

# Koordination mit einem Ball

## Stufe 1

### Zielsetzung

Hand-Augen-Koordination

### Dauer

5-10 Minuten

### Kurze Beschreibung

Jedes Kind hat einen Ball. Es wirft den Ball hoch und versucht ihn vor dem Körper mit dem T-Shirt zu fangen.

Es kann sogar versuchen, den Ball rückwärts über den Kopf zu werfen und ihn hinter dem Körper mit dem T-Shirt zu fangen. (Teil 2 nur Zyklen 3-4)

Das Kind wirft den Ball hoch und fängt ihn mit beiden Händen auf. Wie eben, aber vor dem Auffangen 1x in die Hände klatschen. Idem. aber 2x in die Hände klatschen. Idem. aber 1x hinter dem Rücken in die Hände klatschen.

Das Kind wirft den Ball über den Kopf und versucht, ihn hinter dem Rücken wieder zu fangen. Wenn das gelingt, versucht es den Ball von hinten wieder zurückzuwerfen und vor dem Körper zu fangen.

### Benötigtes Material

- > Softball maximal in Handballgrösse
- > Innen und aussen