

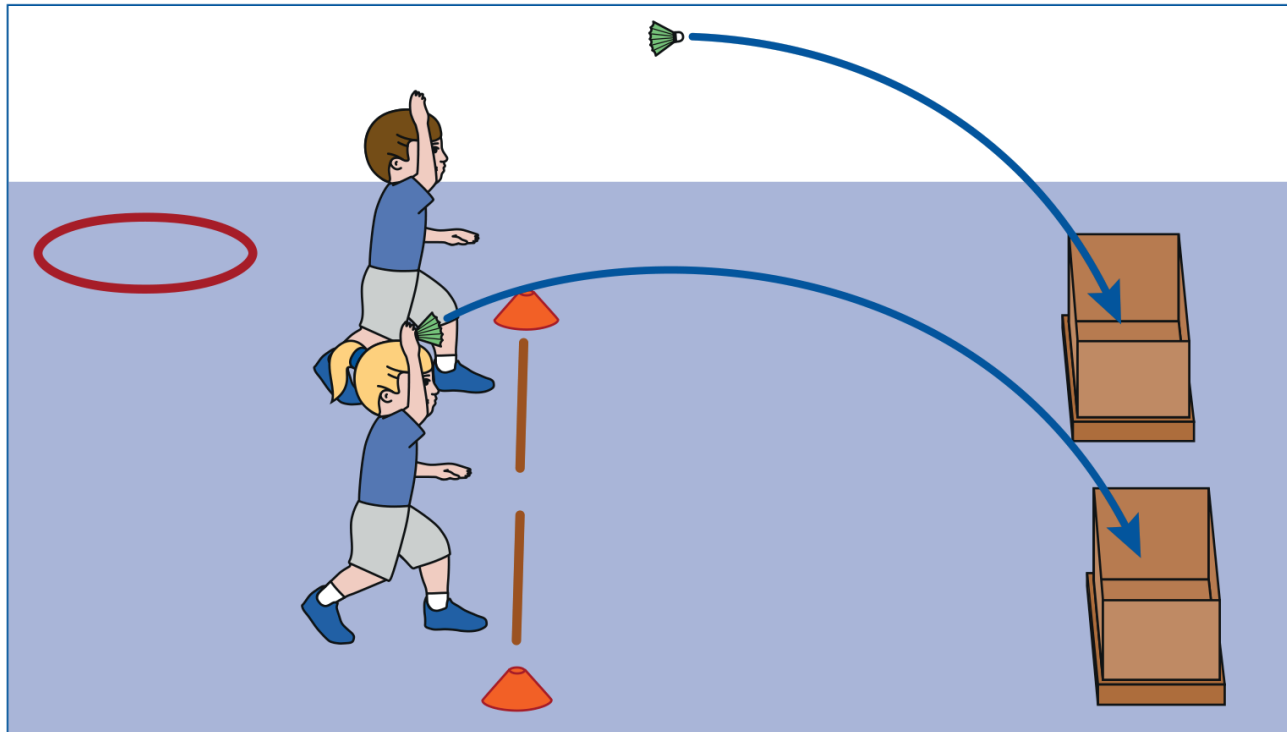
Es ist Zeit für einen „**Bewegungsausbruch**“

Bewegung wartet – Treffer zählen



Hier können Sie Ihre Treffer notieren:





