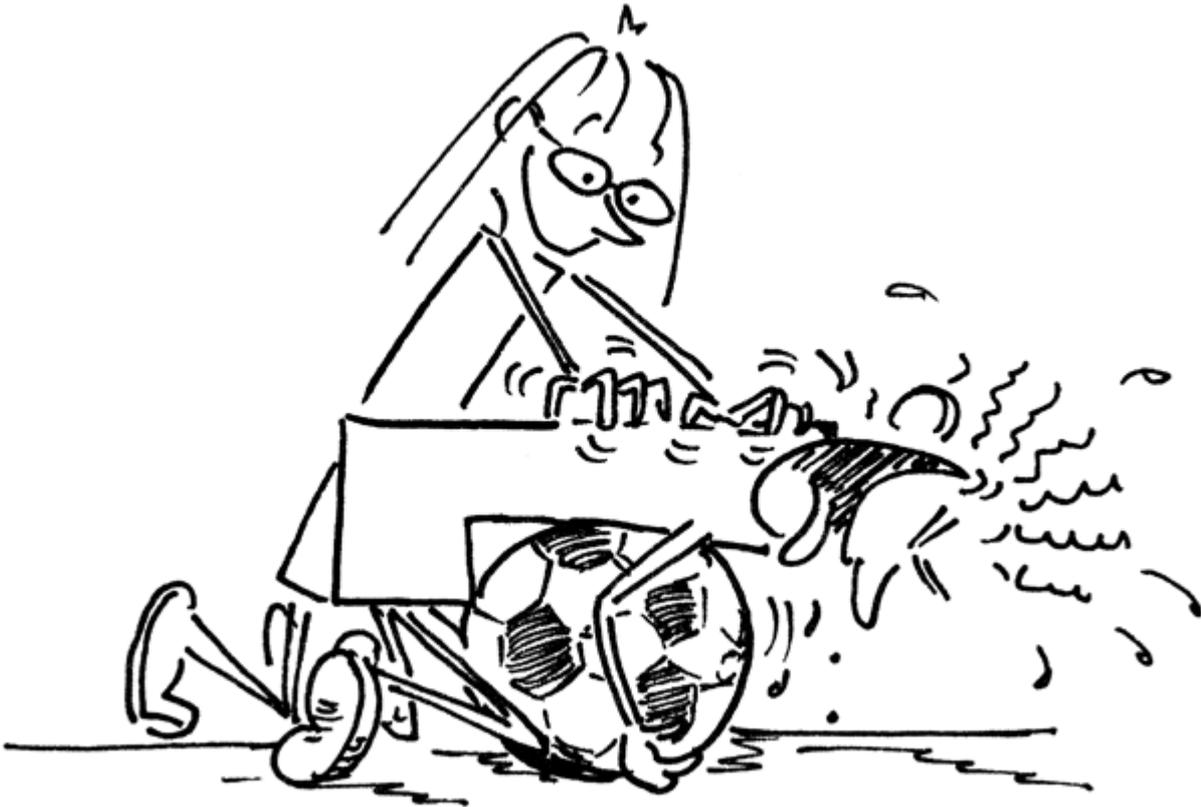


## Kampfspiele – Mit Objekten: Ball ergattern

In dieser Übung erkämpfen sich die Schüler einen Ball. Sie sitzen auf einem begrenzten Feld am Boden. Das Spiel kann mit zusätzlichen Aufgaben versehen werden.



Schüler A klammert sich auf allen Vieren um einen Ball (Basket- oder Volleyball), der in einem begrenzten Feld zuerst in der Mitte liegt. Schüler B versucht, ihm den Ball zu entreissen. Es muss vorher abgemacht werden, ob kitzeln erlaubt ist. Es darf nicht aufgestanden werden. Das Spiel kann auch mit verschiedenen Aufgaben versehen werden. Als Sieg zählt, wenn der Ball den Besitzer wechselt oder der Ballbesitzer mit oder ohne Ball auf den Rücken gedreht werden kann. Bei mehreren Mitspielern liegen halb so viele Bälle wie Teilnehmer auf dem Feld. Wer hat nach 30 Sekunden einen Ball erkämpft?

### Variation

Zwei Schüler halten gemeinsam einen Medizinball mit beiden Handflächen fest. Beide versuchen nun, sich gegenseitig den Medizinball zu entreissen. Der Ball darf nicht umklammert werden. Bei diesem Spiel können verschieden grosse Bälle gewählt werden. Sieger ist, wer beim Stoppruf des Lehrers in Ballbesitz ist.

---

Quelle: Sigg, B., Teuber-Gioiella, Z.: mobilepraxis 2/1999: Gewaltbereitschaft durch Kampfsport vermindern



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**