

TIPP DES TAGES

27. April 2020

Bewegungs-Rallye:

(Idee stammt von www.vlamingo.de)

Das schöne Wetter und die Lockerungen der Corona-Schutzmaßnahmen ziehen einen förmlich an die frische Luft: Ab nach draußen!

Damit der Spaziergang nicht zu langweilig wird, gibt es heute ein paar Ideen, wie die Kinder beschäftigt werden können.

Ab 30.4.2020 ist geplant mit den geltenden Abstands- u. Hygienevorschriften die Spielplätze wieder zu öffnen. Derzeit gibt es noch keine konkreten Hinweise für Spandau.

Ihr braucht:

Kopie der Rallye/Challenge, eventuell noch Ergänzungen mit eigenen Ideen. 1 Stift zum Abhaken der Übungen.

So geht es:

Der nächste Spaziergang wird zur spannenden Bewegungs-Rallye. Versucht die Übungen alle zu schaffen. Die Reihenfolge ist dabei egal.

Ab nach draußen! Viel Spaß!

Wir freuen uns über eure weiteren Ideen bei einem Aufenthalt im Freien. z.B. von einer Gehwegplatte zur nächsten hüpfen, die nächste 5 Gehwegplatten nur auf einem Bein entlanghüpfen....

Viel Spaß, und bleibt gesund

Sabine Clausen

015123669242

Bildungsforum im Falkenhagener Feld, Im Spektefeld 26, 13589 Berlin, Tel.: 030-3736253

Ein Projekt der Paul-Gerhardt-Kirchengemeinde Spandau gefördert mit Mitteln "Zukunftsinitiative Stadtteil - Teilprogramm Soziale Stadt"

Wer diesen Newsletter nicht mehr erhalten möchte, sendet bittet eine e-mail an:

sabine.clausen@paulgerhardtgemeinde.de

OUTDOORCHALLENGE FÜR KIDS

ÜBUNG	BESCHREIBUNG	CHECK
	Springe über 5 verschiedene Gegenstände (Ast, Stein, Zaun, etc.)!	<input type="checkbox"/>
	Suche eine Wasserstelle (Fluss, Pfütze, Teich, Springbrunnen etc.) und berühre mit deinem kleinen Finger das Wasser!	<input type="checkbox"/>
	Mache 3 Vorwärtsrollen oder 3 Radschläge auf einer Grünfläche!	<input type="checkbox"/>