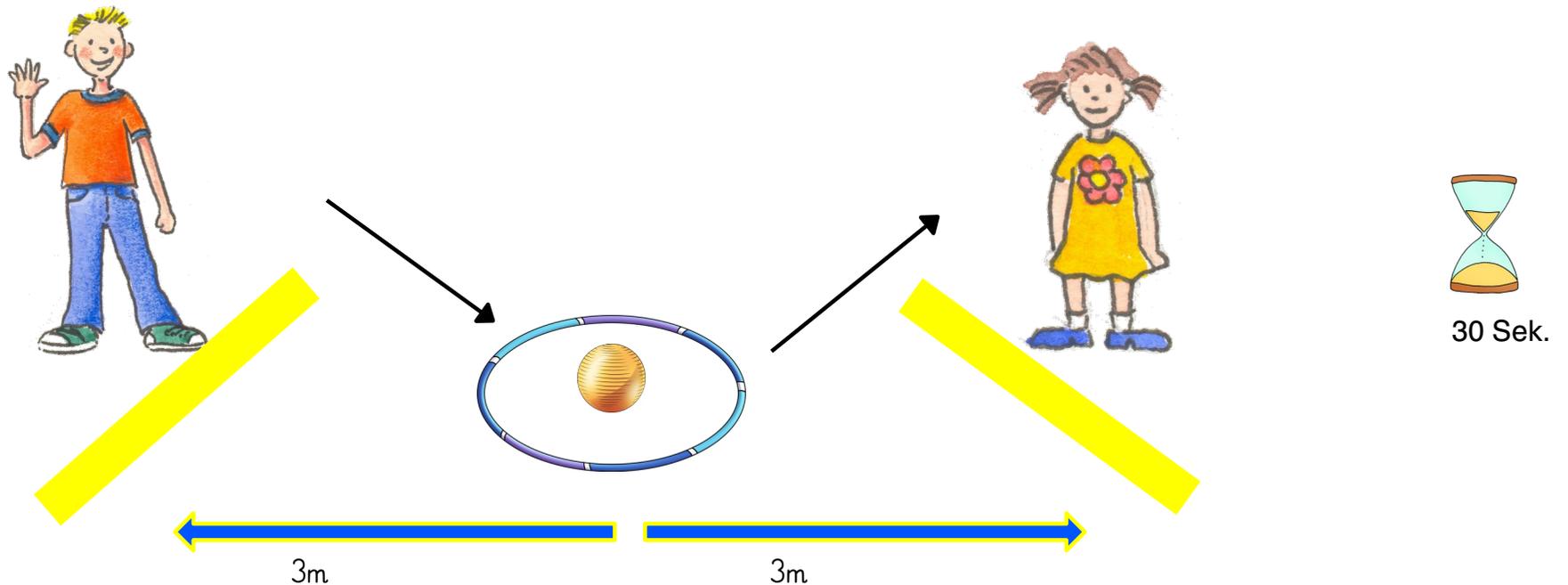


Wettbewerb 1: Ball-Ticker

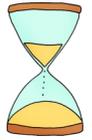


Aufgabe:

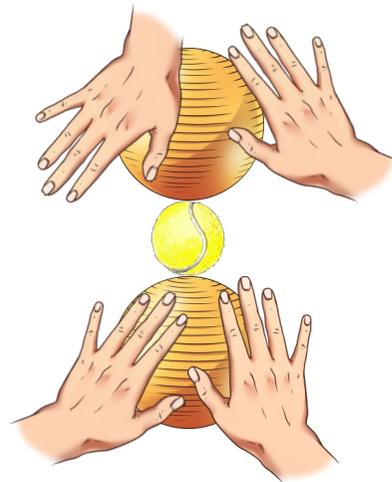
Wirf den Ball so, dass dieser in dem Reifen auftickt und vom Partner / Partnerin gefangen werden kann!

Karten erstellt mit WorksheetCrafter von B.Heimbecher und K.Siemon

Wettbewerb 2: Balltransport



Zeitmessung



20m

Start



Mitte:

1 mal den Partner umrunden,
hinsetzen, aufstehen, weitergehen

Ziel

Aufgabe:

Transportiert den Tennisball, der nur von den beiden großen Bällen berührt werden darf, von der Startlinie über die Ziellinie. An der Markierung in der Streckenmitte umrundet ihr einmal euren Partner / eure Partnerin (Kreis 360 Grad), setzt euch dann einmal gemeinsam hin (Gesäßberührung am Boden), bevor ihr weiter zur Ziellinie lauft.

Fällt der Ball vor der Markierung herunter, muss von der Startlinie aus erneut gestartet werden; fällt der Ball beim Umrunden und / oder Hinsetzen herunter, müssen sowohl Umrunden als auch Hinsetzen wiederholt werden; fällt der Ball zwischen Markierung und Ziellinie, muss zur Markierung zurück und dann weiter transportiert werden.

