

Würfelfix

Ziel:

Diese Übung steigert die körperliche Fitness.

Material:

Würfel, Stift, Arbeitsblatt, Hütchen

Ablauf:

Es werden Zweiergruppen gebildet. Diese verteilen sich an einer langen Spielfeldlinie. Eine Person jedes Teams absolviert Fitnessaufgaben (Hampelmänner, sich in die Bauchlage legen und wieder aufstehen), während die andere schnellstmöglich versucht, die Zahlen eins bis sechs zu Würfeln. Die Durchgänge werden gezählt und aufgeschrieben. Nach jeder Aufgabe wird gewechselt. Die Person, die die meisten Durchgänge geschafft hat, gewinnt.

