J+S-Kids - Kämpfen und Raufen: Achtung Pfütze!

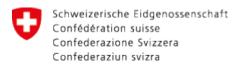
Hier geht es ums Kräftemessen durch Ziehen, Stossen und Drücken. Wer zuerst in die Matten-Pfütze am Boden steht hat bei dieser Übung verloren.



Eine zwischen zwei Partnern liegende Matte stellt eine Pfütze dar. Die beiden Kinder geben sich die rechte Hand und versuchen, sich gegenseitig in die Pfütze zu ziehen und zu stossen. Verloren hat, wer zuerst einen Fuss in die Pfütze setzen muss.

Variationen

- In der Ausgangsposition die linke Hand oder beide Hände geben.
- Eine dicke Matte dient als Pfütze; die Kinder stehen im Kreis um die Matte herum und geben sich die Hand. Die Gruppe versucht, einzelne Kinder in die Pfütze zu ziehen.



Bundesamt für Sport BASPO