



# Der Wilde Westen

## ***Pfeil und Bogen***

Ziel:

Förderung koordinativer Fähigkeiten: Zielgenauigkeit, Differenzierung, Steuerung, Geschicklichkeit

Tipp:

Entfernung so wählen, dass alle eine Chance haben, das Ziel zu treffen.

## ***Mutprobe***

Ziel:

Förderung koordinativer Fähigkeiten: Differenzierung, Steuerung, Geschicklichkeit, Orientierung; Förderung der Kraft

Tipp:

Die Entfernung der Matte vom Kasten an Alter und Leistungsfähigkeit der Kinder anpassen. Den Kasten anfangs nicht zu hoch wählen, damit sich auch ängstliche Kinder an die Aufgabe trauen.

## ***Reißender Fluss***

Ziel:

Förderung der koordinativen Fähigkeiten: Balancierfähigkeit, Gleichgewicht, Anpassung. Vertrauen in den Partner, sowohl der Übende als auch der Helfende tragen Verantwortung für das Gelingen.

Tipp:

Mit Hilfe des Partners üben, um das soziale Miteinander, Verantwortung und Vertrauen zu fördern.

## ***Über Stock und Stein***

Ziel:

Förderung der koordinativen Fähigkeiten: Geschicklichkeit, Gleichgewicht, Gewandtheit, Anpassung, Steuerung, Differenzierung

Tipp:

Höhe der Geräte und Abstand altersabhängig wählen und an die Leistungsfähigkeit der Kinder anpassen. Höhe und Abstand können nach mehrmaligem Durchführen verändert werden. Prinzip: vom Einfachen zum Schweren.

## ***Im Kanu***

Ziel:

Förderung der koordinativen Fähigkeiten: Anpassung an den Partner; Konzentration; Leise sein!

Tipp:

2 Kanus fahren hintereinander. Sie werden durch ein Seil, das die Kinder halten miteinander verbunden. Jetzt müssen die Kinder Absprachen treffen um vorwärts zu kommen.

## ***Anschleichen***

Ziel:

Förderung der koordinativen Fähigkeiten: Gewandtheit; Kraft

# Kanu fahren



## Ihr braucht die Geräte:

Rollbretter; Kastenoberteile; Gymnastikstäbe

## Eure Aufgabe:

- Setzt euch zu zweit in das umgedrehte Kastenoberteil.
- Eure Paddel sind die Gymnastikstäbe.
- Versucht leide und unauffällig vorwärts zu kommen.

# Reißender Fluss



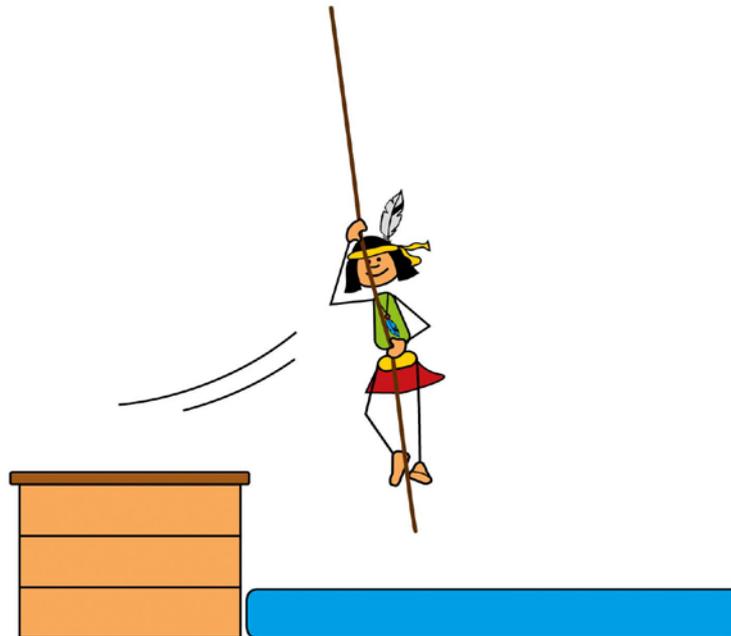
## Ihr braucht die Geräte:

2 kleine Kästen; 1 Reckstange, 3 Matten;  
2 Seilchen

## Eure Aufgabe:

- Du musst über einen Baumstamm den Fluss überwinden.
- Falle nicht ins Wasser!
- Dein Partner kann dich mit dem Seil sichern.

# Mutprobe



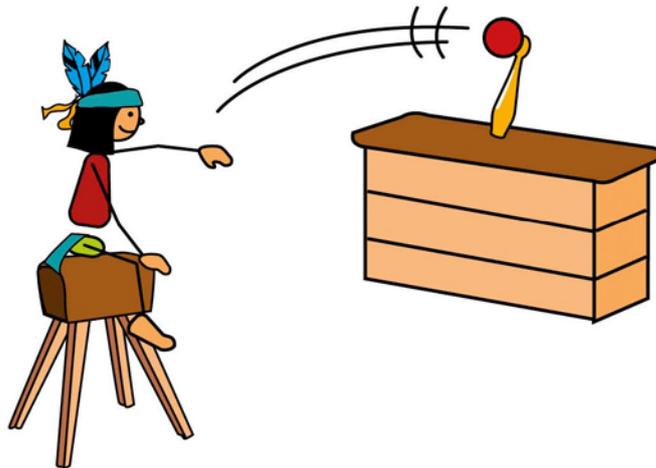
## Ihr braucht die Geräte:

1 hoher Kasten; Taue; Niedersprungmatte

## Eure Aufgabe:

- Indianerkinder müssen mutig sein.
- Klettere auf den Baum (Großer Kasten)
- Greife an die Taue, schwinde und springe ins tiefe Wasser (Matte).
- Wenn du besonders mutig sein willst, schließe die Augen.

# Pfeil und Bogen



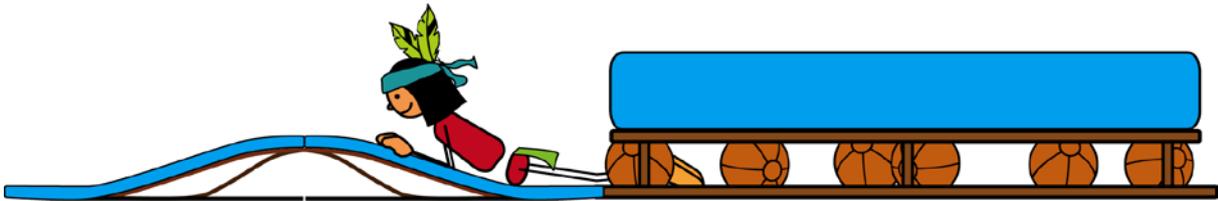
## Ihr braucht die Geräte:

Großer Kasten oder Bock; Bälle; Pylone oder Kegel

## Eure Aufgabe:

- Indianer müssen gut mit Pfeil und Bogen umgehen können.
- Setzt euch auf den Bock oder Kasten.
- Versucht im Reiten das Ziel (Kegel / Pylone) zu treffen.

# Anschleichen



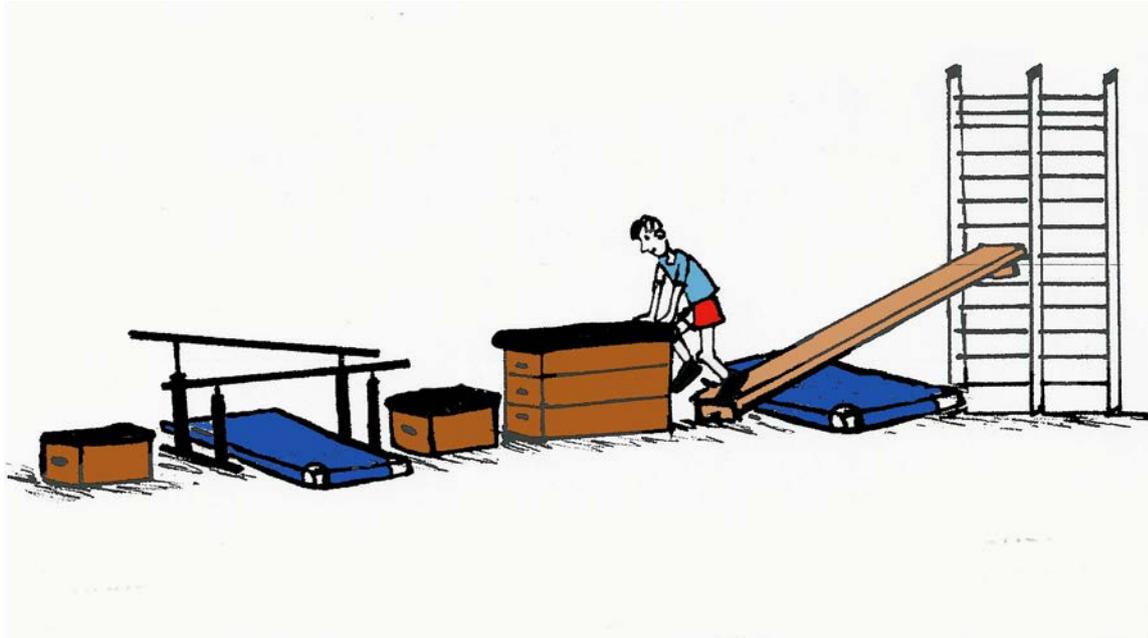
## Ihr braucht die Geräte:

2 Langbänke; 6-8 Medizinbälle; Niedersprungmatte; 2 Sprungbrett; 2 Turnmatten

## Eure Aufgabe:

- Als Indianer muss du kriechen und schleichen können.
- Stütze dich auf den Ellbogen auf und schiebe dich mit den Füßen vorwärts.
- Krieche so durch das Dickicht und schleiche dich zurück.

# Über Stock und Stein



## Ihr braucht die Geräte:

Kletterwand; eingehängte Langbank; großen Kasten; Stufenbarren; Matten zum Sichern; 2 kleine Kästen

## Eure Aufgabe:

- Indianer müssen gut klettern können.
- Versuche, die Geräte zu überwinden ohne den Boden zu berühren.