



Anleitung – Wie gebrauche ich die GECKO TROPHY Materialien?

Der Grobplan einer Etappe gibt den Rahmen und die groben Themen, Inhalte, sowie Ziele der Lektionen vor, überlässt die Detailplanung mit den verschiedenen Übungen jedoch der Lehrperson. Eine Lektion kann dementsprechend auf dem Gerüst des jeweiligen Grobplans nach dem eigenen Gusto geplant und durchgeführt werden.

In den Lektionsbeschreibungen auf den Grobplänen werden der **Bereich** und das **Thema** einer Lektion vorgegeben. Mit diesen Angaben können in der Übungssammlung diverse Übungen gefunden und ausgewählt werden. Die Kopfzeile des jeweiligen Grobplans gibt hierzu das **Niveaus** einer Übung vor. Auf diese Weise kann für jede Lektion eine geeignete **Übungsauswahl** getroffen werden.

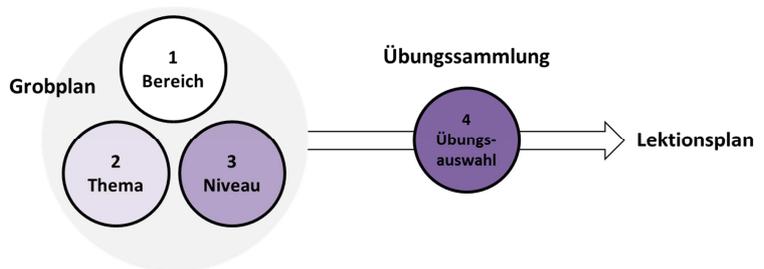


Abbildung 1: Grober, schematischer Ablauf der Lektionsplanung

Obenstehende Abbildung verdeutlicht das grobe (Abbildung 1) und untenstehende das detaillierte (Abbildung 2) Vorgehen bei der Lektionsplanung.

GROBPLAN

	ROOKIE Gecko	Geräte/Boulderwand	TECHNIK / PERSÖNLICHKEIT erwerben
DL	Bereich - WAS	Grobziel - WARUM	Thema - WAS GENAU
2	Allgemein Klettern Technik	FOKUS Stehen/ Treten 1 (erwe	
	Persönlichkeit	ZIEL: Erfolgserlebnisse schaffen, Selbstvertrauen aufbauen, Kreativität	

1 Der Grobplan gibt den **Bereich** in der Übungssammlung vor

2 Der Grobplan gibt das **Thema** in der Übungssammlung vor

3 Der Grobplan gibt das **Niveau** der Übung in der Sammlung vor

ÜBUNGSSAMMLUNG

Technik	Thema	Niveau	Übung
Stehen/ Treten	Stehen/ Treten	EA	Fusspositionen
		EA	Drück die Wand
		EA	Drück die Wand
		EA	Sprossenwand, Boulder-/ Kletterwand

4 Aus der Übungssammlung werden passende **Übungen** und **Variationsmöglichkeiten** gewählt

Übung	Aufgabe / Beschreibung	Variation	Ziel
Fusspositionen	Aussen-/Innennist, frontal, hooken	<ul style="list-style-type: none"> • Stets gleiche / andere Fussposition • Tritte gleich, Fussposition anders • Fussposition auf Ansaue 	Fusstechnik

Abbildung 2: Detaillierte Anleitung zum Gebrauch von Grobplan und Übungssammlung in der Lektionsplanung