

DAS KLEINE FUSSSPIEL

inspiriert für
DEN TAG DES FUSSES am 29.06.2011

Nutzt den Tag und tut Euren zu häufig vernachlässigten Füßen etwas Gutes.
Hier eine Ideensammlung, die Euch inspirieren soll.

Ideen:

1. Fußpfad

a. Materialien:

Wasser, Schlamm, Sand, verschieden große Steine, Muscheln, Gras, Getreide, Holzbretter, Lego-Noppen-Platte, Teppichstücke, Stoffe, Tücher, Papier, Handtücher, eine kleine Bank, Bettbezug mit Luftballons/Bällen gefüllt, Matten, Nüsse, ...

b. Gefäße/Orte:

In Töpfen, Säcken, Eimern, Schuhkartons, draußen auf der Wiese, im Parkt, im Wald, im Garten, auf dem Schulhof, in der Sporthalle, auf dem Sportplatz, drinnen im Wohnzimmer, im Kinderzimmer, in der Kita, im Kindergarten, in der Schule, ...

c. Bastelideen:

Säckchen, Kissenbezüge nähen mit verschiedenen Materialien, mit/ohne Klettverschluss

2. Barfuß laufen

- a. Einfach mal den ganzen Tag nur Barfuß laufen!
Zu Hause, im Park, auf dem Weg zur Arbeit, in der Schule,
im Sportverein, ...
- b. <http://www.barfusspark.info/>

3. Fußübungen mit Monster Mo

- a. siehe vier Übungen im Downloadbereich (Free Download!)

4. Spielideen mit den Übungskarten für kleine und große Gruppen

- a. Fußübungen als Zirkeltraining
(Möglicher Kursablauf – siehe Downloadbereich)
- b. Fußübungen als Mitmachgeschichte
(Möglicher Kursablauf – siehe Downloadbereich)
- c. Fußübungen „würfeln“
Entweder Ihr bastelt Euch einen Würfel und schreibt die Nummer und das Tier an jede Würfelseite oder Ihr kauft einen Würfel, wo man die Karten direkt reinschieben kann.
- d. Fußübungen „ziehen“
Ihr legt die Karten auf einen Stapel und reihum darf jeder eine Karte ziehen. Dieser macht die Übung vor und die anderen machen die nach.
- e. Fußübungen als Schnitzeljagt
Materialien und Übungskarte mit Tipp zum Fundort des nächsten Übungsplatzes geben.



5. Ideenwettbewerb

Schickt Bilder und Ideen (Fotos, Gemaltes, ...) ein wie Ihr Euren Tag des Fußes verbringen wollt oder wie Ihr ihn verbracht habt. Wir stellen die Bilder online, damit auch andere von Euren Ideen inspiriert werden können.

Als Dankeschön verlosen wir 3 x **Das kleine Fußballspiel**.
Wir freuen uns auf Eure Einsendungen bis zum 01.08.2011.

Unsere Füße tragen das Gewicht unseres Körpers ein Leben lang. Für 270 Millionen Schritte wird Euer Kind seine Füße brauchen. Also nutzt den Tag als Inspiration, um auch für alle anderen 364 Tage die Füße mit Spaß auf Trapp zu halten! ☺