

Geräte – Matten: Sumpf überqueren

Bei diesem Gruppenwettkampf lernen die Schüler im Team eine effiziente Strategie zu entwickeln. Die Übung erfordert eine gute Aufgabenverteilung und kräftigt den ganzen Körper der Schüler.

Die Klasse wird in Dreier- oder Vierergruppen aufgeteilt. Jede Gruppe erhält zwei Matten. Die Schüler müssen – ohne die Matten zu verlassen – eine Strecke zurücklegen, in dem sie eine Matte vor die andere legen.

Wenn jemand mit einem Fuss den Boden berührt, muss die ganze Gruppe die Startlinie berühren, bevor sie weiter den Sumpf überqueren darf.



Quelle: mobilepraxis 17/2006, Claudia Harder, Mariella Markmann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO