

## Hindernisparcours bauen im Garten oder im Haus aus Alltagsmaterialien



### Das braucht ihr:

(Alles was man im Haushalt oder Garten finden kann)

- Kisten, Körbe, Blumentöpfe, Eimer zum drüber springen
- Stangen, Stäbe, Besenstiele als Hindernisse, zum Balancieren
- Flaschen als Slalomparcours
- Hocker, Bänke...
- Decken, Tücher als Tunnel zum durchkriechen
- Bänder, Seile (bei kleinen Kindern nur unter Aufsicht!)
- Klebeband, Luftballons etc.



### Und so geht's:

- Mit den Kindern im Haus alles oder Garten alles durchsuchen und gucken, was ungefährlich ist zum bauen eines Hindernisparcours
- Die Kinder ihre Ideen entwickeln lassen, Hindernisse selbst aufbauen lassen
- Immer wieder ausprobieren und verbessern lassen, der Phantasie der Kinder sind keine Grenzen gesetzt! Das Bauen ist mindestens so toll wie das Benutzen des Parcours.
- Die Kinder motivieren, die Hindernisse bei Erfolg zu erhöhen oder den Schwierigkeitsgrad zu steigern.
- Als Eltern die Kinder anfeuern, mit dem Handy Videos oder Fotos als Wertschätzung machen.
- Die Zeit stoppen, wer von den Eltern und Kindern schafft den Parcours in der schnellsten Zeit?
- Auch mal die Richtung wechseln, dann ist der Parcours wieder ganz anders!
- Auf einem Bein hüpfen, kriechen, springen, klettern.... Los geht's!

### Viel Spaß beim Ausprobieren!

