

Bewegungsaufgaben Adventskalender für vier- bis fünfjährige Kinder



**Bewege dich auf den
Laufdosen!**

Material: Laufdosen



**Puste einen Ball durch die
Seilstraße!**

Material: Seile, Tischtennisball



**Fahre in Bauchlage auf dem
Rollbrett!**

Material: Rollbrett



**Versuche, die Sandsäckchen
so weit wie möglich zu
werfen!**

Material: Sandsäckchen



**Vor dir liegt eine Reihenfolge
von Knöpfen. Wie geht die
Reihe weiter?**

Material: Knöpfe



Zähle von zehn rückwärts!

Material: -



Klatsche deinen Namen!

Material: -



**Versuche, den Luftballon mit
der Fliegenklatsche in der
Luft zu halten!**

Material: Luftballon, Fliegenklatsche



**Balanciere über eine
umgedrehte Bank!**

Material: handelsübliche Turnbank



**Hänge die Tücher mit
Wäscheklammern auf das
Seil!**

Material: Seil, Wäscheklammern, Tücher



Versuche auf dem Seil zu balancieren!

Material: Seil



Lege einen Schneemann aus Seilen!

Material: Seile



Versuche, mit den Bällen den Schneemann abzuwerfen!

Material: Schneemannbild, Bälle



Stelle pantomimisch ein Tier dar, welches die anderen erraten müssen!

Material: Tierkarten (Frosch, Schlange, Vogel...)



Drehe das Heulrohr!

Material: Heulrohr



Springe über Schaumstoffbausteine!

Material: Schaumstoffbausteine



Stelle dich auf ein Bein! Wie lange schaffst du es?

Material: -



Klatsche aus den folgenden Wörtern die Silben!

Klatschwörter: Nikolaus, Winter, Vogelhaus, Stern, Nase, Elefant, Ball, Schokolade, Katze...



Rolle dich über die Längsachse!

Material: -



Finde das Reimwort!

Beispielreimwörter:

Hase = Nase, Vase

Hand = Wand, Sand

Katze = Tatze, Fratze



Mache einen Drehsprung in der Luft!

Material: -



Versuche einen Hampelmannsprung!

Material: -



Packe das Säckchen wie ein Geschenk ein!

Material: Sandsäckchen, Tücher (oder alternativ
Zeitungspapier)



Ich male dir etwas auf den Rücken. Was ist das?

Beispiele:
Stern, Wolke, Sonne, Haus, Schnecke...