

Minitrampolin: Mit neuen Bewegungen experimentieren

Mit dem Minitrampolin lassen sich attraktive Sportlektionen gestalten. Es ist eines der beliebtesten Geräte im Sportunterricht, deshalb sollte die Begeisterung der Schülerinnen und Schüler genutzt werden.



Das Minitrampolin vermittelt ein Gefühl der Leichtigkeit und das wiederum eröffnet fast unendliche Möglichkeiten, um sich in der Luft zu drehen, kleine und grosse Kunststücke auszuprobieren. Gelandet wird dabei immer sicher auf einer dicken Matte.

Die Vielfalt der möglichen motorischen Aufgaben kann dabei helfen, den Schülerinnen und Schülern ein Mass an Selbstverantwortung beizubringen.

Folgende drei Vorschläge erlauben es, sichere und begeisternde Sportlektionen vorzubereiten.

- Erste Flüge
- Salto vorwärts
- Flugshow



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO