

## Geräte – Sprossenwand: Spinnennetz

Die Schülerinnen lernen auf spannende Art ihren Körper kontrolliert zu bewegen. Die Übung zur Verbesserung der Orientierungsfähigkeit kann alleine oder in der Gruppe durchgeführt werden.

Ein Sprossenabteil wird ausgeklappt und mit Seilen ein Spinnennetz daran geknüpft. Die Schülerinnen durchsteigen die verschiedenen Öffnungen. Wer schafft eine vorgegebene Strecke ohne die Seile zu berühren? Als Motivation kleine Glöckchen an den Seilen befestigen. Wenn es bimmelt, gibts einen Punkt Abzug.



### Variationen

- Eine Strecke mit einer Schülerkette (zum Beispiel Halbklass) durchsteigen.
- A steigt eine Strecke vor, B steigt nach.
- Eine Schülerin wird von der Gruppe durch verschiedene Öffnungen gereicht, ohne die Seile zu berühren.

**Material:** Seile, Glöckchen

Quelle: mobilepraxis 17/2006, Claudia Harder, Mariella Markmann



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**