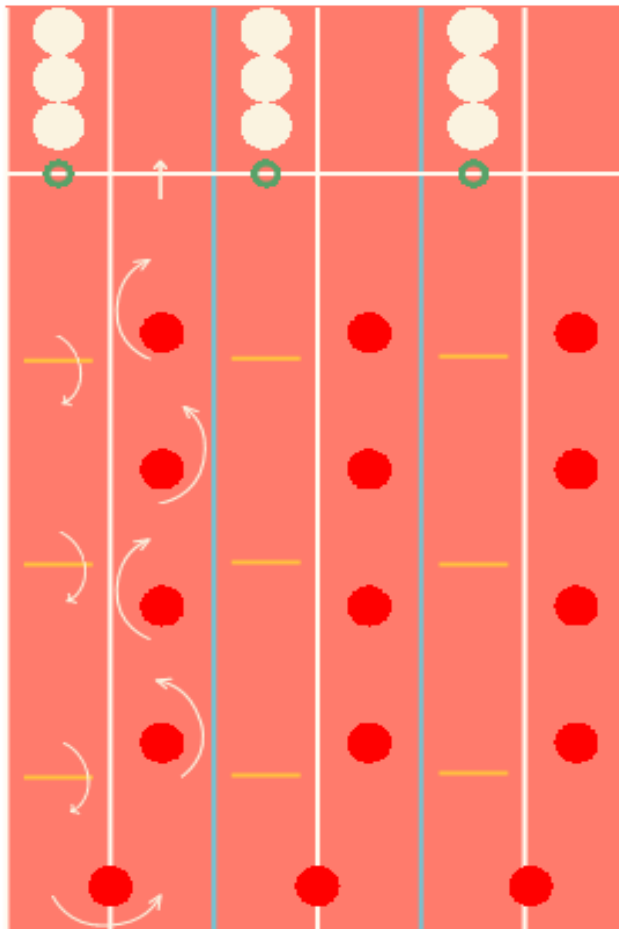


Stationsbeschreibung

Wendesprints



Ablauf

- ZIEL: Reaktion - Start - Beschleunigung - Geschicklichkeit

Die Kinder sollen sowohl die Hindernis- als auch die Slalomstrecke in bestmöglicher Zeit absolvieren.

→ Sei wendig und schnell wie ein Hase!

Anweisungen

- Bildet 3 Reihen (pro Aufbau eine Reihe).
- Ziel ist es über alle 3 Hindernisse so schnell ihr könnt zu sprinten, dann leicht abbremsen und um die Wendemarkierung herumlaufen. Zurück sprintet ihr dann um 4 Slalomstangen herum.
- Der Start erfolgt dabei aus der Schrittstellung und wird durch z.B. einen Pfiff signalisiert.
- Es läuft pro Reihe nur ein Kind. Das nächste Kind läuft erst dann los, wenn es abgeklatscht wurde.
- Ggfs. Staffelholz benutzen.

Stationsbeschreibung

Zonenweitsprung



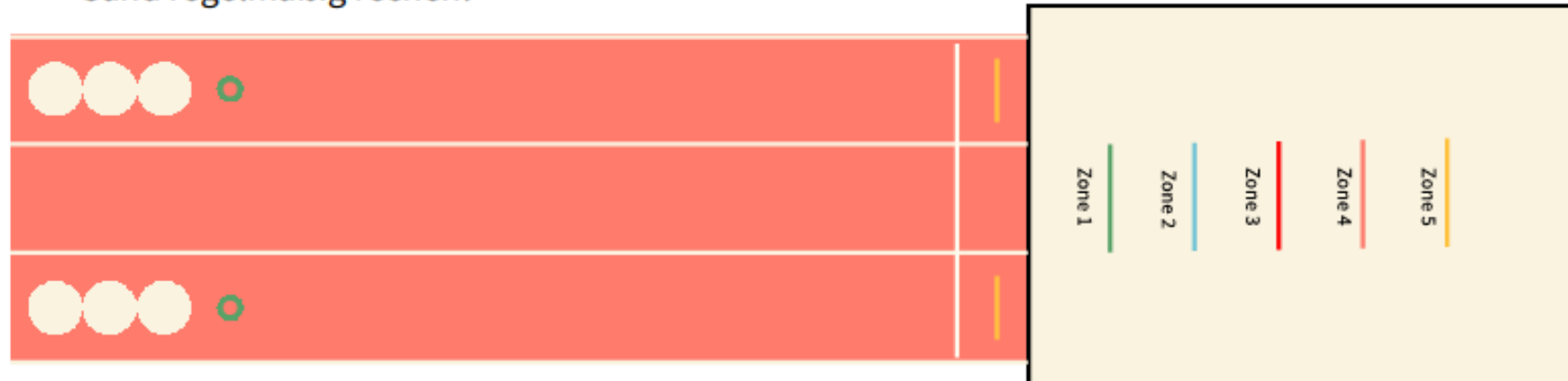
Ablauf

Die Kinder sollen so schnell wie möglich zur Absprunglinie rennen und so weit wie möglich in die Grube springen.

