

Minitrampolin: Eine Show vorbereiten

Im letzten Teil unserer Serie «Minitrampolin» schlagen wir Übungsabfolgen vor, die dazu dienen können, mit einer Schulklasse eine Darbietung vorzubereiten.

Das Minitrampolin ist ein sehr vielfältiges Gerät, das im Sportunterricht oft eingesetzt wird. Nach Sprüngen auf dem Minitramp können in der Luft Figuren durchgeführt werden, die zuvor am Boden geübt wurden, wie z.B. der Salto, Drehsprünge etc. Die Schülerinnen und Schüler können aber auch ihre Fantasie walten lassen und eigene Sprünge «erfinden».



Diese Lektion soll als Beispiel dienen, wie die erlernten Elemente zu einer «Flugshow» für die ganze Schulklasse zusammengefügt werden können. Benutzt werden mehrere Minitrampoline.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO