

Verbinde die Körperteile mit dem Wikinger. Bedenke, dass du seine Perspektive einnehmen musst.

rechter Daumen
Helm
linkes Horn
Kopf
rechte Augenbraue
Nase
linker Schnurrbart
Bauch
rechter Arm
linke Schulter
rechtes Bein
linker Fuß



Der Trainer liest dem Kind folgende Anweisungen vor, die das Kind ausführen soll. Gerne dürfen die Rollen auch einmal getauscht werden, so dass das Kind die Anweisungen gibt.



1. Stelle dich in die Mitte des Raumes.
2. Gehe 3 Schritte zurück.
3. Gehe 2 Schritte nach links.
4. Gehe 4 Schritte vor.
5. Gehe 3 Schritte nach rechts.
6. Zwinkere mit dem rechten Auge.
7. Winke mit der linken Hand.
8. Klatsche 3 Mal in die Hände.
9. Stampfe mit dem rechten Fuß auf den Boden.
10. Berühre mit dem rechten Ellenbogen dein linkes Knie.
11. Berühre mit deinem linken Zeigefinger deine Nasenspitze.
12. Stemme deine Hände in die Hüften und drehe deinen Körper 3 Mal nach links und 2 Mal nach rechts.
13. Hüpfе 10 Mal auf dem rechten Bein.
14. Gehe in die Hocke und berühre mit der rechten Hand deinen linken Fuß und mit der linken Hand deinen rechten Fuß.