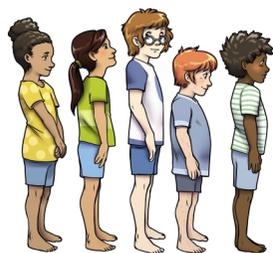
Karten erstellt mit WorksheetCrafter von B.Heimbecher und K.Siemon

Wettbewerb 3: Dribbel-Prell-Staffel

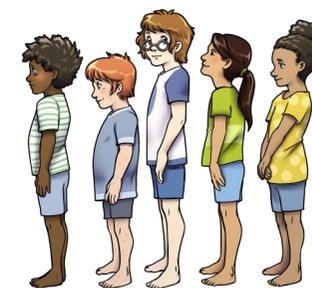
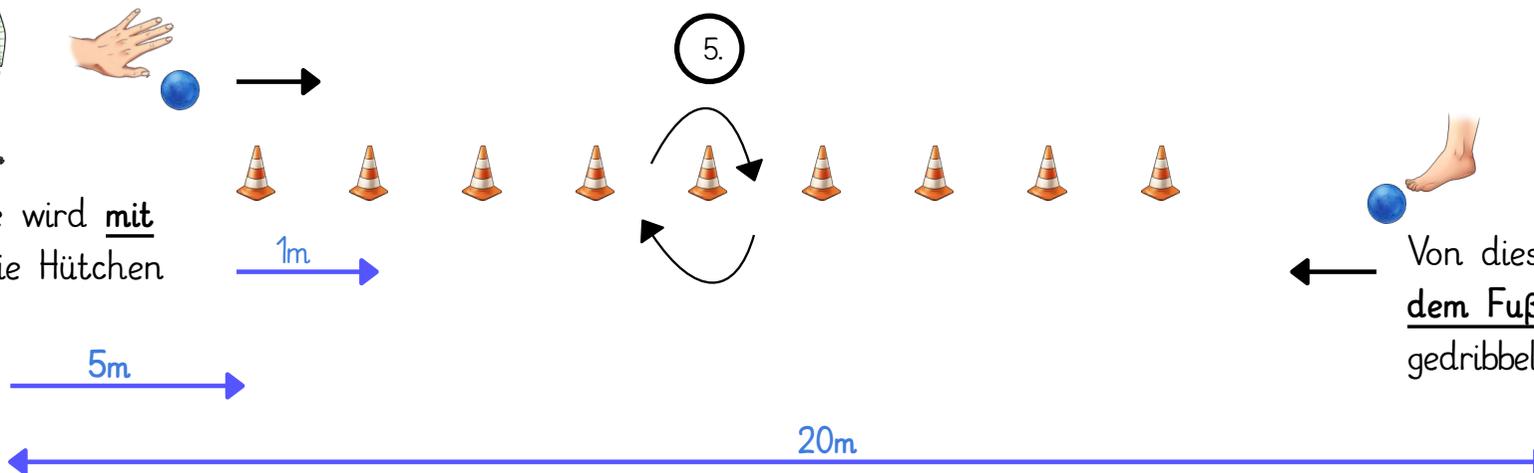
Das jeweils 5. Hütchen auf dem Hin- und Rückweg wird einmal umrundet mit durchgängiger Blickrichtung nach vorne, so dass du dich dort vorwärts und rückwärts mit dem Ball bewegen musst.



Zeitmessung



Von dieser Seite wird mit der Hand um die Hütchen geprellt.



Von dieser Seite wird mit dem Fuß um die Hütchen gedribbelt.

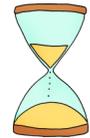
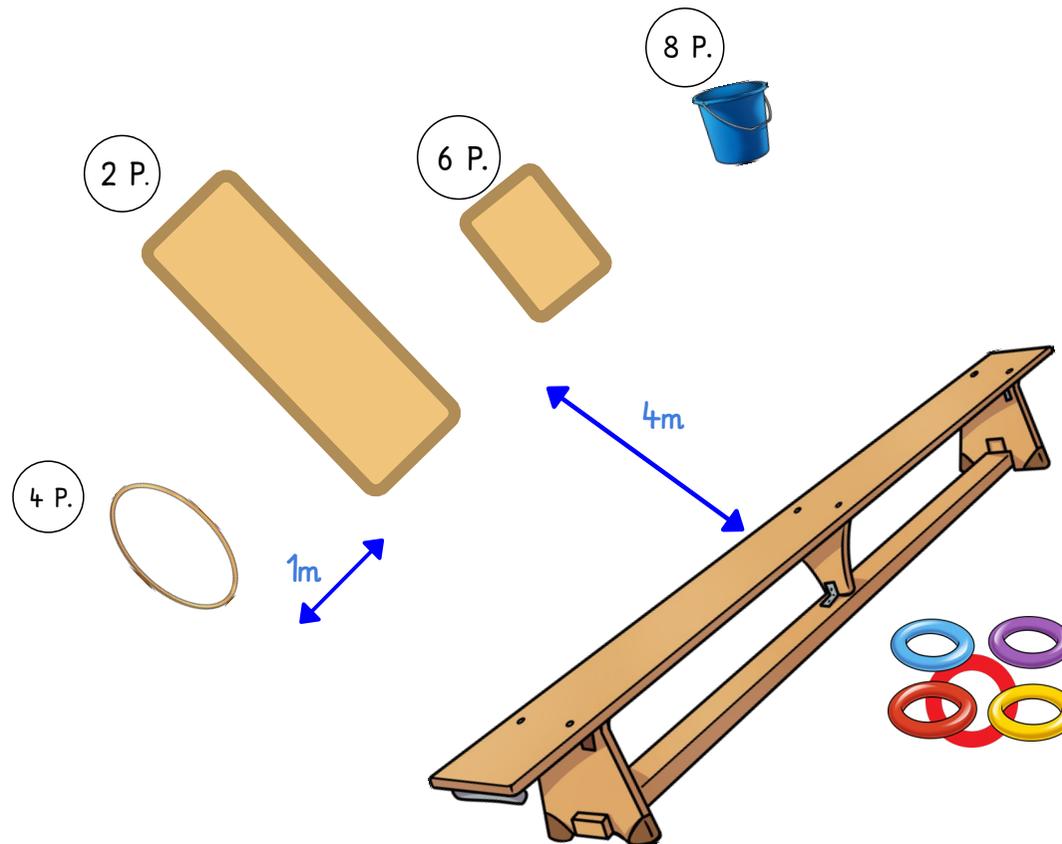
Aufgabe:

Durchlaufe dribbelnd und prellend so schnell du kannst den vorgegebenen Parcours.

Das 5. Hindernis musst du vorwärts und rückwärts in Kreisform absolvieren.

Verspringt dir der Ball, muss du wieder von vorne beginnen. Bei 3maligem Verspringen des Balles kannst du den Ball wiederholen und an der Stelle, an der der Ball versprungen ist, weitermachen.

Wettbewerb 4: Zielwerfen



Wertung:
Gesamtpunkte

Aufgabe:

Wirf die 5 Ringe so, dass sie in einem der vier Ziele (Gymnastikreifen; Langkasten (Längsrichtung), kleiner Kasten, 10-l-Eimer) liegen bleiben.

Die Ziele sind frei wählbar.

Karten erstellt mit WorksheetCrafter von B.Heimbecher und K.Simon

Übung 5

- Benötigte Geräte
- 1 Handball
 - Stoppuhr



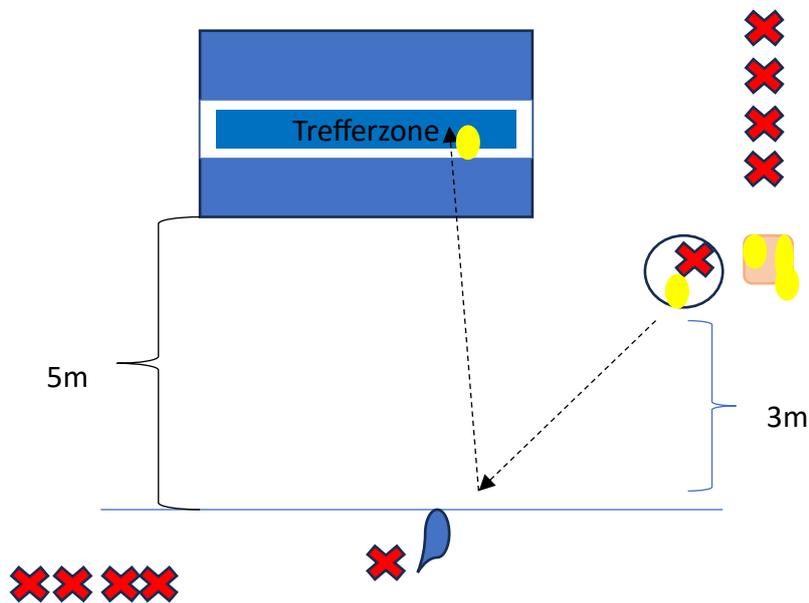
Ablauf:

Die Kinder gehen in den Grätschstand, nehmen einen Handball beidhändig hinter den Rücken, halten den Ball auf Hüfthöhe, tippen ihn von hinten durch die gegrätschten Beine auf den Boden, spielen ihn dann mit dem Fuß in die Luft und fangen ihn wieder auf.

Gelungene Versuche in 30 Sekunden und Wertungspunkte:

W.-Zahl	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Punkte	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
W.-Zahl	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Punkte	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24

Übung 6: „Volley“



Material:

- 1 Weichboden (alternativ Tor)
- 1 Reifen
- Tennisbälle
- 1 Kleiner Kasten
- Kreppband (evtl. auch Flutterband)
- Speckbretter

Ablauf und Regeln:

- 5 Jungen und 5 Mädchen stellen sich wie in Zeichnung auf (es kann durchgemischt werden)
- Jedes Kind muss 8mal einen Tennisball zuwerfen und 8mal den Tennisball „volley“ mit dem Speckbrettschläger spielen
- Ziel ist es, den vom Partner zugeworfenen Ball „volley“ in die Trefferzone zu spielen
- Der Werfer muss mit beiden Beinen im Reifen stehen
- Der „Volleyspieler“ darf die Abschlaglinie (Markierung) beim Schlagen nicht übertreten oder berühren.
- Pro regelkonformen Treffer gibt es einen Punkt (maximal 80 Punkte möglich)