

Kampfspiele – Mit Objekten: Knierugby

Die Schüler werden in dieser Übung auf mehreren Ebenen gefördert: Sie müssen in dieser Rugby-Variation einen Ball erobern und ihn über eine Grenzlinie befördern.

Zwei kleine Teams knien in Bankstellung am Rand des viereckigen Mattenfeldes gegenüber. In der Mitte des Feldes liegt ein Medizinball. Auf ein Zeichen hin stürzen sich die beiden Teams auf den Ball und versuchen, ihn auf die gegenüberliegende Grenzlinie des Feldes zu befördern. Wenn das eine Team das Ziel erreicht, erhält es zwei Punkte.

Wenn das ballbesitzende Team auf den Rücken gedreht werden kann, gibt es einen Zusatzpunkt, und es wird wieder in der Ausgangsstellung begonnen.



Material: Medizinball, Matten

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