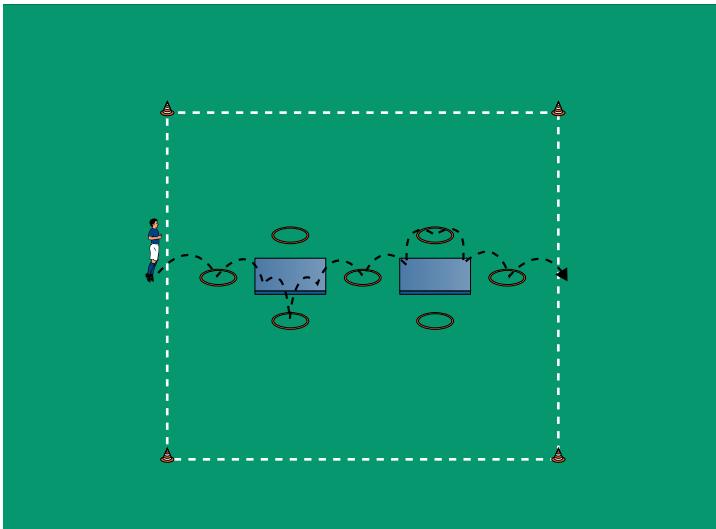


THEMA: PARCOURS-AUFGABEN FÜR DAS HEIMTRAINING MIT KINDERN



SPIEL 2:

ANS RETTENDE UFER

ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ Im Feld 7 Ringe und 2 Matten als Sprungzonen auslegen
- ▶ Der Spieler stellt sich an der Startlinie auf

ABLAUF

- ▶ Der Spieler versucht, über die gegenüberliegende Seitenlinie zu gelangen, ohne dass der Untergrund außerhalb der Sprungzonen berührt wird.
- ▶ Hierzu springt er von Sprungzone zu Sprungzone.
- ▶ Berührt er den Untergrund außerhalb einer Zone, so muss er zur Startlinie zurückkehren und erneut starten.
- ▶ Wie viele Feldüberquerungen in Folge gelingen ihm, ohne dass der Spieler den Boden berührt?

VARIATIONEN

- ▶ Die Abstände zwischen den Sprungzonen variieren.
- ▶ Einen Ball dazu nehmen und diesen bei den Sprüngen über dem Kopf halten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beim Landen sind Konzentration und Balance gefragt.
- ▶ Zum Markieren der Sprungzonen z. B. Tücher verwenden.