

Merk Roll-Wurf-Ball

Schwerpunkte: Ausdauer, Koordination/Geschicklichkeit, Schnelligkeit/Reaktion

Geräte: 2x Softball

Merkball mit 2 Bällen, wobei der rote Ball nur gerollt und der blaue nur geworfen werden darf! Ein Schüler, der abgeworfen oder abgerollt wird, setzt sich auf eine Bank und merkt sich seinen "Abwerfer". Wenn dieser getroffen wird, darf der Schüler wieder ins Spiel.

Spiel geht weiter bei: *Ball wurde gefangen, Kopftreffer und Boden auf.*

3 Schritte Regel: Mit Ball in der Hand darf max. 3 Schritte gelaufen werden.

Anmerkung:

Beim Rollball eignen sich auch großen Sitz- bzw. Gymnastikbälle gut.

Notizen:

