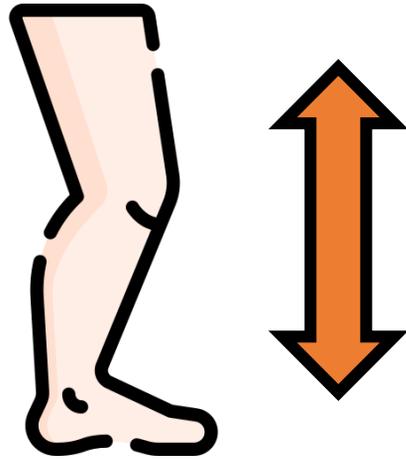




Lesen und Bewegen

Leichte Sätze

Hüpfe
fünfmal
auf einem
Bein.



1

Mache drei
Kniebeugen.



2

Mache sechs
Hampel-
männer.



3



Lesen und Bewegen

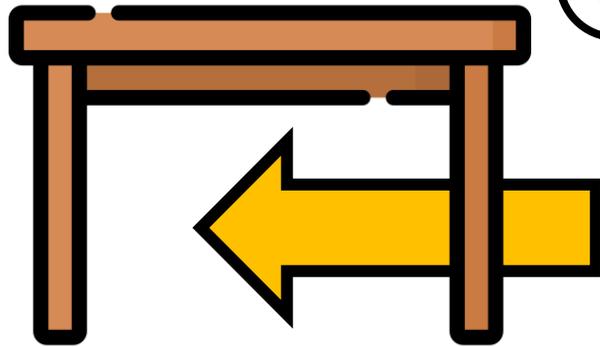
Leichte Sätze

Stampfe
zehn Mal
mit den
Füßen.



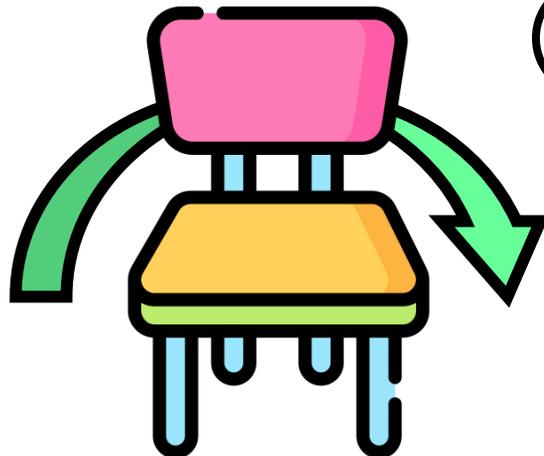
4

Krabbele
unter einem
Tisch durch.



5

Laufe
viermal um
einen Stuhl
herum.



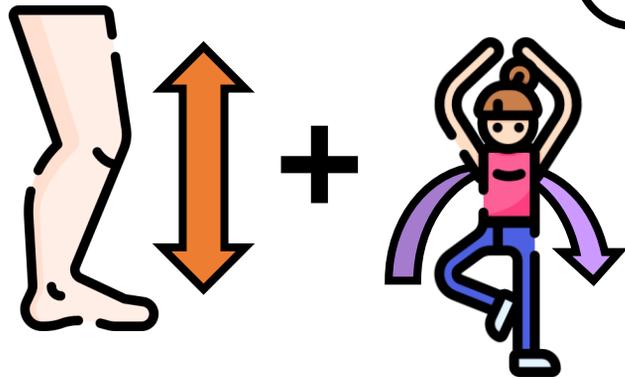
6



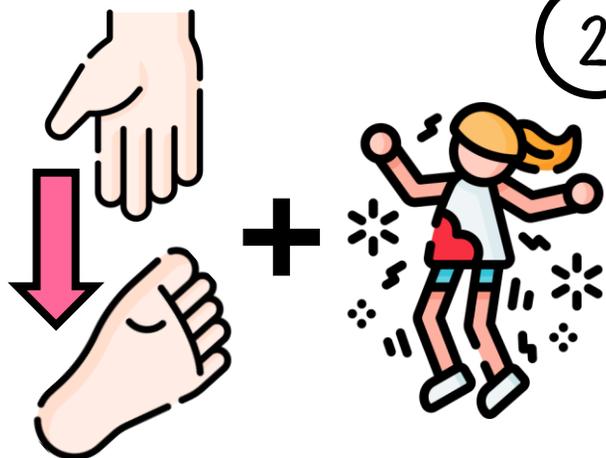
Lesen und Bewegen

Komplexere Sätze

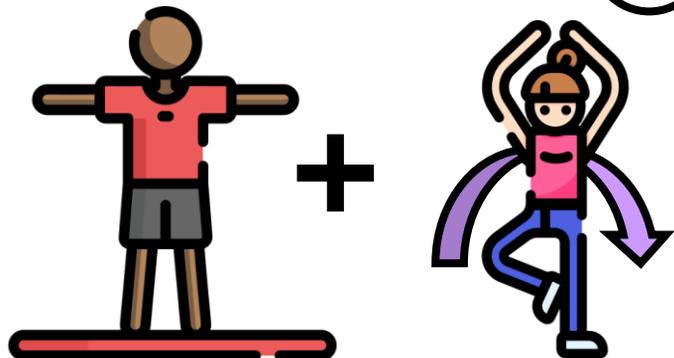
Hüpfe drei Mal auf einem Bein und drehe dich danach zwei Mal im Kreis.



Berühre deine Füße mit den Händen und hüpf dann hoch in die Luft.



Strecke die Arme seitlich aus und drehe dich danach dreimal im Kreis.





Lesen und Bewegen

Komplexere Sätze

Mache drei
Hampelmänner
und schüttele
dann deine
Hände aus.

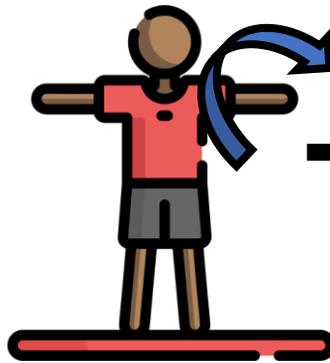


+

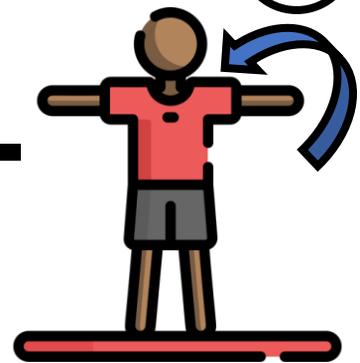


4

Kreise beide
Arme fünf Mal
nach hinten
und danach
fünf Mal nach
vorne.



+



5

Balanciere 3
Sekunden lang
auf einem Bein
und hüpfе
danach drei
Mal rückwärts.



+



6