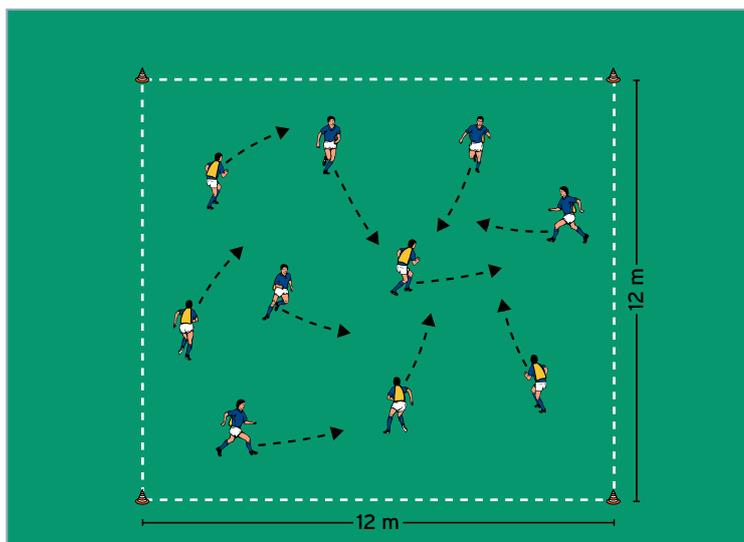


# AUFWÄRMEN 1: Superhelden

von Jörg Daniel (20.10.2015)



## Organisation

- Ein 12 x 12 Meter großes Feld markieren
- Jedes Kind hat 1 Leibchen

## Ablauf

- Die Bambini spielen Superhelden, die mit ihren Umhängen (Leibchen) die Welt vor Bösewichten retten wollen.
- Die Kinder stecken die Leibchen hinten in ihre Kragen und laufen durch das Feld, ohne die Leibchen zu verlieren.

## Variationen

- Die Leibchen hinten in die Hose stecken.
- Erleichtern: Die Leibchen in den Händen halten.
- Auf Kommando des Trainers tauschen die Kinder ihre Leibchen mit einem Mitspieler.

## Tipps und Korrekturen

- Im Feld müssen die Bambini den Mitspielern ausweichen.
- Die Leibchen im Kragen erschweren die Bewegungsabläufe.
- Ein Superheldenthema ist eine für Kinder sehr motivierende Rahmengeschichte.