Kampfspiele – Kräfte messen: Störrischer Bock

Schieben ist das zentrale Element dieser Übung. Die Schüler messen ihre Kräfte in dem sie versuchen, den Gegenspieler über eine Linie zu schieben.

Kampfspiele – Kräfte messen: Störrischer Bock

Zwei Schüler stehen hintereinander mit gleicher Blickrichtung nach vorne. Der Hintere versucht den Vorderen vollständig über eine vorher vereinbarte Linie zu schieben, wobei sich der Vordere nicht umdrehen darf. Nach jedem Schiebeversuch wird die Rolle gewechselt.

Variation

Auch mit ziehen anstelle von schieben, sich gegenüber stehend, an den Handgelenken haltend.

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