



Sissis Bewegungstipp Nr. 4

Liebst du es auch, Bälle in die Luft zu schmeißen? Dabei muss man natürlich gut aufpassen, dass man Mamas Blumenvase nicht vom Tisch schießt.

Am besten ist, du nimmst deinen Ball und gehst nach draußen. Wenn du keinen Garten hast, findet sich vielleicht eine Wiese, oder du nimmst beim nächsten Mal einen Ball mit auf den Spielplatz.

Nun aber zur Aufgabe:

Schupfe deinen Ball mit beiden Händen nach oben.
Halt! Nicht so hoch!

Fang ganz klein an. Du wirst sehen, dann ist es einfach, den Ball wieder zu fangen.

Wenn das gut klappt, dann versuch ganz langsam, den Ball ein wenig höher zu schupfen.
Versuche aber immer den Ball zu fangen.

Otto und Lotte staunen, wie gut du das kannst.

