

FAMILIENZEIT

BESPIELT AN JEDEM ADVENTSSONNTAG EIN STERNCHEN

1

SOCKENKLAU

ZIEHT ALLE EURE SCHUHE AUS. ZIEL IST ES, EUREN GEGNERN DIE SOCKEN VON DEN FÜSSEN ZU ZIEHEN. WEM BEIDE SOCKEN FEHLEN, SCHEIDET AUS. SIEGER WIRD, WER ALS LETZTES NOCH MIND. 1 SOCKE AN DEN FÜSSEN HAT.

2

KLAMMER-CHRISTBAUM

JEDER BEKOMMT EINEN HAUFEN WÄSCHEKLAMMERN. IHR VERWANDELT EUCH IN EIN TANNENBAUM UND DIE KLAMMERN SIND EURE CHRISTBAUM-KUGELN. IHR HABT NUN 30 SEC ZEIT, EUCH SELBER SO VIELE KLAMMERN WIE MÖGLICH AN EUREN KÖRPER ZU KLAMMERN. WER SCHAFFT AM MEISTEN?

3

KERZENSCHNEID- MEDITATION

IHR DÜRFT IN Eurer MITTE EINE KERZE ENTZÜNDEN. STELLT EUCH EINEN WECKER AUF 1 MINUTE. SCHAFFEN ES ALLE 1 MINUTE IN STILLE DEN SCHEIN DER KERZE ZU BETRACHTEN? AUF 3 WIRD DIE KERZE AUSGEPÜSTET.

4

POPO-SCHLITTEN RENNEN

FINDET EINE HINDERNISFREIE RENNSTRECKE IN Eurer WOHNUMG UND LEGT START UND ZIEL MIT EINEM SCHAL FEST. STARTPOSITION IST MIT AUSGESTRECKTEN BEINEN. DIE BEINE MÜSSEN IMMER DEN BODEN BERÜHREN. IHR DÜRFT EUCH NUN POBACKE FÜR POBACKE VORWÄRTS BEWEGEN. RECHTS, LINKS, RECHTS, LINKS... WER HAT WOHL DEN SCHNELLSTEN POPO-SCHLITTEN?

FAMILIENZEIT

WAS KÖNNEN WIR ÜBEN?

1

GROB-UND FEINMOTORIK

2

EMOTIONALE INTELLIGENZ

3

ACHTSAMKEIT

4

KREATIVITÄT

