

➔ Welche Übung passt zu welchem Bild?
Lies die Beschreibungen genau durch und klebe dann die richtigen Zeichnungen (Blatt 3) dazu!



☺ **ABC-Spiel:**
Du sitzt auf deinem Sessel. Schreibe zuerst mit einem gestreckten Bein einige Buchstaben des Alphabetes in die Luft, dann mit dem anderen Bein.



☺ **Katzenbuckel:**
Knie dich auf deinen Sessel und stütze dich mit den Armen ab. Mache nun den Rücken 10 mal abwechselnd rund und wieder gerade.



☺ **Kleiner Drachen:**
Du bist ein kleiner Drachen und tanzt im Wind hin und her, auf und nieder, rundherum, immer höher, ... bis der Wind nachlässt und der Drachen zu Boden sinkt. (ca. 2 Minuten lang)



☺ **Bergsteigen:**
Stelle deinen Sessel vor dich. Steige nun langsam abwechselnd mit dem linken und dem rechten Fuß auf den Sessel. (ca. 2 Minuten lang)

