



KiGäTipps

Kindergärten NordOst
Alles andere ist nur Kindergarten.

MACH KITA MIT UNS!

Aufstehen mal anders ★★



ab 3 Jahren



3 min und mehr



Vertrauen in andere gewinnen,
den eigenen Körper
wahrnehmen, Selbstwirksamkeit
erfahren

Du brauchst:

- jemanden, der in etwa so groß ist wie du

Anleitung:

Setzt euch beide mal Rücken an Rücken, ja – genau so, dass ihr euch nicht sehen könnt. Die Knie könnt ihr ruhig anwinkeln. Jetzt probiert mal aufzustehen, aber OHNE eure Arme zu benutzen! 😊

Ihr könnt ja bis drei zählen und dann...



Na, habt ihres geschafft? Und wurden die Beine warm? Wie fühlt es sich an, sich auf deine*n Partner*in zu verlassen? Meinst du, du kannst noch andere Menschen überzeugen, das auch auszuprobieren? Denkst du, Erwachsene können das auch?

Mehr Tipps auf
www.kigaeno.de/kigaetipps

