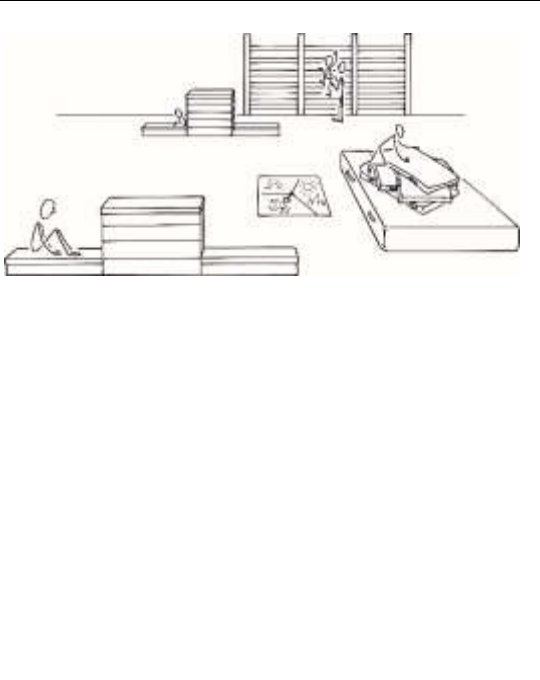
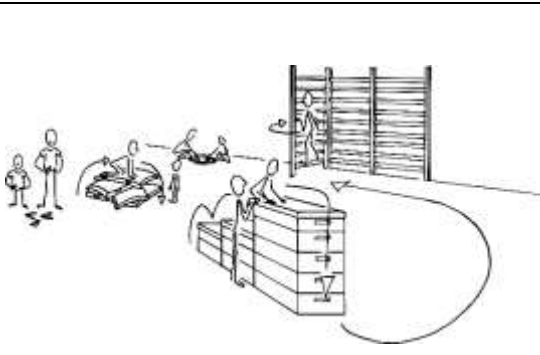
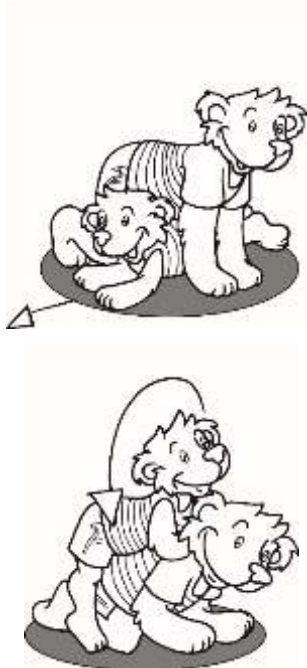



## Steigen–Klettern

Grundtätigkeiten	Spiel, Übung/Partnerübung, Gerätestation:	Material	Skizze:
Steigen-Klettern	<p><b>Spiel «Das Sonnenrennen»</b>            Die Leiterin steht in der Hallenmitte. Sie hält einen Pfeil, der auf einem Rahmen mit Bildern befestigt ist. Mehrere Geräte sind in der Turnhalle verteilt (ein grosser Sprungkasten (SK) mit einem SK-Deckel an jedem Ende (2x), ein Haufen mit dünnen Matten, der auf einer 40er-Matte liegt.            Die Leiterin dreht den Pfeil. Die Paare machen die Übung, auf die der Pfeil bei Stillstand zeigt.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sonnenaufgang: Die Paare stellen sich auf die kleinsten Geräte (entweder 40er-Matte, SK-Deckel oder die erste Sprosse der Sprossenwand).</li> <li>• Mittagssonne: Die Kinder klettern so hoch wie möglich (entweder auf den grossen SK, auf den Mattenhügel oder so hoch wie möglich an der Sprossenwand). Erw sichern.</li> <li>• Nacht / Sonnenuntergang: Die Paare verstecken sich hinter den Geräten (hinter den SK oder Matten).</li> </ul>	<p>Ein Pfeil, der auf einem Rahmen mit Bildern befestigt ist,            2 SK            2 SK-Deckel            dünne Matten            40er Matte</p>	
Steigen-Klettern	<p><b>Gerätestation «Die Sonne»:</b>            Parcours: ein Mattenhaufen, eine Reihe von immer höher werdenden Sprungkästen und eine ausgeklappte Sprossenwand            Paare nehmen pro Person eine gelbe Wäscheklammer und befestigen diese am T-Shirt. Das Paar folgt dem Parcours:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Paar steigt auf den Mattenhaufen, überquert diesen und steigt auf der anderen Seite wieder runter.</li> </ul>	<p>Gelbe Wäscheklammern            1 gelber Reifen            dünne Matten            3 SK</p>	

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ki steigt auf die Sprungkästen, die wie eine Treppe immer höher werden und kommt über die Stirnseite des höchsten Kastens (Stufen) wieder runter. Erw sichert.</li><li>• Paar steigt auf eine der ersten Sprossen der Sprossenwand und bewegt sich auf die andere Seite der Sprossenwand (auf gleicher Höhe bleiben).</li></ul> <p>Danach nimmt das Paar die Wäscheklammern und befestigt diese an einem gelben Reifen. Am Schluss entsteht eine grosse Sonne.</p>		
Klettern	<p><b>Partnerübung</b></p> <p>Erw geht in den Vierfüsslerstand. Ki schlüpft unter dem Erw durch und steigt über den Erw drüber, um an seinen Platz zurückzugelangen.</p>		

Klettern	<p><b>Partnerübung</b>          Ki steigt über die Matte auf den Sprungkasten und hält sich danach am Erw fest. Erw geht um die Matte und bringt das Kind zurück nach unten. Dabei versucht der Erw, das Ki so wenig wie möglich festzuhalten.</p>	40er Matte SK (2 Elemente)	
Steigen-Klettern	<p><b>Übung</b>          Ki steigt mit einem Bein auf jeder Bank hoch. Danach klettert es die Sprossenwand runter. Erw sichert.</p>	2 Langbänke Sprossenwand	