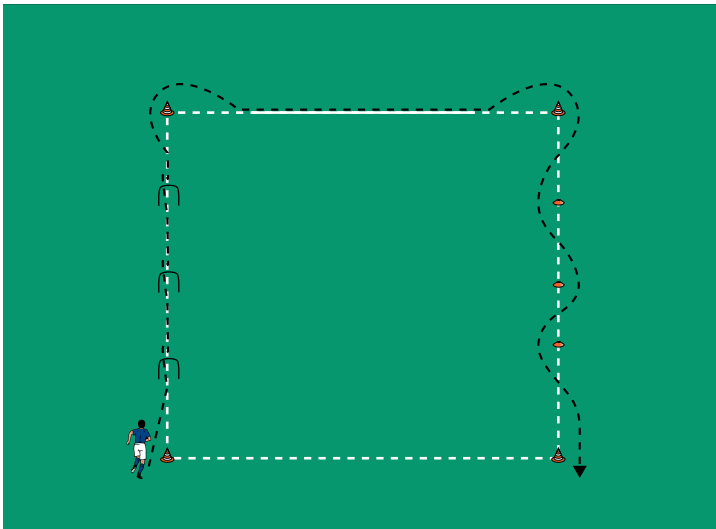


THEMA: PARCOURS-AUFGABEN FÜR DAS HEIMTRAINING MIT KINDERN



SPIEL 3:

MEISTER ALLER KLASSEN

ORGANISATION

- ▶ Das Feld weiter verwenden
- ▶ Auf einer Seitenlinie 3 Hürden, auf der nächsten 1 Balance-Linie und der dritten 3 Hütchen errichten
- ▶ Der Spieler stellt sich am Starthütchen auf

ABLAUF

- ▶ Der Spieler startet ins Feld und überspringt die Hürden.
- ▶ Nach Umlaufen des ersten Eckhütchens balanciert er über die markierte Linie.
- ▶ Ist dies geschafft, darf der Spieler auf der dritten Seitenlinie im Slalom um die Hütchen sprinten.
- ▶ Wie schnell gelingt es dem Spieler, den Parcours zu absolvieren?

VARIATIONEN

- ▶ Für jede Berührung eines Hindernisses gibt es 1 Strafsekunde.
- ▶ Den Abstand der Hindernisse variieren.
- ▶ Den Parcours rückwärts durchlaufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Tempo kontinuierlich steigern.
- ▶ Der Spieler muss sich schnell auf die neuen Aufgaben (hüpfen, balancieren, sprinten) einstellen, um den Parcours meistern zu können.