

Tierolympiade:

Vorbereitung auf das Familiensportabzeichen



Anforderungsbereich: Koordination

Die Ameise



Eine Ameise kann das bis zu 30-fache ihres Körpergewichts tragen. Das wäre ungefähr so, wie wenn du ein Auto tragen würdest. Beim Bau ihres Nestes transportieren sie somit flink das Material von A nach B. Wie flink bist du beim Transport?

Für diese Übung brauchst du:

- Einen Ball
- Sechs halb gefüllte PET-Flaschen (0,5 Liter)

Ablauf:

- Stelle die sechs Flaschen in einem Dreieck auf (Seitenlänge ca. 50cm)
- Markiere in 5-10 Metern Entfernung (je nach Alter) eine Abwurflinie
- Versuche nun, die Flaschen mit dem Ball umzurollen (wichtig: beim Rollen mit dem rechten Arm muss das linke Bein vorne sein, beim Rollen mit links das rechte Bein)

Variationen:

- Es können verschiedene Bälle ausprobiert werden
- In der Entfernung kann variiert werden

Möglicher Wettbewerb:

- Spieleranzahl: so viele, wie mitspielen wollen
- Wer schafft es, mit den wenigsten Versuchen, alle Flaschen abzuräumen?



Viel Erfolg und bleibt gesund!



VFL OSTDORF
Alle in Bewegung