



**DIE AFFENBANDE
IST LOS**

DIE AFFENBANDE IST LOS

WER HAT DIE KOKOSNUSS, WER HAT DIE KOKOSNUSS, WER HAT DIE KOKOSNUSS GEKLAUT?

Die Affenbande ist los stellt eine einfache und effektive Übung dar, die Ihnen und Ihren Kindern viel Spaß bringen wird. Und obendrein winkt auch noch eine fruchtige Belohnung. Auf spielerische Art fördern Sie Ausdauer, Körperkraft, Reaktionsvermögen und Schnelligkeit. Diese Übung können Sie Ihren Sprösslingen auch an Schlechtwettertagen, auf Kindergeburtstagen oder bei Langeweile vorschlagen.

DAUER:

ca. 10 – 20 Minuten

ZIEL:

Ausdauer und Körperkraft

MITSPIELER:

Ein Erwachsener und mindestens zwei Kinder

MATERIAL:

Chiffontücher oder Seile, Schale oder Korb mit Obst, Musik (fröhlich und dynamisch) und Servietten

ANLEITUNG:

In der Mitte des Raumes (Urwald) wird ein Kreis aus den Tüchern oder mit dem Seil gelegt. In diesem Kreis steht der Obstkorb. Um den Kreis versammelt sich nun die ganze „Affenbande“. Das Musikstück wird nun von allen Familienmitgliedern hüpfend begleitet. Ein Spieler lässt die Musik immer wieder aussetzen, in diesen Pausen versucht die hüpfende „Affenbande“ so viel Obst wie möglich aus dem Korb zu „klauen“ und in ihr Versteck (Serviette) zu bringen. Es darf immer nur ein Stück Obst herausgenommen werden. Sobald die Musik wieder ertönt, wird weitergehüpft. Wer am Ende die meisten Obststücke in seinem Versteck hat, ist der Gewinner. Viel Spaß beim gemeinsamen Verzehr!

