

Koordinative Fähigkeiten: Reaktion

<i>Geleitete Trainings, Turnhalle; Schwimmbad</i>		alleine; zu Hause; Vitaparcours	
was	Material	was	Material
Starten auf Signal - Hochstart, Tiefstart, Bauchlage, Rückenlage etc z.B. Tag- und Nacht		Knotenball auf Boden fallen lassen, ihn nach dem ersten Auftreffen fangen.	Knotenball
A im Grätschsitz, B steht hinter A mit Ball B lässt Ball fallen, A muss ihn so früh wie möglich fangen.	Ball	Ball an Wand werfen, sich umdrehen, sobald er vor sich sichtbar ist losrennen und ihn so schnell wie möglich fangen	Ball Wand
B mit Ball steht hinter A, B wirft Ball nach vorne, A startet, sobald Ball an ihm vorbei fliegt (Sichtfeld) und fängt ihn so schnell wie möglich - B wirft via Boden - B wirft hoch, langsamen Ball - B wirft flach, schnellen Ball	Ball		
A und B stehen vis-à-vis mit Bündeli, Staffelstab, Ball etc. B lässt den Gegenstand fallen, A versucht ihn zu fangen. (Hände von A sind oberhalb jenen von B)	Ball, Bündeli, Staffelstab		
Kleines Feld (Quadrat) markiert B zeigt immer an, welche Seite oder Ecke A gehen muss. So viele wie möglich in einer Minute berühren	Markiertes Feld (kann evtl. mit Klebeband markiert werden, vorher Abwart fragen, welches Band sich eignet)		