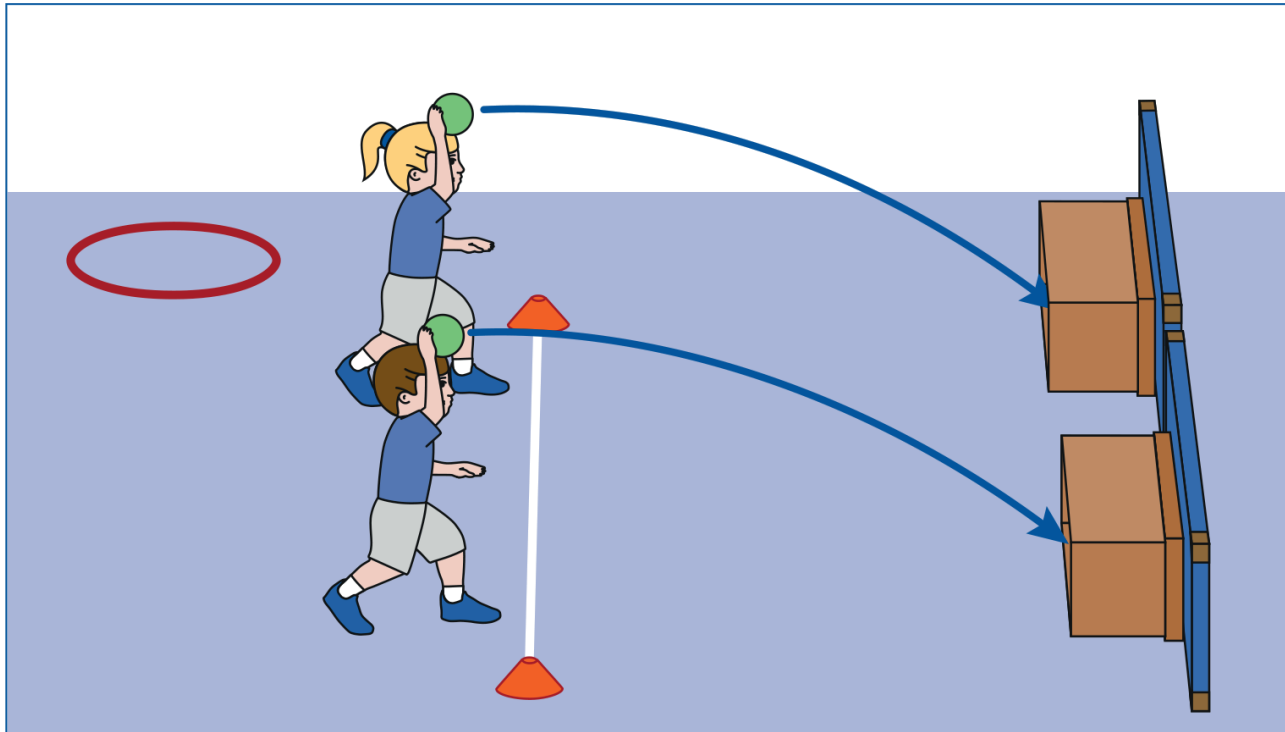
Federball werfen

Material:

2 kleine Kästen, 2 Federbälle, 2 Seile, 1 Reifen, Hütchen

Aufgabe:

Versuchen Sie, den Federball von der Linie in den umgedrehten kleinen Kasten zu werfen. Sie haben nur einen Versuch.



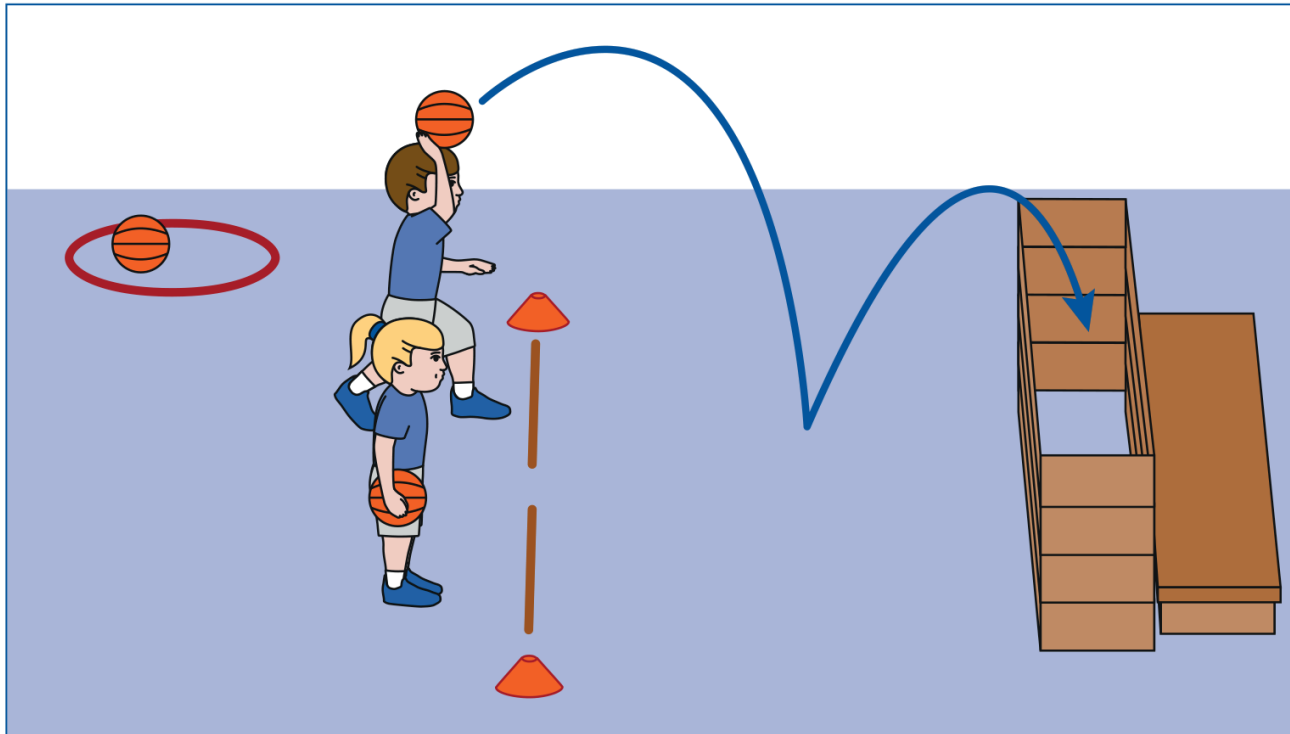
Schlagwurf in den kleinen Kästen

Material:

2 kleine Kästen, 2 Matten, 2 Handbälle, 1 Reifen, 2 Seile, Hütchen

Aufgabe:

Versuchen Sie, von der Linie in den kleinen Kästen zu treffen.
Sie haben nur einen Versuch.



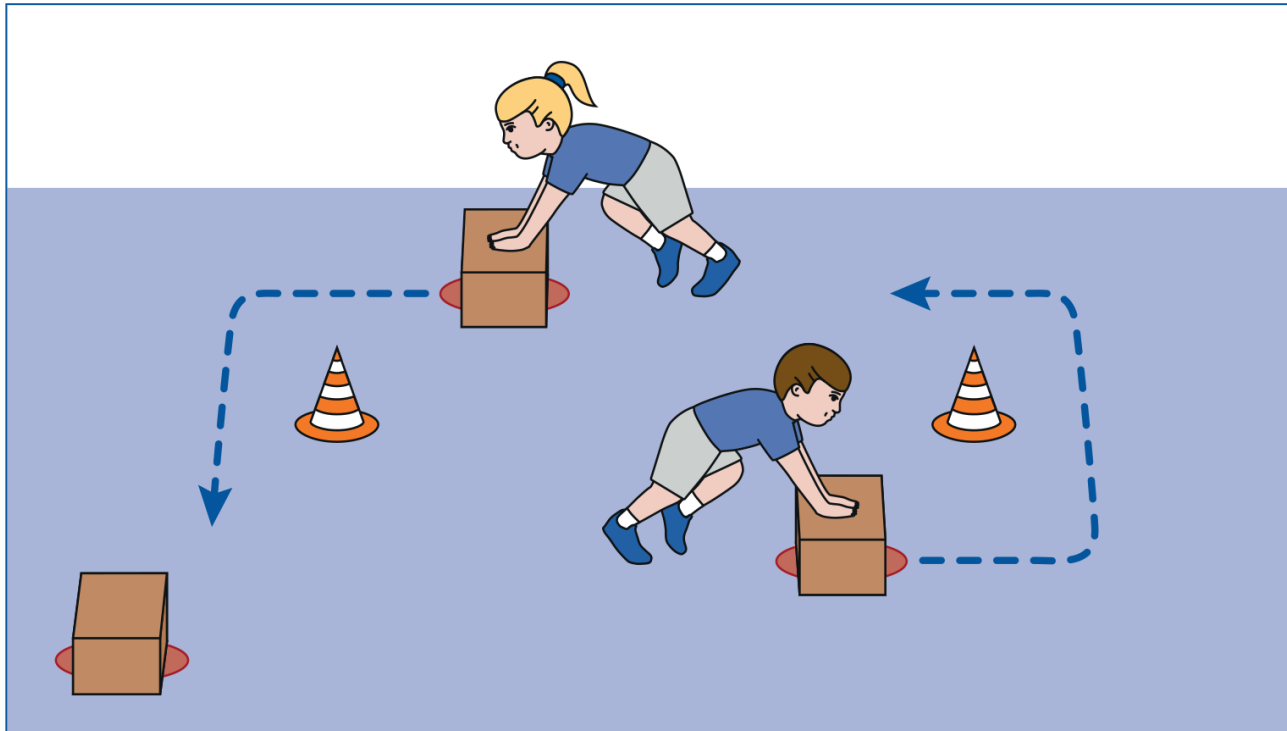
Bodenpass in den großen Kasten

Material:

Vierteiliger großer Kasten ohne Deckel, 2 bis 3 Basketbälle, 1 Reifen, 1 Seil, Hütchen, Kastendeckel

Aufgabe:

Versuchen Sie, den Basketball von der Linie durch einen Bodenpass in den großen Kasten zu spielen. Sie haben nur einen Versuch.



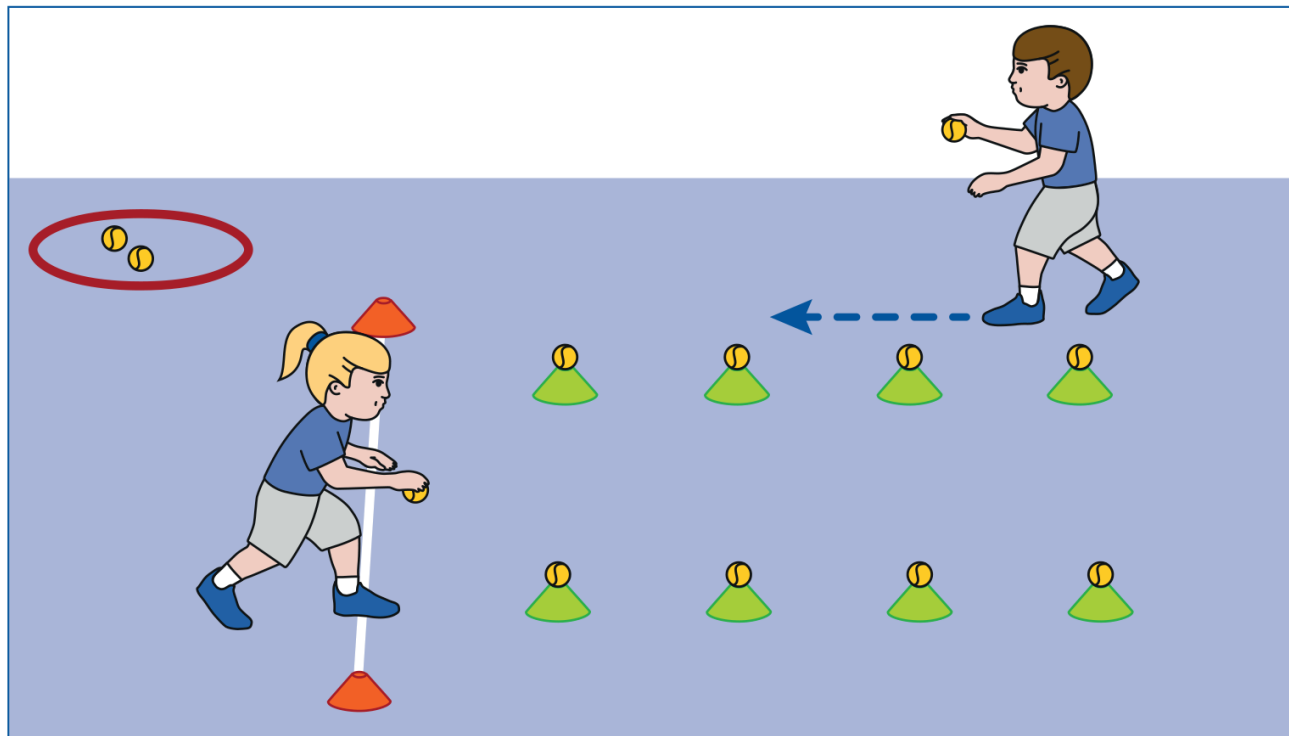
Kasten schieben

Material:

3 kleine Kästen, 3 Teppichfliesen, 2 Hütchen

Aufgabe:

Schieben Sie einen umgedrehten kleinen Kasten eine Runde um die Hütchen. Unter dem kleinen Kasten befindet sich eine umgedrehte Teppichfliese.



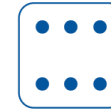
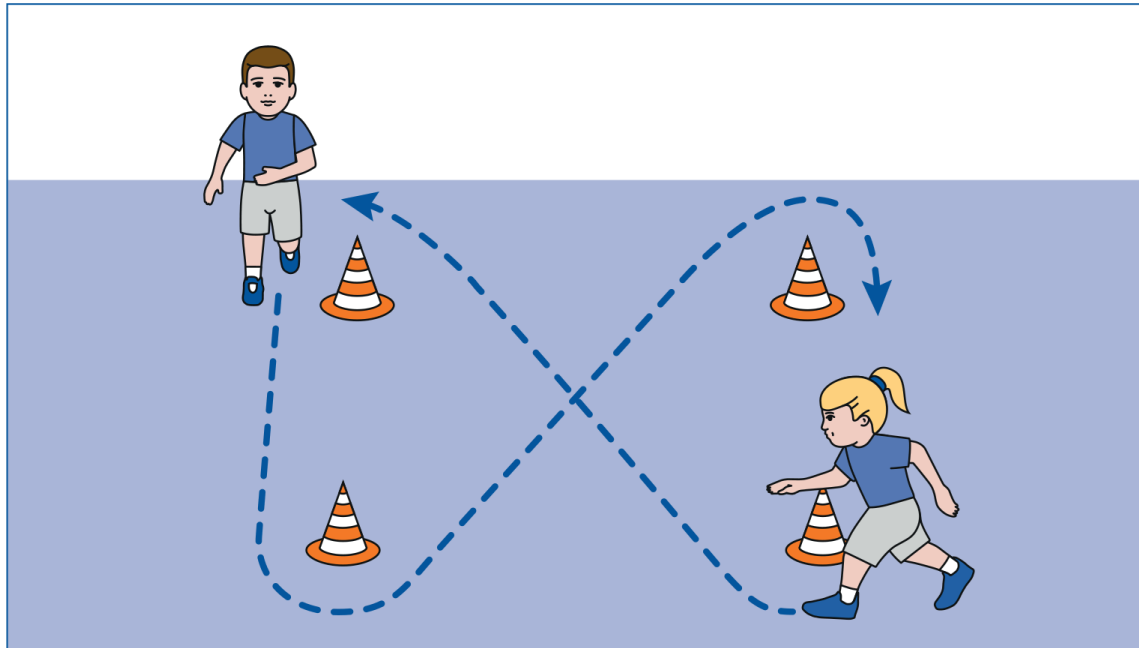
Tennisballtransport

Material:

12 Tennisbälle, 10 Hütchen, 1 Reifen

Aufgabe:

Nehmen Sie einen Tennisball aus dem Reifen, entscheiden Sie sich für eine Hütchenreihe, laufen Sie von Hütchen zu Hütchen und tauschen Sie Ihren Tennisball an jedem Hütchen mit dem dortigen aus.



Achterlauf

Material:
4 Hütchen

Aufgabe:
Laufen Sie eine „Acht“ um die Hütchen.