

LASEP



Aktivitéiten

17/12/2020



Léif Dirigeanten,

ab dem **16. Dezember 2020** däerfen nach ëmmer LASEP's Coursë gehale ginn, allerdéngs just nach dobaussen am Fräien, wann d'Meteo et erlaabt. Coursen an de Sportshale sinn net méi erlaabt.

Mee och am Fräien huet een ouni grouse Materialopwand vill Méiglechkeet flott sportlech Aktivitéite mat de Kanner ze maachen.

Des Guideline versicht Iech Iddie fir är LASEP's Stonnen ze ginn, mee ärer Kreativitéit sinn natierlech keng Grenze gesat, an dir kënnt des Spill- an Übungsformen zu all Moment ëmänneren an adaptéieren.

Op www.lasep.lu fannt dir och nach emol eise leschte Communiqué vum 11. Dezember 2020 mat den aktuellste Mesuren.

Mir wënschen Iech weiderhi vill Spaass mat de LASEP's Kanner am Sport a bleift fit a gesond. Bei Froen zur Guideline kënnt dir Iech gäre beim Responsabele vun der CTS, dem Här Steve Marx (steve.marx@lasep.lu) mellen.

OUTDOOR Méiglechkeeten



SCHOUHHAFF

An der Reegel bitt all Schoulhaff flott Méiglechkeeten sech sportlech ze betätegen.

Oft fënnt een hei Terrain fir Ekipportarten ewéi Basket- oder Fussball ze spillen, Klotergerüster, Rutschbunnen oder einfach Molereien um Buedem fir Sprangspiller ze maachen.

Am Haff kann een esou zum Beispill e flotten **Zirkeltraining**, ouni vill Materialopwand, organiséieren. Pro Statioun versichen d'Kanner zum Beispill während 3 Minuten :

- Basketskierf ze schéissen
- An engem Seel ze sprangen
- Sech e Fussball, e Vortex oder e Frisbee ze passen
- E Fiederball oder Pingpongsball ze jongléieren
- asw.

Natierlech sinn och ëmmer **Fänk- a Lafspiller** ewéi zum Beispill :

- **Keele klauen / Zombieball / Flagball** am Schoulhaff méiglech.

(Ref. Guideline 26. November)



SPILLPLAZ

Och eng Spillplaz kann eng flott Alternative fir eng Sportsstonn sinn. Niewent dem freie Spille kann een och gezielt Aufgabe stellen, wéi zum Beispill :

- E fest definéierte Wee oflafen
- E Wee op Zäit absolvéieren
- De « blanne » Partner iwwert Spillplaz guidéieren (Material : Aeklappen)
- Fänkspiller
- asw.



FUSSBALLSTERRAIN

Eng flott Méiglechkeet ass et de lokale Fussballsterrain fir seng Sportsstonn ze notzen. Dëst muss allerdéngs mat de Responsabele vun der jeeweileger Gemeng gekläert ginn.

Hei hunn d'Kanner vill Platz fir ze rennen a flott Laf- a Fänkspiller ze maachen.

Mee och en Turnéier op ville klengen Terrainen ass méiglech.



MULTISPORTANLAG

A ville Gemenge fënnt ee méttlerweil sougenannte Multisportanlagen, sief et direkt bei der Schoul oder soss am Duerf.

Och dës Infrastrukture kënnen flott benotzt gi fir eng Sportsstonn ze organiséieren.



AM BËSCH

Falls en einfachen Accès an de Bësch besteet, kann een e flotten Trëppeltour duerch d'Natur mat de Kanner maachen. Mee och e kleng Cross- oder Orientierungslaf si spannend Alternativen.



VËLOSWEËËR

Méttlerweil ginn et ganz vill Vëlosweeër uechtert Land a vill Schoulen a Gemengen si punkto Vëlosmaterial gutt ausgerëscht.

Dobäi kennt, dass vill Kanner och en eegene Vëlo hunn.

Ganz wichteg ass et natierlech bei enger Vëlossortie mat de Kanner, dass d'Sécherheet allerhéchste Stellewäert huet.

OUTDOOR Spiller



Wikinger Schach

E flott Spill wat dobaussen op quasi all Ënnergrond gespillt ka ginn, ass de sougenannte Wikinger Schach.

Gespillt gëtt an zwou Ekippen. D'Aufgab besteet doranner mat gezielte Schëss dem Géigner seng « Baier » ze treffen, ier een dann zum Schluss probéiert de Kinnek ze treffen.

Dat genau Reegelwierk fannt där ënnert folgendem Link :

https://praxistipps.focus.de/wikingerschach-regeln-und-besonderheiten-erklart_99773



Gänsespill

Dat klassescht Gänsespill kann och als Sportaktivitéit adaptéiert ginn.

- E Spillfeld mat 50 Felder preparéieren.
- Am Schoulhaff 50 Kaarte mat verschiddene sportlechen Aufgaben ophänken (Hampelmann, Kniebeugen, Seelspringen, Ball werfen, asw.)
- Kanner spillen 2 an 2
- All Ekip huet eng Spillfigur
- Et gëtt der Rei no gewierfelt
- Steet eng Ekip beispillsweis mat hirer Figur um Feld Nr. 7, mussen si Kaart Nr. 7 fir d'éischt am Schoulhaff fannen, dann déi entspreichend Aufgab maachen an dono kënnen se weider wierfelen.
- D'Ekip déi als éischt um Feld Nr. 50 ukënnt, huet gewonnen.

