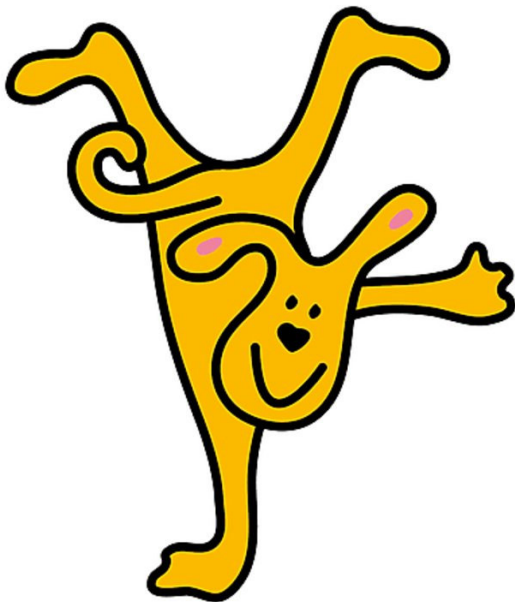


Oster-Bewegungsspaß @Home



©www.ClipProject.info

www.ltvlippstadt.de



Oster - Würfelspiel



Würfel eine Zahl und stelle die Bewegung dar, die neben der gewürfelten Zahl steht.


			<p>Hampelhase Mache 20 Hampelmänner. Zähle laut mit.</p>
			<p>Häschen springt im Viereck Stelle dir ein Viereck auf dem Boden vor. Nimm die Hände in die Hüfte, schließe die Füße und springe 3-mal alle 4 Ecken ab.</p>
			<p>Häschen in der Grube Singe das Lied „Häschen in der Grube“. Hocke dich hin und springe bei jedem „Häschen hüpf“. Wiederhole 3-mal.</p>
			<p>Der einbeinige Hase Hüpfe einmal mit dem linken und einmal mit dem rechten Bein von der Küche ins Wohnzimmer und zurück.</p>
			<p>Hasen Weitsprung Hüpfe soweit du kannst.</p>
			<p>Hasenstrecksprung Hocke dich hin. Springe 10-mal so hoch du kannst.</p>



Aprilwetter

Im April macht das Wetter was es will.

In den nächsten 5 Minuten ist es ganz besonders schlimm. Es wechselt seine Laune die ganze Zeit.

<p>Zuerst regnet es leicht</p> 	<p>Hüpfen</p>
<p>und dann wird es immer heftiger</p> 	<p>Immer schneller hüpfen</p>
 <p>plötzlich hagelt es</p>	<p>Lang ausgestreckt auf den Bauch legen und gleichzeitig mit den Fußspitzen und Fingern auf den Boden klopfen</p>
<p>Der Donner ist nicht zu überhören</p> 	<p>Mit den Füßen stampfen</p>
<p>und dann schneit es auch noch</p> 	<p>Leise tippelnd durch den Raum tanzen</p>
<p>zum Schluss zeigt sich die Sonne und es wird ganz warm</p> 	<p>Die Hände ganz fest aneinander reiben</p>



Oster-Rhythmusspiel

Jedes Bild steht für eine Bewegung. Versuche den Rhythmus der einzelnen Reihen nachzumachen.

Du kannst dir auch eine eigene Reihe malen und so deinen eigenen Oster-Rhythmus erstellen.



auf die Schulter klopfen



auf den Tisch klopfen



mit den Füßen stampfen



klatschen



auf den Oberschenkel klopfen