→ Spring so weit wie ein Känguru

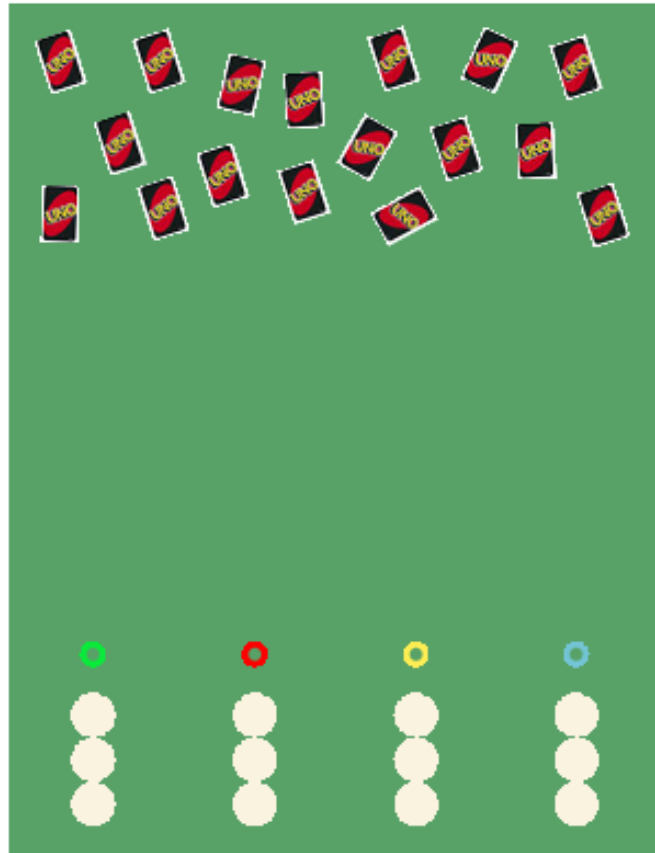
Anweisungen

- Bildet 2 Reihen (pro Aufbau eine Reihe).
- Ziel ist es, vom Startpunkt loszurennen, ungefähr an der Absprungmarkierung abspringen, über die Mini-Hürde zu springen und so weit wie möglich in der Grube zu landen.
- Kind bekommt Rückmeldung für die Zone in welcher es gelandet ist - Ziel: jeden Sprung eine Zone weiter.
- Sand regelmäßig rechnen!



Stationsbeschreibung

Farbenlauf



Ablauf

Die Kinder sollen so schnell wie möglich von ihrem Hütchen zu den zugedeckten Uno-Karten rennen, eine aufdecken und wieder zurück zu rennen.

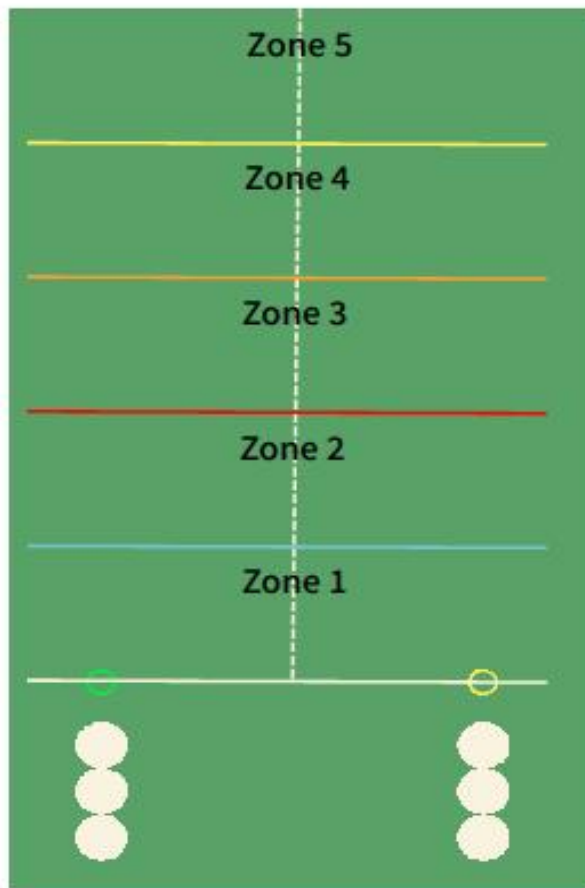
- Ist die aufgedeckte Karte die gesuchte Farbe, nimmt das Kind die Karte mit.
- Ist die Farbe der Karte nicht richtig, wird die Karte wieder umgedreht (!) hingelegt und das Kind rennt ohne Karte zurück.
- Es darf IMMER nur eine Karte aufgedeckt werden

Anweisungen

- Bildet 4 Reihen (pro Hütchen eine Reihe).
- Pro Team müssen 10 Karten (0-9) gesammelt werden
- 4 Teams (grün, rot, gelb, blau)

Stationsbeschreibung

Zonenweitwurf



Ablauf

Die Kinder sollen so weit wie möglich mit verschiedenen Wurfgeräten werfen.

