



**FUSSTRANSPORT**

# FUSSTRANSPORT

## HUSCH, HUSCH, INS KÖRBCHEN!

Akrobatik erlaubt! Unsere Übung erfordert viel Geschicklichkeit und Fußbeweglichkeit sowie einen ausgeprägten Gleichgewichtssinn und besteht darin, die Tücher, Federn oder Wattebällchen per Fuß in den „Husch, husch ins Körbchen!“-Korb zu befördern. Außerdem wird über diesen kleinen Wettbewerb die Fußmuskulatur gekräftigt. Natürlich können Sie Fußtransport leichter oder schwerer gestalten, indem Sie beliebige andere Gegenstände wie etwa Murmeln, Gummibänder oder anderes einsetzen.

### DAUER:

ca. 15 – 30 Minuten

### ZIEL:

Aktives Gleichgewicht, Fußbeweglichkeit und Kräftigung der Fußmuskulatur

### MITSPIELER:

Mindestens ein Erwachsener und mindestens ein Kind

### MATERIAL:

Mehrere Chiffontücher oder Baumwolltücher, Stifte, Federn, Wäscheklammern, Wattebällchen und Korb oder großer Topf

### ANLEITUNG:

Schuhe und Strümpfe werden ausgezogen. Jedes Kind hat einen Korb oder großen Topf, in den es möglichst viele in der Mitte des Raumes liegende Gegenstände (Tücher, Stifte etc.) bringen soll. Für den Transport sind nur die Füße erlaubt und es darf jeweils nur ein Gegenstand transportiert werden. Schieben ist auch nicht erlaubt. Die Gegenstände sollen mit den Zehen aufgegriffen werden. Am Ende wird gezählt, wer die meisten Gegenstände in seinem Korb oder Topf gesammelt hat.

