












Skispringen (7-14 Jahre)

	nein	Bewegungsspiel			30 - 60 min
	ja		ja		1 Per.
	ja		nein		2 - 10 Per.
	Holzlatten mit Paketschnur, Maßband oder Zollstock				
	Kondition, Sprungkraft				
	Am weitesten Springen				

Beschreibung des Spiels

Vorbereitung:

Zuerst müsst ihr euer Sportgerät vorbereiten. Dafür Holzlatten auf etwa einen Meter Länge sägen. Tackert Schnüre an den Holzlatten fest. Mit diesen Schnüren bindet Ihr Eure Schuhe an die Latten. Wer mag, kann seine Ersatzskier bunt anmalen.

Spielanleitung:

Der Skispringer stellt sich an eine Startlinie. Nun muss er aus dem Stand heraus versuchen, mit den Holzlatten an den Füßen vorwärtszuspringen. Jeder hat eine bestimmte Anzahl Sprünge (zum Beispiel drei oder fünf). Danach wird gemessen, wie weit der Skispringer gehüpft ist.

Tipp:

Schwieriger wird es, wenn ihr vorwärts- und bergauf hüpft. Sucht euch dazu einen kleinen, nicht zu steilen Hügel.