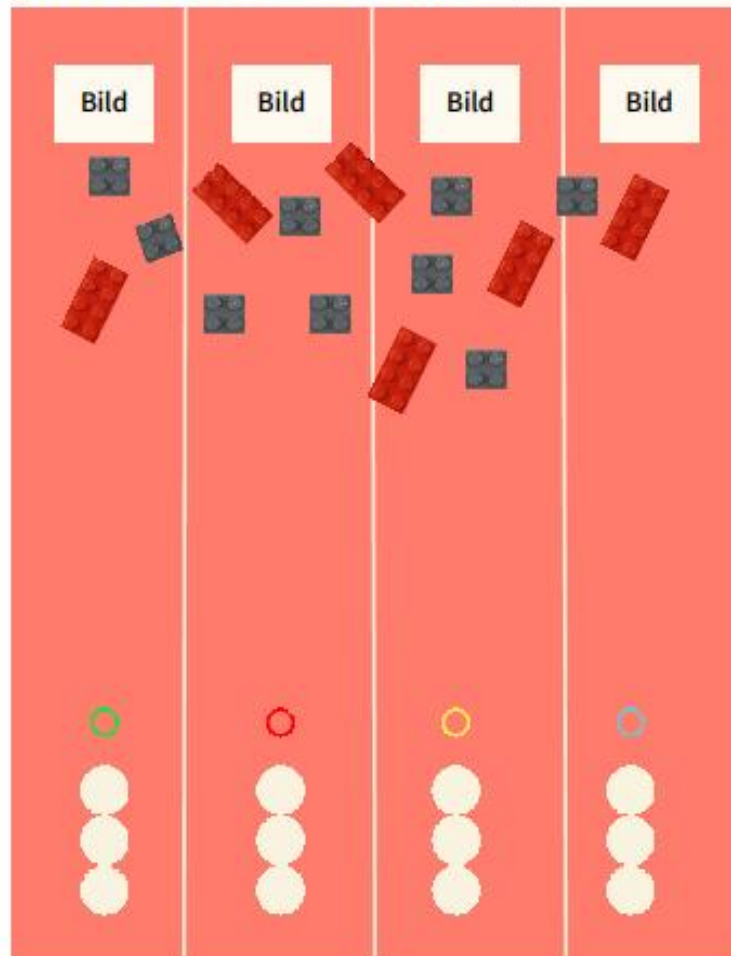
Tennisbälle, Schweifbälle, Heuler, Wurfstäbe

Anweisungen

- Bildet 2 Reihen (pro Aufbau eine Reihe).
- Ziel ist es jedes Wurfgerät so weit wie möglich zu werfen
- Jedes Kind wirft vier mal, in jedem Wurf ein anderes Wurfgerät. Dann werden Geräte geholt
- Erst wirft jedes Kind Tennisbälle, dann Schweifbälle, dann Wurfstäbe, dann Heuler
- Es wirft pro Reihe nur ein Kind

Stationsbeschreibung

Aufbau-Staffel



Ablauf

Die Kinder sollen in ihrer Gruppe so schnell wie möglich ihr zugeteiltes Bild nachbauen.

Anweisungen

- Bildet 4 Reihen (pro Aufbau eine Reihe).
- 2 Möglichkeiten:
- das Bild des zu bauenden Aufbaus liegt am Hütchen, die Kinder rennen nach vorne, holen sich einen Stein und bauen am Starthütchen
- das Bild des zu bauenden Aufbaus liegt bei den asugelegten Steinen. Die Kinder rennen nach vorne, holen sich einen Stein und müssen am Starthütchen aus dem Gedächtnis das Bild nachbauen
- Es läuft immer nur ein Kind, und dieses Kind baut auch sein gesammeltes Teil ein

Materialliste (Legende)

	Kinder
	kleine Hütchen (unterschiedliche Farben)
	Mini-Hürden bzw. andere kleine Hindernisse die umkippen können
	Gymnastikstangen in stabilem Fuß
	Seile in verschiedenen Farben
	Uno-Karten oder Karten mit vier verschiedenen Farben/Symbolen
	Legosteine, Bausteine, etc.