

Allgemeine Ballübungen

Ausweichen

- unterschiedliche Bälle
- Kreppband

Prellparcours

- 1 Ball
- 1 Bank
- 4 Slalomstangen
- 5 Reifen

Ball auf Ball

- 2 Bälle

Ball gegen die Wand

- 1 Ball
- 1 Hallenwand

Kunststückchen

- 1 Ball

Schnelle Reaktion

- 1 Ball
- 1 Hütchen

Platzwechsel

- 2 Bälle

Kegeln

- 9 Kegel
- 1 Ball

Hand und Fuß

- 2 Bälle

Balljonglage

- 1 Ball

Ball hoch halten

- 1 Ball

Download
zur Ansicht

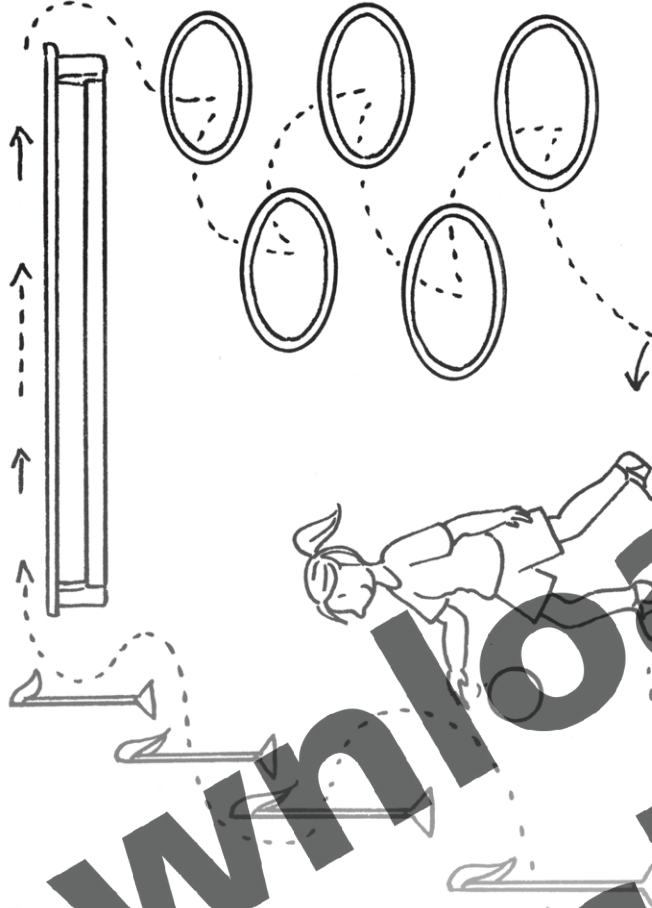
Name: _____



**Download
zur Ansicht**

... eine Gasse und wählt vier Kinder aus, die die Bälle rollen.
... versuche, dich nicht von den Bällen treffen zu lassen.

Name: _____

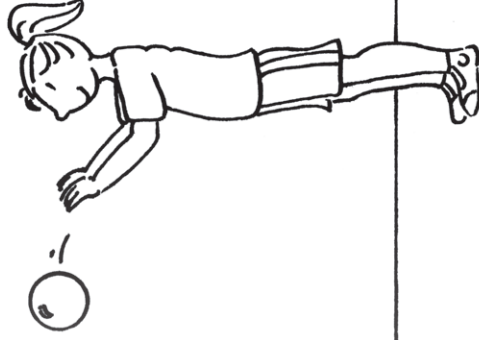


Download zur Ansicht

...rcours. Wechsle deine Prellhand immer wieder ab.
eigen.

...m und schnell.

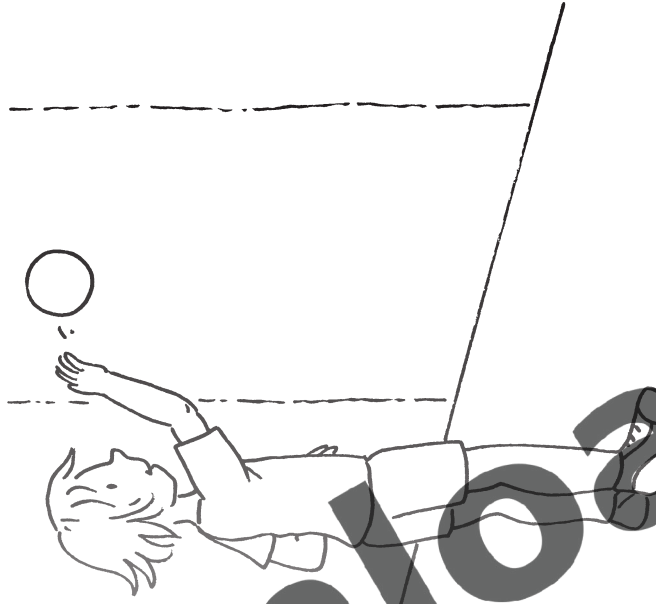
Name: _____



**Download
zur Ansicht**

Fange den Ball, den dir dein Partner zuwirft.
Mach. Fange dann deinen hochgeworfenen Ball.
Wie oft kann dein Ball auf den Boden fällt?

Name: _____



**Download
zur Ansicht**

Wand

rd.

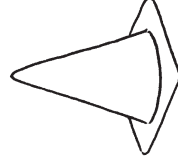
Name: _____



**Download
zur Ansicht**

köpfe, ...
sich auszudenken, das du den anderen zeigen kannst.
der anderen nach.

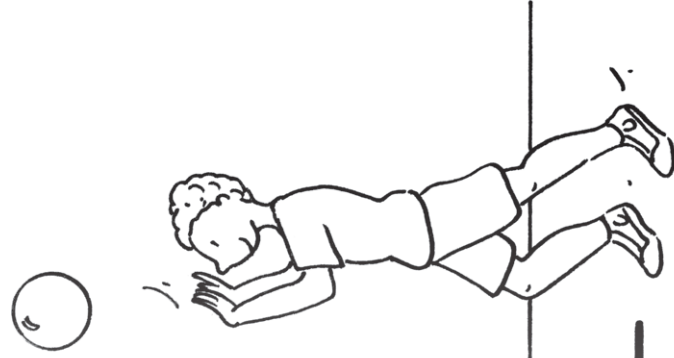
Name: _____



Seinen hin. Dein Partner steht hinter dir und rollt den Ball locker
nach.

du siehst. Versuche, ihn vor dem Hütchen zu stoppen.

Name: _____

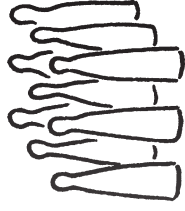


Download zur Ansicht

... mit deinem Partner nach oben.
... deinem Partner.
... ngen.

... en, anstatt ihn hochzuwerfen.

Name: _____

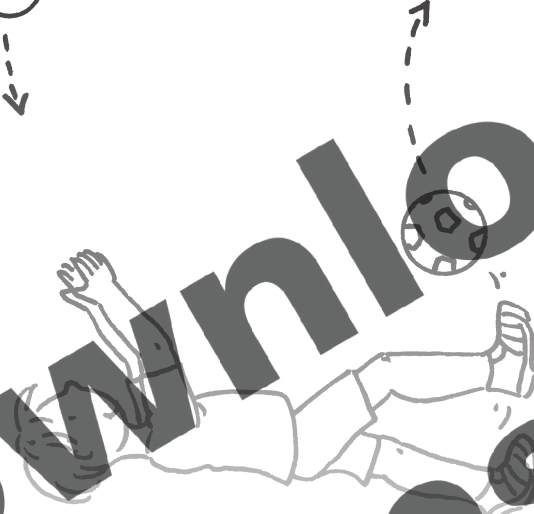


Download zur Ansicht



Kegel umzuwerfen?
ab 6 Jahren
den Kindern ab.

Name: _____



Download
zur Ansicht

Partner hin und her.
Wie oft noch einen Ball mit dem Fuß hin- und herpassen?

Name: _____

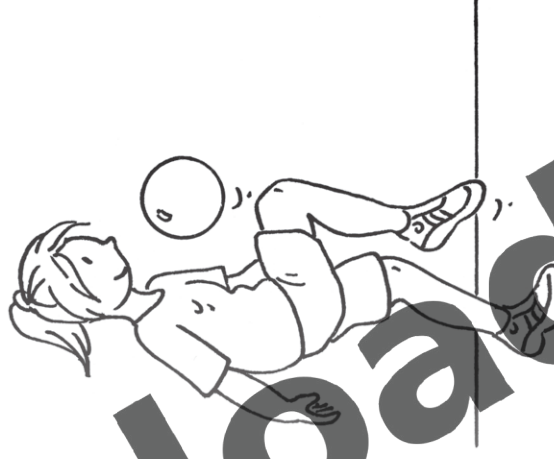


Wie oft schaffst du es hin und her?
Schlage auch zweimal nacheinander mit
links, dann zweimal nacheinander mit
rechts, zweimal links, ...

Download
zur Ansicht

ingen?

Name: _____



Download zur Ansicht

und köpfe ihn dann
rder.

Wirf den Ball locker hoch und spiele ihn dann
sooft wie möglich nur mit dem Bein nach oben.
Wie oft schaffst du es?