

2.6 Im Kletter-Gerätegarten

Die Kinder lernen ihre Grenzen kennen und ihre Ängste abbauen. Dadurch werden sie in ihrem Selbstvertrauen gestärkt. Um dies zu erreichen, ist es wichtig, dass die Übungen zwar einfach und risikolos, aber trotzdem spannend gestaltet werden.

Gewinne Sicherheit und Vertrauen beim Klettern!

Freies Klettern: Die Kinder klettern frei von Gerät zu Gerät, ohne dabei den Boden zu berühren. Nach einer ersten Phase des Erkundens, bei der sie jedes Gerät mindestens einmal bestiegen haben müssen, versuchen sie, verschiedene Bewegungsaufgaben zu lösen. Sie probieren auf die folgenden Arten zu klettern:

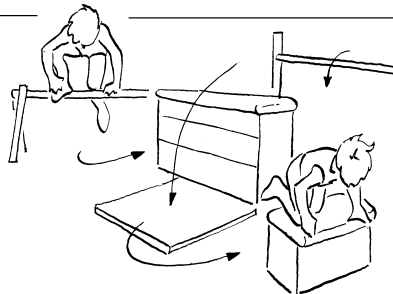
- Auf den Knien, auf dem Gesäss, auf dem Bauch liegend (wie Schlangen).
- Zuerst im Zeitlupentempo, möglichst schnell und doch noch kontrolliert.
- Aufrecht auf den Geräten, dabei nur noch eine oder gar keine Hand mehr zum Sichern benützen (stolze Haltung).
- Mit einem Gegenstand (Ball, Keule...) in der Hand oder unter dem Arm.



➔ Für alle Übungen möglichst viele Geräte aufstellen. Offene Bewegungsaufgaben in Kleingruppen lösen lassen. Den Klettergarten wenn möglich auch anderen Klassen zur Verfügung stellen.

Eine Route wählen: A sucht sich einen möglichst schwierigen Weg, der im Zickzack durch den Kletter-Gerätegarten führt. B folgt ihm.

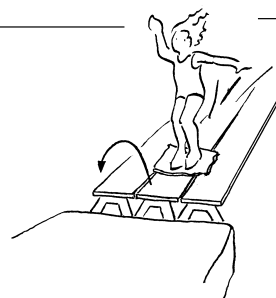
- B klettert die Route, die A erklärt. Beispiel: über die Langbank, auf den Schwedenkasten, über den oberen Holm des Stufenbarrens zum Barren, unter dem Barren durch zur Sprossenwand und hierher.
- Erschwerungen herausfinden, z.B. nur eine Hand zum Klettern gebrauchen.
- Gelingt es, an Geräten rundum zu klettern?



⚠️ Rücksicht auf die anderen nehmen und den Wechsel absprechen.

Berg und Tal: Auf der Route Pausen einlegen, zuoberst anhalten, um die Aussicht zu genießen, ein Schneefeld (Langbank-Rampe) hinunterrutschen, in den Tiefschnee (Schaumstoffmatte) springen etc.

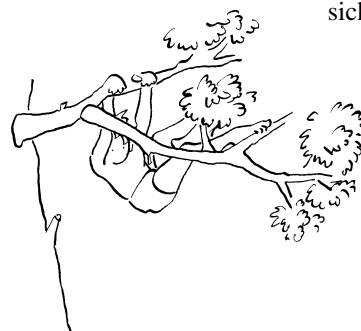
- Kann sich die ganze Klasse (inkl. Lehrperson) auf einem bestimmten Gipfel treffen? (Fantasie-)Geschichte erzählen, z.B. von dem, was wir sehen, wenn wir hinunterschauen: Tiere, Felder, Strassen, Städte, Flüsse...



🏠 Heimatkunde: Was beachten wir, wenn wir auf eine Wanderung oder in die Berge gehen? Eine Wanderung planen: Sonnentag auf der Alp (evtl. Eltern einbeziehen).

Wie auf Bäumen: Mehrere Barren bzw. Stufenbarren nebeneinander, evtl. mit Reckanlage und anderen Geräten kombinieren. Sich wie Eichhörnchen/Affen im «Geäst» bewegen: unten/oben durch usw.

- Die Lehrperson schildert Verhaltensweisen von Tieren; die Kinder bewegen sich entsprechend: Die Eichhörnchen kommen neugierig näher...
- In kleinen Gruppen eine Tiergeschichte spielen, welche sich v.a. auf den Bäumen abspielt.
- Wintervorräte sammeln: Auf dem Boden liegen Tennisbälle, Turnbänder... Diese einsammeln, ohne den Baum zu verlassen, und sie auf dem Baum als «Wintervorrat» deponieren (Sack o.Ä. aufhängen).



🐾 Tiere: Welche Tiere leben auf den Bäumen? Wie verhalten sie sich?

🎯 Genügend Matten legen; Risiken einschätzen lernen.