



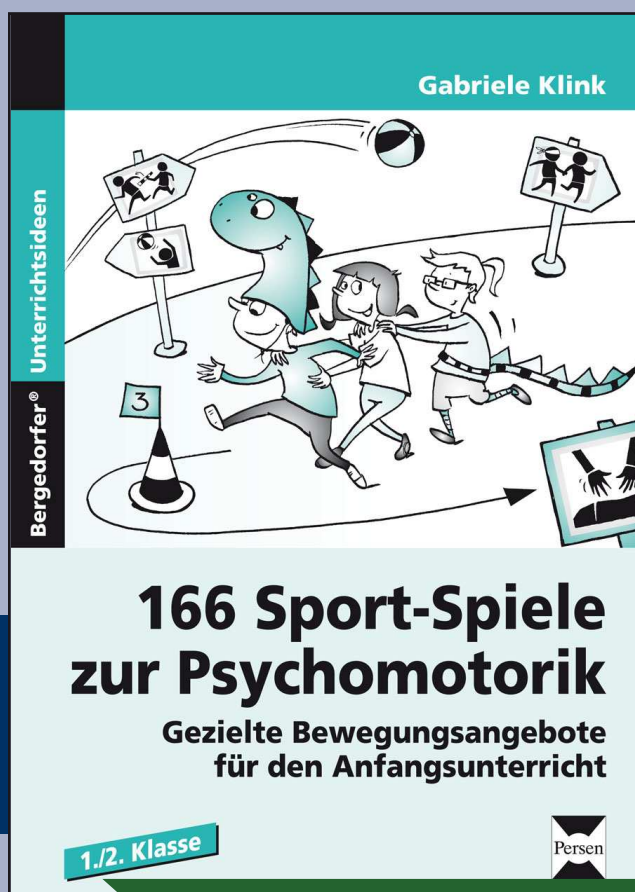
DOWNLOAD

Gabriele Klink

Kleine Sport-Spiele zur Psychomotorik 7

Zweikampf-Spiele

Downloadauszug
aus dem Originaltitel:





7 Zweikampf-Spiele

Das partnerschaftliche Kräfteressen gehört zum Wesen der Menschen. Kinder benötigen Gelegenheiten, um zu trainieren, Konflikte untereinander zuzulassen und im direkten Wettstreit ihre Kräfte zu messen – und so die Konflikte zu bewältigen. Dies stärkt ihr Selbstvertrauen und ihr Selbstwertgefühl und sie lernen, besser mit Misserfolgen fertig zu werden. Sie erfahren, wie man Lösungsstrategien entwickelt, bei denen es nicht nötig ist, Gewalt durch Worte oder Taten anzuwenden. Klare Spielregeln sind eine unabdingbare Voraussetzung, um fair miteinander zu kämpfen.



Ritter-Fechtrunde

Trainingsziele: Geschicklichkeit, Spielregeln einhalten

Material: Schaumstoffröhren (vom Schwimmkurs) oder Papprollen vom Küchenpapier

Vorbereitung: keine

Spielverlauf:

Immer zwei „Fechter“ stehen sich gegenüber. Sie müssen eine Hand auf den Rücken legen, in der anderen Hand halten sie ihren „Degen“.

Auf ein Zeichen hin beginnen sie miteinander zu fechten.

Wenn ein Degen zu Boden fällt, ist die Fechtrunde beendet.



7 Zweikampf-Spiele

Fingerhakeln

Trainingsziele: Fingerkraft, Ausdauer

Material: Tisch und 2 Stühle oder Markierungen am Boden

Vorbereitung: keine

Spielverlauf:

Zwei Spieler sitzen einander am Tisch gegenüber und haken ihre Zeigefinger in der Tischmitte ineinander.

Auf ein Zeichen hin versuchen beide, den Gegner mit der Kraft ihrer Finger über den Tisch zu ziehen.

Variation: Armdrücken: Die Spieler versuchen, den Unterarm des Gegners auf die Tischplatte zu drücken.



Ringen

Trainingsziele: Absprachen treffen, Kraft, Geschicklichkeit, Fairness

Material: Rote Karte, Pfeife, Kurzzeitwecker

Vorbereitung: Die Spielregeln gemeinsam erarbeiten.

Spielverlauf:

Immer zwei Kinder kämpfen gegeneinander. Sie melden sich freiwillig dazu und sollten etwa gleich groß und gleich stark sein.

Ein „Ringrichter“ passt genau auf, dass die Regeln eingehalten werden, und achtet auf Fairness.

Er kann mit der Pfeife ein Spiel abpfeifen oder einem Spieler die Rote Karte zeigen.

Nach der vorher vereinbarten Zeit läutet der Wecker und der Kampf ist zu Ende.

Tipps: Gibt es in der Klasse Kinder, die öfter Schwächere schlagen, werden diese aufgefordert, gegen einen stärkeren Gegner zu kämpfen. So erfahren sie am eigenen Leib, dass ein Ringkampf unter ungleichen Gegnern unangenehm sein kann und Fairness unverzichtbar ist. Sie lernen so, Niederlagen einzustecken. / Gibt es einmal kein Kind in der Klasse, das dem betreffenden Kind überlegen ist, können auch zwei Kinder gleichzeitig gegen es antreten.



7 Zweikampf-Spiele

Rücken-Drücken

Trainingsziel: Gleichgewicht

Material: keins

Vorbereitung: keine

Spielverlauf:

Immer zwei Kinder setzen sich Rücken an Rücken auf den Boden.
Auf ein Zeichen hin versuchen sie, den anderen wegzudrücken.

Variation: Die Kinder setzen sich Rücken an Rücken auf den Boden und haken sich mit den Armen ein. Statt sich wegzudrücken, drücken sie gleichmäßig gegeneinander und versuchen – ohne die Hände zu benutzen – aufzustehen.

Jockey abwerfen

Trainingsziele: Gleichgewicht, Geschicklichkeit

Material: keins

Vorbereitung: keine

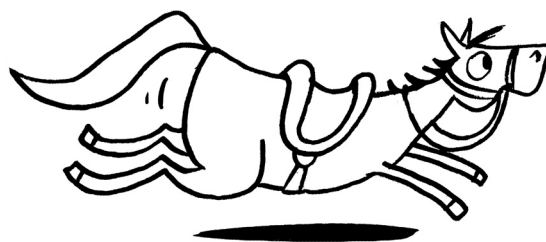
Spielverlauf:

Immer zwei Kinder bilden zusammen „Pferd“ und „Jockey“.

Der Jockey sitzt huckepack auf dem Rücken seines Partners, die Beine unter dessen Achseln geklemmt.

Es kämpfen jeweils zwei Reiter gegeneinander.

Auf ein Zeichen hin versuchen die beiden Paare, den gegnerischen Jockey vom Pferd zu schubsen.
Im Anschluss können Pferd und Jockey die Rollen tauschen.





7 Zweikampf-Spiele

Flaschen-Ringkampf

Trainingsziele: Konzentration, Geschicklichkeit

Material: leere Flaschen

Vorbereitung: keine

Spielverlauf:

Immer zwei Kinder stehen sich gegenüber – mit den Händen auf den Schultern des Gegners.

Zwischen den beiden steht eine leere Flasche.

Auf ein Zeichen hin versucht jeder, den Gegner so zu schieben und wegzudrücken, dass schließlich die Flasche umfällt.



Kriegsbemalung

Trainingsziele: Geschicklichkeit, Ausweichmanöver

Material: Teller mit angerührter Wasserfarbe, Wassereimer und Papiertücher zum Reinigen

Vorbereitung: keine

Spielverlauf:

Immer zwei Kinder treten als „Indianerhäuptlinge“ gegeneinander an. Sie stehen einander gegenüber. Beide tauchen ihren Zeigefinger in die Farbe.

Mit der anderen Hand halten sie sich gegenseitig am Handgelenk fest.

Nun versuchen sie, dem Gegner auf der Stirn oder den Wangen eine Kriegsbemalung anzubringen.

Auf ein Zeichen der Spieler kann das Spiel unterbrochen werden, um neue Farbe zu tanken.



Tipps: Ein Schiedsrichtergremium sucht zum Schluss unter allen Teilnehmern den Indianer mit der buntesten Kriegsbemalung aus. / Die Kinder können vorher Stirnbänder aus Papier herstellen und mit Federn verzieren. / Sie können gemeinsam einen wilden Indianertanz aufführen.



7 Zweikampf-Spiele

Die Moorhexe

Trainingsziele: Gleichgewicht, Ausdauer

Material: Reifen

Vorbereitung: keine

Spielverlauf:

Immer zwei Spieler stehen neben einem Reifen. Sie fassen sich überkreuzt an.

Auf ein Zeichen hin versucht jeder, den anderen in den „Sumpf der Moorhexe“ (Reifen) zu ziehen.

Wer zuerst einen Fuß in den Reifen setzt, hat verloren.



Stierkampf

Trainingsziele: Geschicklichkeit, Kraft

Material: Zauberschnur oder Seil

Vorbereitung: Mit dem Material eine Linie markieren.

Spielverlauf:

Immer zwei Kinder stellen sich zu beiden Seiten der Linie auf.

Sie stehen einander als „Stiere“ gegenüber und halten sich an den Oberarmen fest.

Die Stiere versuchen, sich gegenseitig über die Linie zu drängen.





Bergedorfer[®] Unterrichtshilfen

... und das Lehrerleben wird leichter!

Weitere Downloads, E-Books und Print-Titel des umfangreichen Persen-Verlagsprogramms finden Sie unter www.persen.de

Hat Ihnen dieser Download gefallen? Dann geben Sie jetzt auf www.persen.de direkt bei dem Produkt Ihre Bewertung ab und teilen Sie anderen Kunden Ihre Erfahrungen mit.



© 2012 Persen Verlag, Buxtehude
AAP Lehrerfachverlage GmbH
Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der Erwerber des Werkes ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im Unterricht zu nutzen. Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen weiteren kommerziellen Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte oder für die Veröffentlichung im Internet oder in Intranets. Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages.

Die AAP Lehrerfachverlage GmbH kann für die Inhalte externer Sites, die Sie mittels eines Links oder sonstiger Hinweise erreichen, keine Verantwortung übernehmen. Ferner haftet die AAP Lehrerfachverlage GmbH nicht für direkte oder indirekte Schäden (inkl. entgangener Gewinne), die auf Informationen zurückgeführt werden können, die auf diesen externen Websites stehen.

Illustrationen: Julia Flasche
Satz: DTP-Studio Koch, Oberweißbach

Bestellnr.: 3066DA7