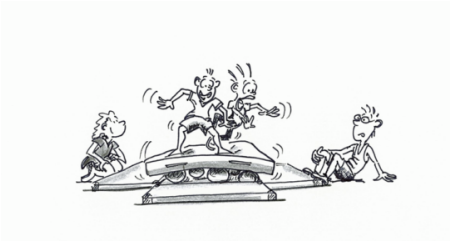
Wagnis als Lernweg – Nebenposten: Wackelmatte

Das Gleichgewicht halten auf unstabilen Unterlagen: Dieser Posten beansprucht insbesondere die Balancierfähigkeit der Kinder.



Zeichnung als Download (pdf)

4 Matten werden im Rechteck so aufgestellt, dass in der Mitte eine Lücke entsteht. Diese wird mit Medizinbällen gefüllt. Das Ganze wird mit einer 16er Matte zugedeckt. Nun können die SuS auf der Matte stehen und versuchen, das Gleichgewicht zu halten. Sitzend oder stehend. Es ist möglich, dass andere Kinder die Matte vom Rand her bewegen.

Material: 4 Matten, 1 × 16er Matte, Medizinbälle

Quelle: Miriam Rufer, Primarlehrerin Schule Unterleberberg, Hubersdorf

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO