



# J+S-Kids: Einführung Rugby - Lektion 6

## Die Freude am Kämpfen

### Autor

Philippe Lüthi, Fachleiter J+S Rugby

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input checked="" type="checkbox"/> einfach <input type="checkbox"/> mittel <input type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	8-10 Jahre
Gruppengrösse	10-24
Kursumgebung	Rasenplatz (Fussballfeld)
Sicherheitsaspekte	Gebrauchte Sportkleider tragen

### Zielsetzungen/Lernziele

Die Rechte des Spielers im Kampf kennenlernen

### Hinweise

**Tor:** Um ein Tor zu erzielen muss der Spieler den Ball hinter oder auf der gegnerischen Linie, mit den Händen, den Armen oder der oberen Hälfte des Körpers (ausgenommen ist der Kopf) ablegen. Ein gleichzeitiger Kontakt von Spieler, Ball und Boden muss gewährleistet sein, damit der Punkt zählt.

### Rechte des Spielers:

- Der Spieler darf sich mit dem Ball in den Händen ohne jegliche Einschränkungen vorwärts bewegen (kein dribbeln notwendig, keine Begrenzung in der Vorwärtsbewegung)
- Es ist erlaubt, seinen Gegner zu blocken und den Körperkontakt, innerhalb der definierten Regeln zu suchen (keine Faustschläge, kein Verdrehen der Arme, etc.)
- Es ist erlaubt, den Ballträger mit Körpereinsatz (Taillengriff, umklammern), innerhalb der Regeln, zu stoppen (keine absichtliche Gefährdung des Gegners wie z.B. durch Beinstellen, Schläge, etc.)

**Festhalten:** Sobald der Ballträger am Boden festgehalten wird, muss er den Ball entweder loslassen oder einem Mitspieler abgeben, um die Spielmöglichkeit des Balls anderen zu überlassen. Wenn der Ballträger während drei Sekunden vom Gegner geblockt wird, wird dies ebenfalls als Foul gehandhabt. Diese Regel unterstützt den Spielfluss und gewährleistet „das Überleben des Balls“.

### Inhalte

#### EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	<b>Die Ameisen:</b> Die Spieler bewegen sich in einem vorgegebenen Feld und spielen sich Bälle hin und her. Auf das Signal stoppen die Spieler, welche einen Ball besitzen und verteidigen diesen. Die anderen Spieler versuchen, die Bälle zu erkämpfen und schnellstmöglich ein Tor zu erzielen.	Wenn ein Spieler den Ball verliert ist er ausgeschieden und muss am Rand des Spielfeldes auf ein neues Spiel warten.  Es können mehrere Spieler um den selben Ball kämpfen.	1 Ball pro 2 Kinder
15'	<b>Kampf auf Knien:</b> Zwei Spieler sitzen Rücken an Rücken am Boden. Auf das Signal hin drehen sie sich um und versuchen, sich gegenseitig umzustossen, um schliesslich die Schultern des Gegners auf den Boden zu bringen. Die Griffe dürfen nur unterhalb der Schultern gefasst werden, um einen fairen Kampf zu gewährleisten.	<b>Turnier:</b> Die Kampfpaare sind in einem Kreis aufgestellt. Nach jeweils zwei Kämpfen wechselt Kind A die Matte und so weiter, bis eine komplette Runde gemacht wurde.	



#### HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
15'	<b>Ball hinter die Linie:</b> 2 Gruppen auf einem Spielfeld, welches zweimal so lang wie breit ist. Die angreifende Mannschaft versucht, den Ball, unter Einhalten der Regeln des Tore Erzielens und der Rechte des Spielers, hinter die gegnerische Torlinie zu bringen. Jeder gelungene Versuch zählt 5 Punkte.	Referenzwert für die Länge des Spielfeldes = 50 cm pro Spieler.  Die Leiterperson gibt den Ball jeweils der Siegermannschaft.	Bändel 1 Ball
15'	<b>Gruppduelle:</b> Gruppen à 3-4 Kindern, welche gruppenweise nummeriert werden. Die aufgerufenen Teams kämpfen um den Ball und versuchen, diesen ins gegnerische Tor zu befördern, um zu punkten. Die Pässe dürfen nur nach hinten abgespielt werden (Abseitsregelung). Die anderen, in den vorhergegangenen Lektionen besprochenen Regeln, bestimmen das Spiel.	Schmale Spielfelder von 5x10m begrenzen  <b>Bemerkungen:</b> Der Ball wird von der Leiterperson ins Spiel gebracht, welche, abhängig vom Niveau der Spieler, die eine oder andere Mannschaft bevorzugen kann. Es können mehrere Gruppen gleichzeitig aufgerufen werden oder auch eine nach der anderen.	Bändel 4-6 Bälle

#### AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Zu zweit, A liegt auf dem Bauch und B massiert sanft dessen Rücken und Beine. Wechsel nach 2-3 Minuten.		