



Léieren a Beweegung doheem

Thema: Bewegtes Lernen

Zykel 1

Ziffernlauf / Course aux chiffres / Numbers run

Vill Spaass !!

Amuse-toi !!

Have fun !!



1. Du stellst dich in die Mitte eines Raumes. Ein Mitglied deiner Familie ruft eine bestimmte Ziffer, z.B. 3. Dann läufst du 3 mal zur Tür und wieder zurück. Du kannst mit weiteren Zahlen üben.

Varianten:

- Eine Ziffer wird genannt, z.B. 5 und du musst 5 Sachen sammeln.
- Eine Ziffer wird genannt, z.B. 4 und du musst dich 4 mal auf den Boden setzen / auf den Bauch legen / in die Luft springen, ...
- Du nennst einem Mitglied deiner Familie eine Ziffer und dieses muss die verschiedenen Aufgaben durchführen.

2. Du hast Lust auf mehr, dann probiere diese Übung aus:

<https://www.youtube.com/watch?v=n1DIAh7d0Zo>

1. Tu te situes au milieu d'une pièce. Un membre de ta famille appelle un certain chiffre, p.ex. 3. Maintenant tu cours autant de fois vers la porte. Essaie avec d'autres chiffres.

Variantes :

- Un chiffre est appelé, par ex. 5 et tu dois aller chercher 5 choses.
- Un chiffre est appelé et tu dois t'asseoir sur le sol / t'allonger sur le ventre / sauter en l'air selon le chiffre annoncé.
- Tu annonces un chiffre à un membre de ta famille et il doit exécuter les différentes tâches.

2. Si tu as envie de faire plus d'exercices, visite ce site :

<https://www.youtube.com/watch?v=n1DIAh7d0Zo>

1. You stand in the middle of a room. A family member calls a certain number, e.g. 3. You now have to run 3 times to the door and back. Practice with other numbers.

Variations:

- A number is called, e.g. 5 and you have to collect 5 things.
- A number is called and you have to sit on the floor / lie on your stomach / jump in the air, according to the called number.
- Tell a number to a family member and he has to complete the different tasks.

2. You are in a good shape and want to do more, then try this:

<https://www.youtube.com/watch?v=n1DIAh7d0Zo>

Pass auf, dass du dir nicht weh tust!

Attention à ne pas te blesser!

Be careful not to hurt yourself!



Mitarbeit:

- John Welter – Schoulmeeschter zu Réiser
- Arbeitsgruppe clevermove.lu