Spielen – Fangspiele: Virus

Fangspiele eignen sich hervorragend, um das Herz-Kreislaufsystem anzuregen. Beim nachfolgenden Spiel steht hauptsächlich die Kooperation im Vordergrund.

1-2 Fänger haben eine «ansteckende Krankheit». Sobald sie jemanden berühren, wird der Virus übertragen. Das angesteckte Kind legt sich auf den Rücken, zappelt mit Armen und Beinen.

Zwei freie, noch «gesunde» Kinder, können sich als Sanitäter betätigen, indem sie die Erkrankten ins Spital transportieren (auf vorher definierte Matte oder Ecke). Die Transportierenden dürfen nicht gefangen werden. Im Spital werden die Kranken schnell geheilt und können dann wieder ins Spiel einsteigen.

Material: Matten

Quelle: J+S-Kids: Einführung Judo – Lektion 7

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO