

Springseilen 2 Minuten

Material

2 Stoppuhren, 6 Springseile (verschiedene Längen), Schreibzeug

Anlage

Ort: Roter Platz



Ablauf

- 2 Minuten Springseilen so oft wie möglich
 - 1 Versuch pro SchülerIn
 - 2 SchülerInnen starten gleichzeitig. -> 2 Lehrer
 - Alle 30 Sekunden wird die Zeit angesagt
-

Messung

- Zählen der Sprünge während 2 Minuten
-

Helfer

Schüler: 2 Minuten stoppen und alle 30 Sekunden Zeit ansagen

2 Zähler (Lehrpersonen): Sie zählen jeden Durchzug mit dem Seil (Sprung über das Seil)

Schreiber: Der Schreiber notiert die Anzahl Sprünge auf dem iPad oder Computer