|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Station 3: Einbeinstand** | | |
| Grundübung: 1 Aktiver und 1 Signalgeber  **Aufgabe:**   * Stell dich auf einem Bein auf das Luftkissen. Dein Partner nennt dir ein Wasser- oder Landtier und wirft dir unmittelbar einen Tennisball zu. Bei einem Landtier musst du den Ball mit der linken Hand fangen, bei einem Wassertier mit der rechten. Nach 4 Würfen wechselst du das Standbein.   **ACHTUNG: Wenn dein Standbein müde wird, mache eine Pause 🡪 Umknickgefahr** | | |
| **Material:**   * 3 Balancekissen * 6 Tennisbälle * Kasten | **Aufbau:**  (Foto/Zeichnung) | **Variation:**   * Variation 2: Du bekommst eine leichte Rechenaufgabe gestellt und der Ball wird dir unmittelbar zugeworfen. Bei einem ungeraden Ergebnis fängst du den Ball von oben und bei einem gerade von unten.   **Erhöhung der Schwierigkeit:**   * Der/die Spielleiter:in ruft zusätzlich ein Ergebnis, welches nicht dem Rechenergebnis entspricht. |