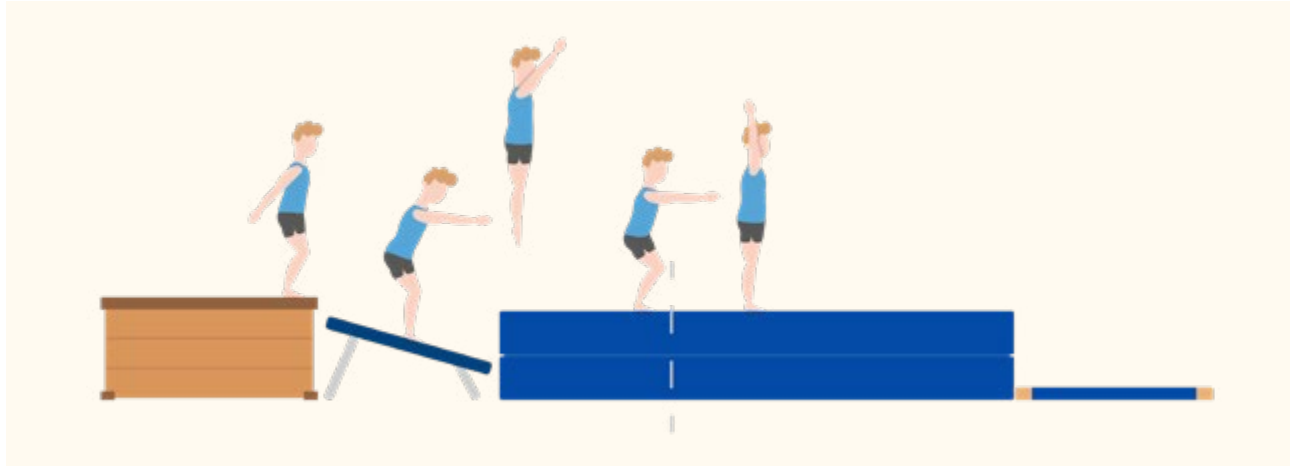


ÜBUNG 1 | REIN-RAUS

Hängen/Stützen/Springen: für Kinder der Klassenstufen 1 und 2



Anweisung für die Kinder:

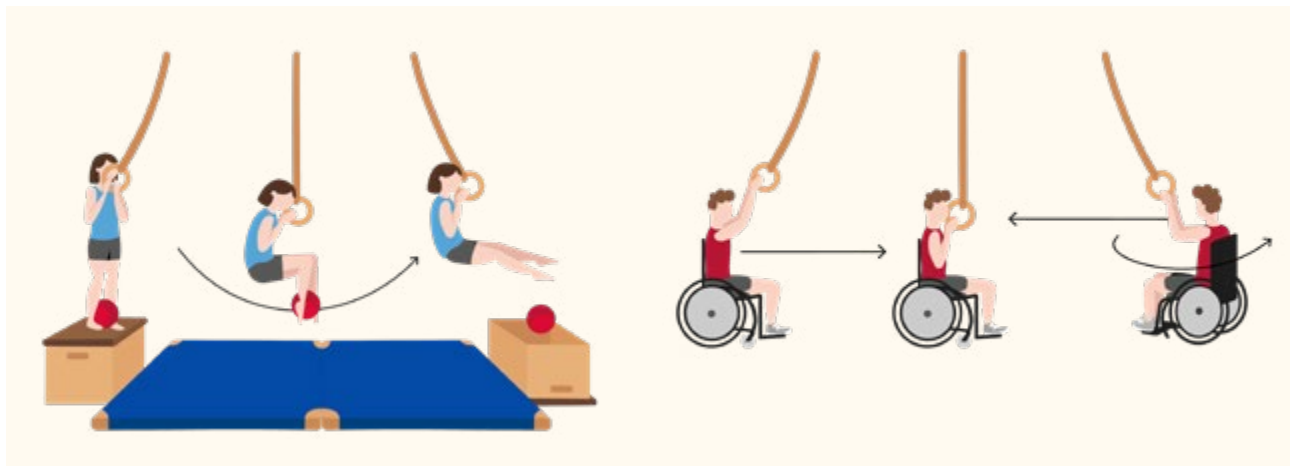
Springe aus dem Angehen vom Kasten in das Mini-trampolin und mache einen Strecksprung. Achte nach dem Strecksprung auf die aktive Landung.

Hinweise zur Durchführung:

Kinder mit einer Einschränkung können von Übungsleiter*innen geführt werden und steigen ins Trampolin, springen ein paar Mal auf dem Trampolin und springen dann auf die Matte.

ÜBUNG 2 | KRANFAHREN

Hängen/Stützen/Springen: für Kinder der Klassenstufen 1 und 2



Anweisung für die Kinder:

Schwinge mit dem Ball auf die andere Seite.

Hinweise zur Durchführung:

Rollstuhlfahrer*innen ziehen sich mit einem Ball oder Sandsäckchen auf dem Schoß an den Schaukelringen vorwärts. Am Ende machen sie eine halbe Drehung und rollen vorwärts wieder zurück. Kinder mit einer Einschränkung der Sehfähigkeit werfen auf ein Signal den Ball einer Übungsleiter*in zu, die sich durch Rufen kenntlich macht.