

Arbeitsblatt KS

Material: 1 Blatt Papier, 1 Stift, 1 Ball

Suche dir einen freien Platz im Raum und folge den Anleitungen deines Trainers!

Aufgaben für den Trainer:

1. Lege das Blatt Papier auf deinen Kopf und versuche, dich zu bewegen, ohne dass es herunterfällt!
2. Klemme den Ball zwischen deine Knie!
3. Lege den Stift auf dein linkes Knie!
4. Klemme den Ball in deiner rechten Achsel ein!
5. Klemme das Blatt Papier mit deinem Kinn am Oberkörper fest!
6. Versuche den Stift zwischen Oberlippe und Nase einzuklemmen!
7. Wirf den Ball von der linken zur rechten Hand!
8. Kicke den Ball mit dem rechten Fuß von dir weg!
9. Klemme den Stift in deiner linken Kniekehle ein!
10. Halte das Blatt Papier zwischen deinen beiden Handflächen!
11. Versuche, den Stift hinter dein linkes Ohr zu klemmen!
12. Stelle dich mit dem Rechten Fuß auf das Blatt Papier!
13. Lege den Stift auf deinen Rücken!
14. Knie dich mit beiden Knien auf das Blatt Papier!
15. Lege den Ball auf deinen Bauch!

