

## *Léieren a Bewegung doheem*

**Thema: Mach mit - Bewegung hält fit!**

**Zykel 4**

**Viel Spaß !!**

**Amuse-toi !!**

**Have fun !!**

①

## THE CUP SONG



<https://www.youtube.com/watch?v=a0FXC5Sq4BM>

Nimm dir Zeit um es zu erlernen. Du kannst in den nächsten Tagen immer wieder üben.

Prends du temps pour l'apprendre. Tu peux répéter le cup song quand tu as envie!

Take your time to learn the cup song. You can practice over and over again in the next few days.

②



Ballkünstler / artiste du ballon / ball handling

Leg einen Radiergummi auf deinen Vorderfuß, wirf ihn in die Luft und versuch ihn zu fangen! Wie oft schaffst du es?

Mets une gomme sur ton avant-pied, jette-la en l'air et essaie de l'attraper !  
Combien de fois arrives-tu à l'attraper ?

Put an eraser on your forefoot, throw it in the air and try to catch it! How often do you manage to catch the eraser?

**Hast du Lust auf mehr? Souhaites-tu d'avantage? Would you like more?**

<https://www.youtube.com/watch?v=ShlhMIIGI5M>

**Quelle:**

- <https://www.schule.at/portale/volksschule/faecher/bewegung-und-sport/bewegung-in-der-klasse/detail/fitnessuebung-spiel.html>

**Mitarbeit:**

- John Welter – Schoulmeeschter zu Réiser
- Arbeitsgruppe [clevermove.lu](http://clevermove.lu)