

Sport für „Kids @Hhome“

Während der letzten Monate (in der Corona Pandemie), durften die Trainingsgruppen teilweise nicht gemeinsam in der Halle trainieren.

In diesem Workshop werden Beispiele gezeigt, was ihr mit euren Kids über Online-Kommunikationsplattformen (wie z.B. Microsoft Teams und ähnliche) spielen könnt - von „Papa Boogie“ über „Feuer, Wasser, Erde, Luft“ bis hin zum Ampelspiel.

1. Technik

- 1.1. PC / Tablet / Smartphone
- 1.2. zweiter Bildschirm
- 1.3. sichere Strom Verteilung
- 1.4. stabile Internetverbindung
- 1.5. Kabelkanal
- 1.6. Kamera
- 1.7. Stativ für Kamera
- 1.8. Verbindungskabel zwischen verschiedenen Komponenten
- 1.9. Mikrofon (Ton ist das schwierigste) – Funk ist schneller als Bluetooth
- 1.10. Kopfhörer
- 1.11. Mischpult
- 1.12. Licht (schlechtes Licht = schlechte Übertragung)

2. Tipps aus der Praxis

- 2.1. Mikro bei Teilnehmer aus
- 2.2. Hand heben
- 2.3. Kamera der Teilnehmer
- 2.4. Chatfunktion
- 2.5. Präsentation und eigene Kamera
- 2.6. Einstellungen
- 2.7. Start Präsentation
- 2.8. Ton vom eigenen Rechner
- 2.9. Hintergrund / Hintergrundbilder
- 2.10. Interaktion

3. Spiele Tipps

3.1. Feuer, Wasser, Erde, Luft

- Feuer: sich an die Wand in die Hocke setzen
- Wasser: sich auf die Stühle und Bänke stellen
- Erde oder Gewitter: sich flach auf den Boden legen
- Sturm: sich an einem Gegenstand festhalten
- Vogelscheuche: auf einem Bein stehen mit ausgebreiteten Armen

3.2. Sportarten zu Hause imitieren

- Biathlon
- Bob

3.3. Farben - denken - handeln

- Rot - klatschen
- Blau - mit Füßen trampeln
- Grün - „grün“ rufen
- Orange - im Stand laufen

3.4. Papa Boogie

Nach Pfeilen und Farben entsprechende Bewegungen ausführen

3.5. Hole ...

- ... ein Kuscheltier
- ... eine Flasche Wasser
- ... einen Socken. Wir ziehen ihn gemeinsam an.

4. Lieder

5. Hilfreiche Links