

J+S-Kids – Schaukeln und Schwingen: Schaukel

Sichere Kinder geniessen das Gefühl beim Schaukeln und Schwingen und lernen in dieser Übung verschiedene Möglichkeiten dazu kennen.



Die Kinder schaukeln an verschiedenen Geräten und sammeln erste Bewegungserfahrungen.

Variationen

In den Ringen oder auf dem Trapez sitzen und sich von der Leiterperson oder anderen Kindern anstossen lassen.

schwieriger

- Wer kann alleine in Schwung kommen und bleiben? Sitzend oder stehend?
- Wer kann im Beugehang durch den Ring (Fenster) schauen?
- Die Kinder halten sich an beiden Ringen oder am Trapez, laufen an und schaukeln hin und her.

Sicherheitshinweise: Der Boden wird mit genügend Matten ausgelegt. Nichtbeteiligte Kinder lernen, wo die Gefahrenzone ist, die sie nicht betreten dürfen. Gute Organisationsformen sind zudem sehr wichtig.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO