

# Download

M. Niermeyer / D. Totaro

## Ringen und Kämpfen

VORSCHAU

Downloadauszug  
aus dem Originaltitel:



zur Vollversion

# Ringen und Kämpfen

VORSCHAU

Dieser Download ist ein Auszug aus dem Originaltitel

**Sport an Stationen**

Handlungsorientierte Materialien zu den Kernthemen der Klassen 3 und 4

Über diesen Link gelangen Sie zur entsprechenden Produktseite im Web.

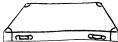
<http://www.auer-verlag.de/go/dl6505>

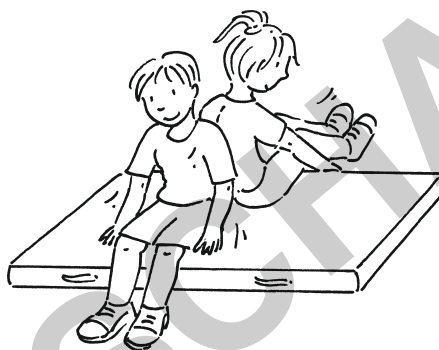
## Station 1

## Schildkrötenpanzer-Kampf



## Du brauchst:

- 1 Turnmatte 
- 1 Partner



Setzt euch Rücken an Rücken auf die Matte. Schaffst du es, deinen Partner von der Matte zu drücken?

einfacher ☆

schwieriger ☆ ☆ ☆

Suche dir einen leichteren Partner.

Suche dir einen stärkeren Partner.

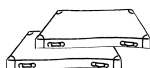
Station 2

Western-Rodeo



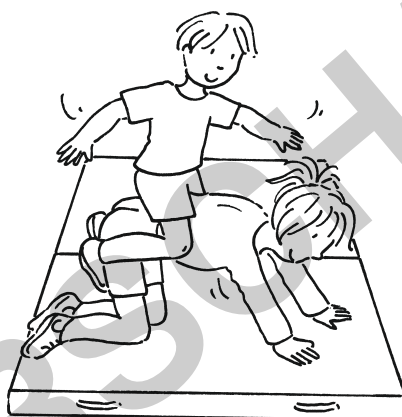
Du brauchst:

- 2 Turnmatten



- 1 Partner

- 1 Seil



**Du sitzt auf dem Rücken  
deines Partners und  
verschränkst deine Füße  
hinter seinen Oberschenkeln.  
Dein Partner versucht, dich  
abzuwerfen. Du sollst dich  
nicht festhalten.  
Wechselt die Rollen.**

einfacher ☆

schwieriger ☆☆☆

Du darfst durch „Hü“ und „Stopp“ deinem Partner Kommandos geben.

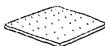

Du hältst deine Arme hoch und schwingst ein Lasso.

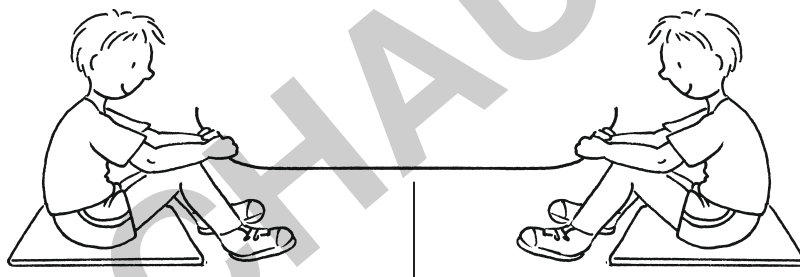
## Station 3

## Schwertransporter-Wettkampf



## Du brauchst:

- 1 Teppichfliese je Kind 
- 1 Seil für 2 Kinder 
- 1 Partner



**Setzt euch auf eine Teppichfliese.  
Jeder nimmt ein Ende des Seils.  
Auf ein Startsignal beginnt das Tauziehen.  
Wer zuerst über die Linie rutscht, hat verloren.**

einfacher ☆

schwieriger ☆☆☆

Nehmt ein kürzeres Seil.


Nehmt ein längeres Seil.

Station 4

Fechtkampf



Du brauchst:

- 1 Zeitung je Kind 

- Klebeband 

- 1 Partner

- 1 Reifen 



**Jeder nimmt ein „Schwert“.  
Versucht, den anderen mit  
eurem Schwert am Körper  
zu treffen. Der Kopf ist tabu.**

einfacher ☆

schwieriger ☆☆☆

Dein Partner darf sich nur in einem Reifen bewegen.

Stellt euch auf eine Hallenlinie.


Ihr dürft beim Kampf die Hallenlinie nicht verlassen.

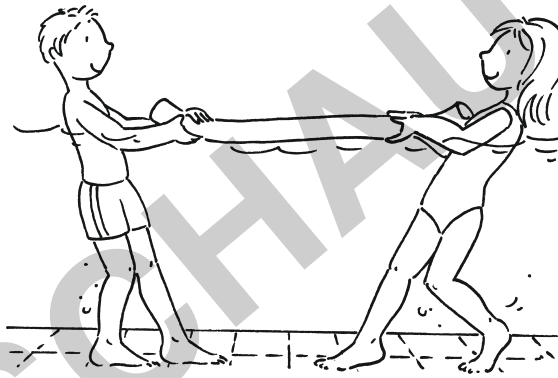
## Station 5

## Poolnudel-Tauziehen



## Du brauchst:

- Stehtiefes Wasser
- 1 Poolnudel für 2 Kinder 
- 1 Partner
- 1 Partner zusätzlich



**Jeder umfasst mit beiden Händen ein Ende der Poolnudel. Auf ein Startsignal zieht ihr gleichzeitig an der Poolnudel.**

einfacher ☆

schwieriger ☆ ☆ ☆

Frage ein Kind, ob es dir beim Ziehen hilft.

Zwei Kinder ziehen gegen dich.

Station 6

Piraten-Duell



Du brauchst:

- Stehtiefes Wasser
- 2 Poolnudeln für 2 Kinder
- 1 Partner



Setzt euch zu zweit auf beide Poolnudeln.  
Fasst euch an den Händen.  
Schaffst du es, dass dein Partner von  
den Poolnudeln rutscht?

einfacher ☆

schwieriger ☆☆☆

Jeder sitzt auf seiner eigenen Poolnudel.



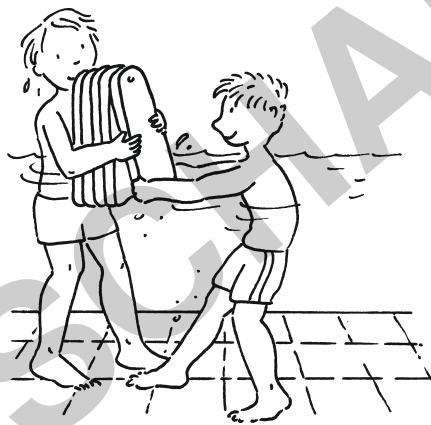
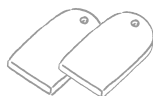
## Station 7

## Die geheimnisvolle Schatzkarte



## Du brauchst:

- Stehtiefes Wasser
- 5 Schwimmbretter
- 1 Partner
- 2 Schwimmbretter zusätzlich



**Dein Partner hält 5 Schwimmbretter fest. Du versuchst, ein Schwimmbrett davon herauszuziehen. Wechselt die Rollen.**

einfacher ☆

schwieriger ☆ ☆ ☆

Dein Partner hält 7 Schwimmbretter fest.

Dein Partner hält nur 3 Schwimmbretter fest.

Station 8

Karate-Kid



Du brauchst:

- 1 Schwimmbrett



Lege das Schwimmbrett vor dich auf das Wasser.  
Schlage mit der Handkante kräftig auf das Schwimmbrett.

einfacher ☆

schwieriger ☆☆☆

Schlage gleichzeitig mit beiden Handkanten auf das Schwimmbrett.

Schlage so fest, dass das Schwimmbrett für einen Moment untergeht. Schaffst du das auch mit deiner schwächeren Hand?