

## Ideen für Zuhause

### Idee 1

Mache aus einem Paar Socken von Deinen Eltern einen Ball. Leg den Sockenball auf einen Fuß und hebe den Fuß langsam an. Bleibt der Ball liegen? Geht es mit dem anderen Fuß genauso gut? Natürlich kannst du auch jonglieren. Wie viele Wiederholungen gelingen dir?

### Idee 2

Nimm 3 kleine Schachteln (Seifenschachtel z.B.) Du musst in jeder Hand eine halten. Die dritte Schachtel klemmst du zwischen die anderen beiden. Werf die mittlere Schachtel in die Höhe. Versuche diese wieder mit den anderen Schachteln in deinen Händen aufzufangen. Natürlich kannst du auch nur eine Schachtel hochwerfen und nur mit den Händen auffangen.

### Idee 3

Jetzt brauchst du eine Murmel oder einen kleinen Ball, eine Schüssel und einen Stuhl. Den Stuhl stellst du an das lange Ende des Tisches. Auf den Stuhl platzierst du die Schüssel. Geh mit der Murmel auf die gegenüberliegende Seite. Rolle die Murmel über den Tisch und versuche in die Schüssel zu treffen.

### Idee 4

Hol dir einen Regenschirm und eine Papprolle, sowie ein Klebeband und eine Murmel. Befestige die Papprolle mit dem Klebeband auf dem Boden. Jetzt nimmst du den Regenschirm mit dem Griff nach unten. Er ist dein Golfschläger. Versuche die Murmel mit dem Schirm durch die Papprolle zu schießen. Vielleicht baust du dir ja einen ganzen Papprollen- Parcours auf.

### Idee 5

Hierzu brauchst du eine Schüssel und ein Kartenspiel. Stell dich 2 Schritte entfernt von der Schüssel auf und werfe die Karten einzeln in die Schüssel.