

Titel: Experimente mit deinem Körper

Materialien:

- ein Geldstück
- drei Gläser
- Wasser

Anleitung:

1) „Ich kann fliegen“

Weißt du, wie es sich anfühlt, zu fliegen? Nein? Dann kannst du es jetzt testen! Stelle dich breitbeinig (Füße auf Höhe der Schultern) in einen Türrahmen. Balle deine Hände zu Fäusten und drücke mit dem Handrücken von innen an beiden Seiten des Türrahmens. Drücke mit ganzer Kraft für mindestens 10 Sekunden. Mache dann einen großen Schritt nach vorne und entspanne die Arme.

Jetzt sollten deine Arme sich ohne dein Zutun nach oben bewegen? Wenn es nicht klappt, versuche es noch einmal etwas länger.

2) Der unerreichbare Geldfund

Lege ein Geldstück circa 20 cm von einer Wand entfernt auf den Boden. Stelle dich mit dem Rücken zur Wand. Versuche, das Geldstück vom Boden aufzuheben, ohne die Beine zu beugen. Schaffst du es?

3) Die Wasserorgel

Nimm dir drei Gläser und fülle in alle etwas Wasser, sodass aber in jedem Glas eine andere Menge ist. Befeuchte nun deinen Finger, indem du ihn kurz in ein Glas tauchst und fahre über den Rand des Wasserglases. Werde etwas schneller und drehe den Finger immer weiter um den Glasrand bis du einen Ton hörst. Probiere es nun auch bei den anderen Gläsern. Je nach Menge des Wassers erklingt ein anderer Ton, sodass du kleine Melodien spielen kannst!

#stayathome