

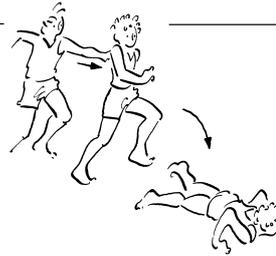
1.6 Reaktionsspiele

Starts aus verschiedenen Ausgangspositionen und auf verschiedene Signale fördern die Konzentrationsfähigkeit sowie die Reaktions- und Aktions-schnelligkeit. Auf einen akustischen Reiz reagieren die meisten Menschen schneller als auf einen visuellen oder taktilen.

Wie reagiert man am schnellsten: über das Ohr, das Auge oder über die Haut?

Wer reagiert richtig? Zu zweit: A und B joggen nebeneinander oder hintereinander frei im Raum. Beide haben Berührungszeichen mit dazugehörigen Reaktionsaufgaben vereinbart, z.B. bei einer Berührung des rechten Armes blitzschnell auf den Bauch liegen. Nach 5 Berührungen Rollenwechsel.

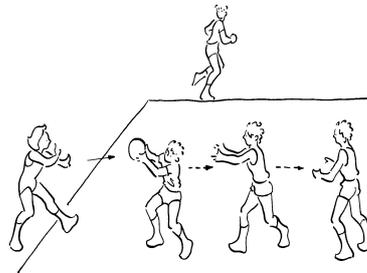
- Auf verschiedene akustische und visuelle Signale reagieren die S mit einer vereinbarten Handlung.



⇒ Akustische, visuelle und taktile Startzeichen beachten!

Wer ist schneller? Die S stehen, liegen, sitzen hinter einer Linie. Auf ein Zeichen starten alle so schnell wie möglich und sprinten bis zu einer Ziellinie.

- Auch aus der Liegestützstellung, aus der Rückenlage u.a. wegsprinten.
- Wer zuletzt ist, bestimmt eine neue Startposition oder ein neues Startzeichen.
- Die S sind auf 2 Startlinien verteilt. Die hinteren versuchen, die vorderen einzuholen.
- Handicapsprint zu zweit: Abstand selber bestimmen.



Spielbandraub: A und B stehen sich in der Mitte des Spielfeldes gegenüber. Beide versuchen, das auf der Mittellinie liegende Spielband zu schnappen und damit hinter eine Linie zu laufen. Wer mit dem Band die Ziellinie ohne gefangen zu werden erreicht, bzw. den fliehenden Partner vor der Ziellinie berührt, erhält 1 P. Sieger wird, wer zuerst 2 P. erreicht. Der Verlierer fordert einen neuen Spielpartner zum Wettkampf auf.



🏀 Gerade, im zugeteilten Korridor hin- und zurücklaufen! Die Wand nie als «Ziellinie» verwenden; eine Auslaufzone definieren.

Schere-Stein-Papier: 2 S stehen sich an der Mittellinie gegenüber und spielen gegeneinander. Auf Kommando «Schere-Stein-Papier» zeigen alle eines der 3 Handzeichen. Das stärkere Zeichen verfolgt das schwächere bis zur Grundlinie. Wiederholung des Kommandos bei gleichem Zeichen. Die Schere schneidet das Papier, das Papier packt den Stein ein, und der Stein beschädigt die Schere.

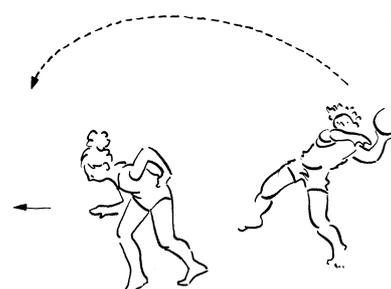
- Auch als Gruppenwettkampf, wobei beide Gruppen ein gemeinsames Zeichen vereinbaren.



⇒ Schere ist «stärker» als Papier; Papier ist «stärker» als Stein; Stein ist «stärker» als Schere.

Über den Partner: A steht hinter B; beide schauen in die gleiche Richtung. A rollt oder wirft einen Ball so über B, dass B die Aufgabe gerade noch erfüllen kann. Sobald B den Ball sieht, läuft sie los und versucht, diesen zu stoppen, bevor er eine Linie überrollt/überfliegt.

- Gelingt es B, den Ball zu fangen, bevor er den Boden ein zweites Mal berührt?
- Wer kann über den Partner werfen, zwischen dessen Beinen durchkriechen und den Ball fangen, bevor er ein zweites Mal auf den Boden fällt?



⇒ Fairplay, auch bei kleinen Spielen.