

Laufzettel Bewegungsstunde Hallenrallye

1

Zählt die Treppenstufen, die zur Hallentür/Eingangstür führen.

Wie viele sind es? _____

2

Löst die Rechenaufgabe: $2+3+4*5$.

Wie lautet das Ergebnis? _____

3

Schreibt euren Nachnamen rückwärts auf.

4

Macht einen Purzelbaum.

5

Steht eine Minute ganz still.

6

Sucht euch einen Ball, der irgendwo auf dem Hallenboden liegt. Geht vier Schritte auseinander und werft euch den Ball 5x zu, ohne, dass er auf dem Boden aufkommt.

7

Sucht alle Notausgangsschilder in der Halle.

Wie viele gibt es? _____

8

In der Halle liegen verteilt Springseile. Findet zwei Springseile und springt jeder sieben Mal.

9

Steht 30 Sekunden still auf einem Bein (mit geschlossenen Augen)

10

Hängt 15 Sekunden am Holm/an der Stange.

11

Spielt gegeneinander TikTakToe.

12

Hüpft wie ein Frosch, stampft wie ein Elefant, krabbelt wie ein Krebs.

13

Werft einen Blick in den Geräteraum und malt ein Gerät eurer Wahl ab:

Deine Zeichnung:

14

Setzt euch auf den Boden und steht ohne Hände wieder auf.

15

Sucht euch die orangene Linie/Außenlinie, die einmal um die ganze Halle führt und lauft sie einmal gemeinsam ab.

16

Schreibt euren Namen auf das Blatt, findet euren Trainer/Lehrer und gebt ihm dieses Blatt ab.

Dein Name: _____