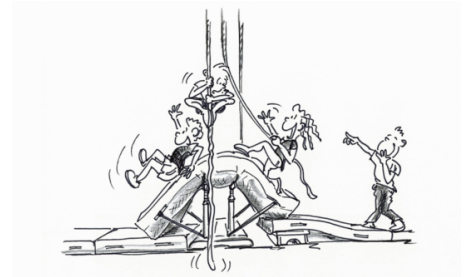


# Wagnis als Lernweg – Hauptposten: Grosser Berg

Die SuS bewegen sich über einen Mattenberg, rutschen, springen oder hangeln sich hinunter. Um diesen Posten aufzustellen, ist es von Vorteil wenn zwei erwachsene Personen anwesend sind.

[Zeichnung als Download](#) (pdf)



**Schwerpunkte:** Kraft, Klettern, Rutschen

Die SuS versuchen über die grosse Matte zu klettern. Mit oder ohne Hilfe der grossen Tauen. Sie rutschen oder springen auf der anderen Seite auf die 16er-Matte hinunter.

**Material:** Barren, dicke Matte, 2 × 16-er Matten, 2 Spannssets, Tau

## Wege

- Mit Anlauf
- Sie ziehen sich an den Tauen hoch
- Sie helfen einander

## Mögliche Schwierigkeiten

- Fehlende Kraft
- Ungeschicklichkeit
- Höhenangst

**Sicherheit:** Auf beiden Seiten des Barrens müssen 16er-Matten sein. Die dicke Matte muss mit 2 Spannssets stark nach unten gebogen und befestigt werden.

## Variationen

- Höhe des Barren verstellen.
- Posten ohne Tau.

**Bemerkung:** Es kann als Hilfe ein Kastenteil unter die 16er-Matte gelegt werden, so haben die SuS eine Hilfe beim Hinaufklettern. Es braucht die ganze Klasse beim Aufstellen der dicken Matte. Es ist von Vorteil, wenn mindestens zwei erwachsene Personen anwesend sind. Dieser Posten ist etwas umständlich zum Aufstellen, dafür umso beliebter bei den Kindern.

### Ergänzende Posten

- [Kletterwand](#)
- [Balanciergarten](#)
- [Schaukeln](#)
- [Wägelitunnel](#)

---

Quelle: Miriam Rufer, Primarlehrerin Schule Unterleberberg, Hubersdorf



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**