um die Hütchen. Wettbewerb: Start in der Feldmitte, LK sagt Farbkombination an, Kinder laufen um die Hütchen und wieder zur Mitte.
2. Laufen und Koordination in den vier kleinen Feldern: Im und gegen den Uhrzeigersinn über die vier kleinen Felder laufen ohne die Linien zu berühren (vorwärts und rückwärts). Gleicher Ablauf auf allen Vieren und im Krebsgang. Halteübung: Die beiden Hände befinden sich in blau und gelb, die Füßen in rot und weiß.
3. Hüpfen in den vier kleinen Feldern: Im und gegen den Uhrzeigersinn über die vier kleinen Felder beidbeinig und einbeinig hüpfen. Wettbewerb: Start in der Feldmitte, LK sagt Farbkombination an, Kinder hüpfen in die Felder und dann wieder in die Feldmitte.