

	Spielbeschreibung	Material
	Atomspiel mit Köpfchen Die Teilnehmenden finden sich in kleinen Gruppen (2-3 Personen) zusammen und bewältigen die ihnen gestellten Bewegungsaufgaben (z.B.: 3-2-1; 3 Hände berühren den Boden, 2 Füße berühren den Boden, 1 Rücken berührt den Boden). Für größere Gruppen ist die Bewegungsaufgabe bzw. die Anzahl der Körperteile, die den Boden berühren dürfen, entsprechend anzupassen.	evtl. Musik

	Spielbeschreibung	Material
	Der schnelle Ball Die Teilnehmenden spielen sich die Wurfgegenstände in einer festgelegten Reihenfolge zu. Dabei wird immer der Name des:der Teilnehmenden genannt, der:die das Flugobjekt als nächstes fängt. Im Laufe des Spiels kommen nach und nach weitere Flugobjekte hinzu. Um die Komplexität weiter zu steigern, kann die Reihenfolge auch rückwärts gespielt werden.	verschiedene Flugobjekte

	Spielbeschreibung	Material
	Würfeln dich fit Die Teilnehmenden finden sich in Kleingruppen zusammen. Es gibt zwei Würfel mit unterschiedlicher Farbe. Ein Würfel bestimmt die Bewegungsaufgabe (1 = Hampelmänner, 2 = Liegestütze, 3 = Kniebeugen, etc.), der andere Würfel gibt die Wiederholungszahl dieser Bewegungsaufgabe an (Augenzahl = Wiederholungszahl). Bsp.: Augenzahl des ersten Würfels = 2; Augenzahl des zweiten Würfels = 6; insgesamt muss die Gruppe 6 Liegestütze machen. Nach Absolvieren einer Übung wird von einem anderen Gruppenmitglied gewürfelt.	2 Würfel