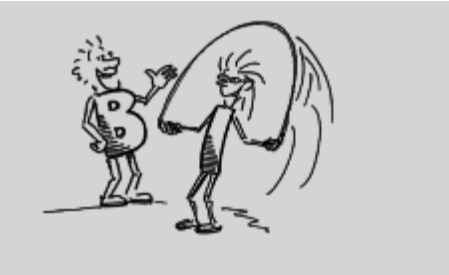
Raumwahrnehmung: Springen und sprechen

In dieser Übung sollen die Schülerinnen und Schüler Seilspringen und gleichzeitig miteinander plaudern.



In Zweiergruppen: Die erste Person sitzt und spricht ununterbrochen mit der zweiten Person. Diese springt ohne Fehler zu machen und nimmt aktiv an der Diskussion teil. Hier stört die Konversation die springende Person. Sie soll sich bewusst werden, dass der Grad der Konzentration Einfluss hat auf die räumliche Wahrnehmung.

Bemerkung: Die Variationsmöglichkeiten sind vielfältig. Man kann zum Beispiel jemanden auffordern, während des Schwingens an den Ringen Rechenaufgaben zu lösen.

Material: Springseile

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO