

Bälle werfen und fangen 3

Material:

Zwei Bälle

Organisation/Ablauf:

Stelle dich etwa mit schulterbreit aufgesetzten Füßen hin. Halte in jeder Hand einen Ball. Versuche, die Bälle mit überkreuzten Armen (Bild 1) möglichst gerade nach oben zu werfen (Bild 2) und mit paralleler Armhaltung wieder aufzufangen (Bild 3). Versuche, die Bälle unterschiedlich hoch zu werfen.

