

Mein Körper und ich

1. Hebe deine rechte Hand.
2. Hebe dein rechtes Bein.
3. Winke mit deiner linken Hand.
4. Berühre mit deinem rechten Zeigefinger dein rechtes Knie.
5. Wackle mit deiner linken großen Zehe.
6. Führe deinen linken Ellbogen zu deinem rechten Knie.
7. Berühre mit deinem linken kleinen Finger deine Nase.
8. Führe deinen rechten Mittelfinger und deinen linken Zeigefinger zusammen.
9. Hüpfе mit dem linken Bein.
10. Lege deine linke Hand auf deinen Kopf.

Schwierigkeitsstufe

Kind gibt Anweisungen, Trainer:in führt Anweisungen durch. Kind muss erkennen, ob alles richtig gemacht wurde (seitenverkehrtes Schauen).