
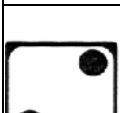





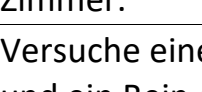
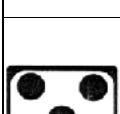



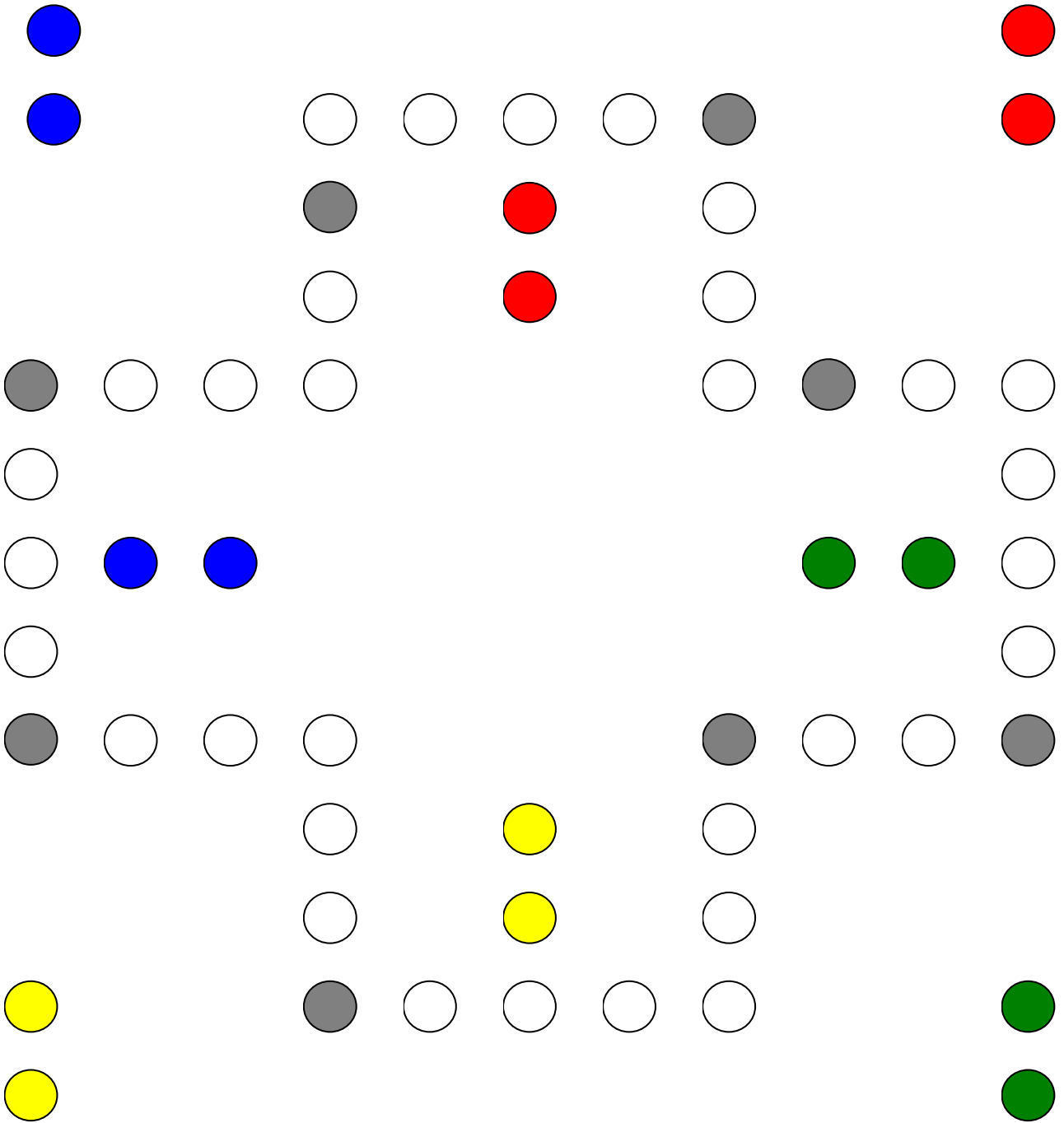
Wochenaufgabe Jahrgangstufe 1-2


In dieser Woche spielen wir das bekannte Spiel „**Mensch ärgere dich nicht**“! Dieses Spiel kennt eigentlich jeder. Für die Aufgabe benötigst du den Spielplan, einen Würfel, acht Spielfiguren, ein bisschen Platz im Zimmer, eine Uhr oder Stoppuhr und mindestens eine Mitspielerin oder einen Mitspieler. Und so wird gespielt:

1. Jeder Spieler hat 2 Spielfiguren. Du startest aus dem Haus.
2. Du würfelst.
3. Jede Zahl steht für eine sportliche Aufgabe. Schau auf den Plan und führe die Aufgabe durch.
4. Erst jetzt ziehst du deine Spielfigur weiter.
5. Der nächste Mitspieler ist dran.

Achtung: Kommst du auf ein Feld, wo ein anderer Mitspieler steht, so darfst du diesen Spieler rauswerfen. Dieser Spieler muss zurück ins Haus. Wer zuerst mit beiden Spielfiguren im Haus zurück ist, hat die Runde gewonnen. Du kannst natürlich auch mehrere Runden spielen.

	30 Sekunden auf der Stelle joggen!
 	Springe 10 Hockwenden über eine gedachte Linie am Boden!
	Lege dich auf den Rücken und fahre mit den Beinen in der Luft 30 Sekunden lang Fahrrad!
 	Bewege dich wie eine „Spinne“ rückwärts! Berühre alle Wände im Zimmer.
 	Versuche eine Standwaage im Vierfüßlerstand. Hebe 10x einen Arm und ein Bein dabei an.
 	Gehe in den Stütz und hebe abwechselnd ein Bein an. 10x



 Hier hast du Pause!