



Runter vom Sofa, Bildschirm aus!

Spaziergang ohne Langeweile

Zapfenlauf

Such dir einen Zapfen und eine Astgabel. Leg den Zapfen auf die Astgabel und versuche, ihn so lange wie möglich vor dir herzutragen, ohne dass er herunterfällt. Wenn ihr zu mehreren seid, könnt ihr ja einen Zapfenwettbewerb machen.



Waldartist

Such dir einen Stock. Balanciere ihn auf der Hand Innenfläche, Hand Außenfläche, auf dem Zeigefinger...

Zauberweg

Stell dir vor, der Weg vor dir ist plötzlich voller Eis. Auf Glatteis musst du ganz vorsichtig gehen, damit du nicht ausrutschst.

Und wie von Zauberhand wandelt sich der Weg in eine klebrige Masse. Langsam und schwer werden deine Bewegungen.

Wenn ihr zu mehreren seid, könnt ihr abwechselnd bestimmen, wie der Waldweg sein soll. Probiert es auch mal mit Dschungel, Sandsturm, Rückenwind....

Bestimmt habt ihr noch viele Ideen.

Welches Tier läuft da

Oder wie wäre es, wenn ihr bestimmte Tiere imitiert? Wie läuft die Ente, wie läuft der Elefant, wie schleicht die Katze? Das sieht bestimmt super lustig aus und macht richtig Spaß!

Baumstamm / Aneinander vorbei

Am Wegrand liegt im Wald oft ein langer Baumstamm. Bestimmt bist du schon mal wie ein Artist da rüber balanciert.

Steig mit deinen Geschwistern und Eltern auf den Baumstamm.

Versucht, euch neu aufzustellen – nach Haarfarbe, Schuhgröße, Geburtstag...-

ohne den Baumstamm zu verlassen. Kleiner Tip: es geht einfacher, wenn ihr euch dabei helft!



© Can Stock Photo

Regen – wir machen uns auf zum Pfützenspringen

Mit Gummistiefeln und Regenhosen ausgestattet macht Pfützenspringen so richtig Spaß. Jeder sucht sich eine Pfütze und versucht sie zu leeren, indem er immer wieder mit ganzer Kraft hineinspringt. Geübte Springer dürfen nur mit einem Bein in die Pfütze springen.

