

Partnerakrobatik: Chinesische Mauer

Zu zweit lernen die Kinder in dieser Übung einander zu vertrauen, miteinander zu kooperieren und sich an den Körperkontakt zu gewöhnen.



A muss eine Mauer (Kasten) überqueren und darf dann ins Wasser (40er Matte) springen. B muss A helfen auf den Kasten zu klettern. Die beiden müssen selber herausfinden, wie A mit Hilfe von B auf die «Mauer» steigen kann. B darf nur mit seinem Körper helfen (Personenleiter), es dürfen keine zusätzlichen Hilfsmittel verwendet werden. Der Kasten muss so hoch sein, dass nicht alleine drauf gesprungen werden kann.

Bemerkungen: Die hochgestellte Matte muss an der Sprossenwand mit Seilen befestigt werden. Bodenmatten als Sicherung auf den Boden legen.

Variationen

B platziert sich vor der Sprossenwand. A muss mit Hilfe von B auf die Sprossenwand klettern, mit dem Ziel, den ersten Fuss so hoch wie möglich auf der Sprossen zu platzieren. Wird diese Sprosse mit einem Bündel markiert, kann daraus ein Wettkampf gemacht werden.

einfacher

- Die Lehrperson instruiert B, wie sie A helfen kann.
- 2 Personen helfen A.

schwieriger

Mit Hilfe des Partners über die an der Sprossenwand hochgestellte 40er Matte klettern.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO