

Kooperation – Aufwärmspiele: Standhalten

Bei dieser Übung kommt es zu einem ersten Körperkontakt (Hände) mit anderen Personen. Die Schüler müssen einem Druck standhalten können.



Die Handflächen zweier Spielenden werden gegeneinander gehalten. Nun wird versucht, die andere Person aus dem Gleichgewicht zu bringen. Dabei dürfen sich allerdings nur die Handflächen berühren.

Die Füße bleiben fest auf der gleichen Stelle. Wer seinen Mitspielenden aus dem Gleichgewicht bringt, erhält einen Pluspunkt.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO