

10 Runden mit dem Ball

Du brauchst: 1 Ball (Mit einem großen Ball geht es leichter als mit einem kleinen.)

Dieses Spiel kannst Du überall draußen machen, wo Du eine Wand hast, an die Du werfen kannst.

Je näher Du an der Wand stehst, desto leichter ist das Spiel.
Ein guter Abstand ist etwa 2 bis 4 Meter von der Wand entfernt.



Du kannst es allein oder mit anderen spielen.

Du spielst alle 10 Runden hintereinander. Immer wenn Du eine Runde fehlerfrei geschafft hast, kommt die nächste.

Sobald Du einen Fehler machst, fängst Du wieder von vorne an!

Wenn Du das Spiel mit anderen spielst, wird immer gewechselt, wenn jemand einen Fehler macht.

Und wer dann zuerst alle 10 Runden hintereinander ohne Fehler geschafft hat, ist der Gewinner.

1. Runde:

Wirf den Ball an die Wand und fang ihn wieder!

2. Runde:

Wirf den Ball an die Wand, klatsche in die Hände und fang ihn wieder!

3. Runde:

Wirf den Ball mit der rechten Hand an die Wand und fang ihn mit der rechten Hand!

4. Runde:

Wirf den Ball mit der linken Hand an die Wand und fang ihn wieder mit der linken Hand!

5. Runde:

Wirf den Ball mit der rechten Hand an die Wand, klatsche in die Hände und fang ihn wieder mit der rechten Hand!

6. Runde:

Wirf den Ball mit der linken Hand an die Wand, klatsche in die Hände und fang ihn wieder mit der linken Hand!

7. Runde:

Wirf den Ball an die Wand, drehe Dich einmal im Kreis herum und fang ihn wieder!

8. Runde:

Wirf den Ball unter dem hochgehobenen rechten Bein hindurch an die Wand und fang ihn wieder!

9. Runde:

Wirf den Ball unter dem hochgehobenen linken Bein hindurch an die Wand und fang ihn wieder!

10. Runde:

Wirf den Ball an die Wand, klatsche in die Hände, dreh Dich einmal im Kreis herum und fang ihn wieder!

Hurra! Geschafft!

Ich gratuliere Dir!

Deine Betreuerin Elke Tschunkert