



Bewegungsidee für zu Hause #3

Wurfakrobatik

Materialien:

- Leere Abfalleimer
- Geöffnete Schirme
- Salatschüsseln
- Putzeimer
- Wäschekorb

Vorbereitung:

Alle Behälter werden in beliebiger Aufstellung platziert. Einige Meter davon entfernt wird eine Wurflinie am Boden markiert (mit Klebeband, Schnur, o.ä.).

Eine alte Zeitung wird zerlegt, die einzelnen Seiten zu Bällen zerkräuselt.

Vorgehen:

Alle erhalten die gleiche Anzahl Zeitungsbälle. Die Person mit dem längsten Vornamen beginnt. Sie wirft alle Bälle nacheinander und versucht dabei, möglichst viele Behälter zu treffen. Sind alle Bälle geworfen, werden die Treffer gezählt und der nächste Spieler ist an der Reihe.

Variante: die verschiedenen Behälter können mit einem Zettel behängt werden, um Punkte zu verteilen (grosse Behälter: 1 Punkt, mittelgrosse Behälter: 2 Punkte, kleine Behälter: 3 Punkte). Wer holt sich die meisten Punkte?

Die Wurfposition kann beliebig verändert werden: rückwärts über den Kopf werfen, zwischen den Beinen hindurch werfen, mit einer leeren Petflasche als «Tennisschläger» werfen und so weiter!

