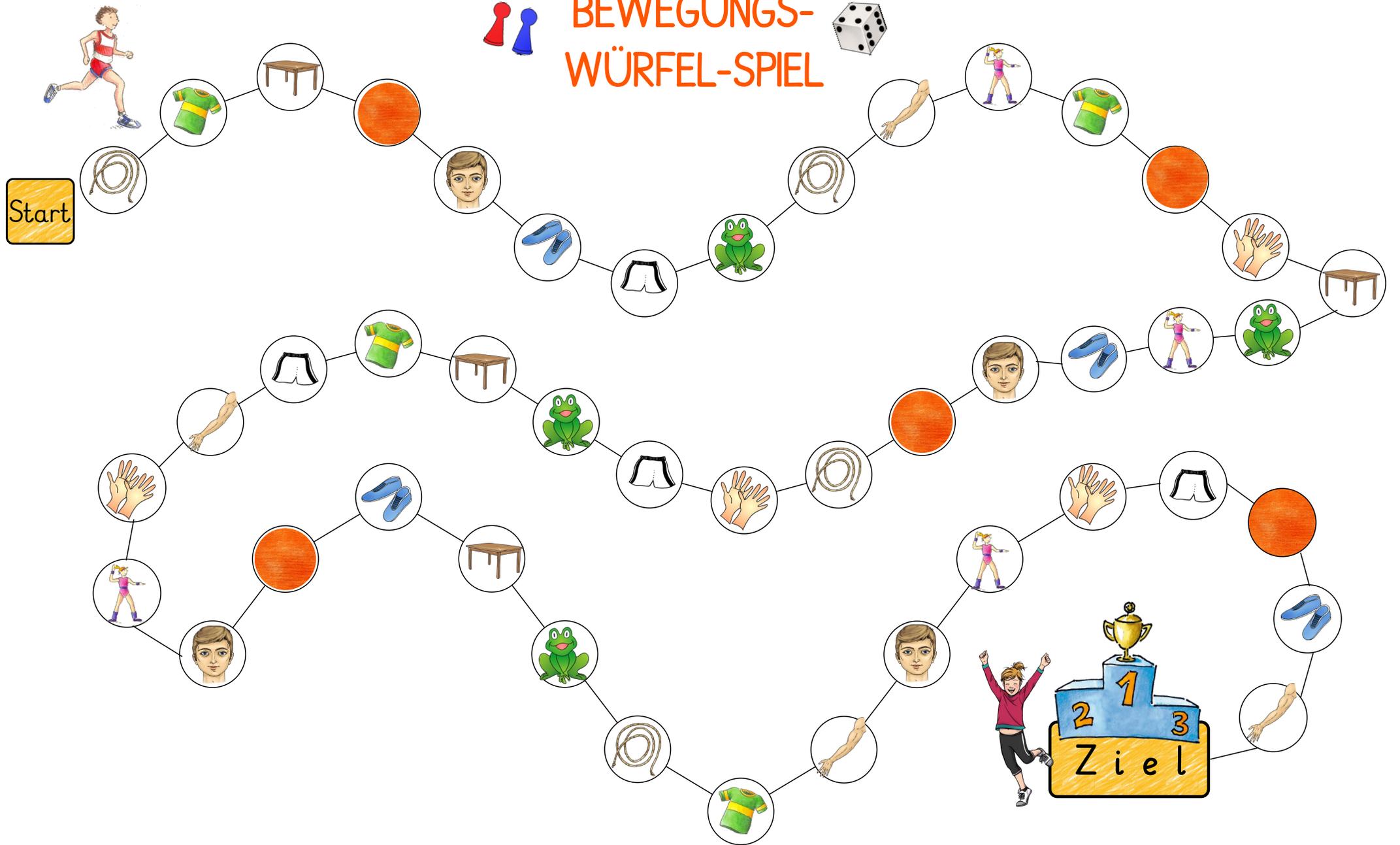


BEWEGUNGS- WÜRFEL-SPIEL



Bewegungs-Würfel-Spiel

Du brauchst:

- einen Würfel 
- für jeden Mitspieler eine Spielfigur 

Anleitung:

Die Spielfiguren werden auf das Startfeld gestellt. Reihum wird gewürfelt. Jedes Symbol stellt eine andere Bewegungsaufgabe dar, die ausgeführt wird.

Wer ist als erstes im Ziel?

Viel Spaß!

	5 Kniebeugen
	5-mal auf den Boden legen und wieder aufstehen
	5-mal auf jedem Bein hüpfen
	5-mal den Kopf kreisen
	3 Liegestützen
	5 Froschhüpfen
	5-mal beide Arme kreisen
	5 Hampelmänner
	5-mal in die Hände klatschen
	1-mal rückwärts um den Tisch laufen
	Joker = Pause für dich

Sportliche Würfelaufgaben

Du brauchst:
1 Würfel



Anleitung:

Du kannst alleine oder mit einem Partner das Spiel spielen. Es wird (abwechselnd) gewürfelt. Je nach Augenzahl wird die entsprechende Übung ausgeführt.



Mache 10 Kniebeugen!



Mache 10 Hampelmänner!



Hüpfe 10 mal wie ein Frosch!



Laufe eine Runde auf deinen Versen!



Hüpfe 10 mal auf einem Bein!



Kreise deine Arme 10 mal!