

Fit for Kids - Praxis für zu Hause - „Klopapier-Land“

Spiele mit aufgewickelten Klopapier:

Klopapier-Slalom

Stellt euch die Klopapierrollen hintereinander im Slalom auf und lauft, hüpfst, kriecht oder geht rückwärts durch oder fahrt mit einem Bobbycar oder irgendeinem Fahrzeug von zu Hause durch den Slalom.

1. Variation: ihr könnt auch eure kleinen Autos oder Lego-/Playmobilfahrzeuge durchfahren lassen oder -für die Mädels- Eure Puppen/Kuscheltiere durchspazieren lassen!
2. Variation: Rolle eine Klopapierrolle mit der Hand oder dem Fuß durch den Slalom



Klopapiersteg

Bau dir einen Steg aus Klopapierrollen und balanciere über die einzelnen Klopapierrollen drüber. Wenn du den Abstand dazwischen vergrößerst, wird es schwieriger



Klopapierwandern

Nimm dir vier Klopapierrollen und bewege Dich mit Ihnen wie auf Steinen durch den Raum balancierend vorwärts. Aber Vorsicht: Einsturzgefahr!!! Du musst Dich ganz vorsichtig auf den Klopapierrollen bewegen!!!

Ich habe 8 Stück gebraucht, weil ich so schwer bin!!!! 😊



Packesel

Schnapp dir dein Kuschtier und leg es vor dich auf den Boden. Dann nimmst du dir eine Rolle Klopapier und legst sie dir auf deinen Rücken und versuchst nun über dein Kuschtier im Vierfüßlerstand drüber zu balancieren ohne dass die Klopapierrolle runterfällt!

Sollte deine Mama oder dein Papa kurz Zeit haben, kannst du auch über sie drüberkraxeln. Aber nicht die Klopapierrolle verlieren!!!



Klopapier-Baumeister

Bau mit den Klopapierrollen ein Dreieck, Viereck, einen Kreis oder selbstausgedachte Figuren. Du kannst auch einen Turm, eine Mauer oder Pyramide bauen.

Klopapier-Wurfbude

Such dir ein passendes Ziel, z.B. dein Bett, einen Karton, ein Seil.... und wirf die Klopapierrolle dorthin

Klopapier-Entspannung:

Bau dir ein Klopapierbett und leg dich darauf. 3 Teile müssen gut unterlegt sein: der Kopf und Schulterbereich, der Popo und die Füße. Schaffst Du es Meister der Klopapier-Ruhe zu werden?

Das schaffst du nur, wenn du 1 Minute ganz ruhig liegen bleibst, dich nicht mehr bewegst und auch nichts mehr sagst. Schnaufen darfst du natürlich schon, das musst du sogar!!!



Viel Spaß beim Ausprobieren!
Lg Eure Marion