

Ringen und kämpfen
**Spiele zu zweit
und in der Gruppe**



Sandwichspiel

Ihr lauft frei im Raum umher. Die Lehrkraft gibt ein Kommando, auf das ihr möglichst schnell reagiert. Folgende Kommandos gibt es:

- **Pommes:** Die Kinder legen sich einzeln auf den Boden.
- **Sandwich:** Zwei Kinder legen sich übereinander.
- **Hamburger:** Drei Kinder legen sich übereinander.
- **Cheese Sandwich:** Vier Kinder legen sich übereinander.
- **Big Sandwich:** Fünf Kinder legen sich übereinander.



Illustration: Dorothea Tust

Linienkampf

Zwei Kinder stehen einander auf einer Linie (Spielfeldmarkierung) gegenüber. Jedes Kind steht so, dass die Ferse des vorderen Fußes die Spitze des hinteren berührt. Die Kinder geben sich die Hand und versuchen, den anderen dazu zu zwingen, die Linie mit einem Fuß zu verlassen.

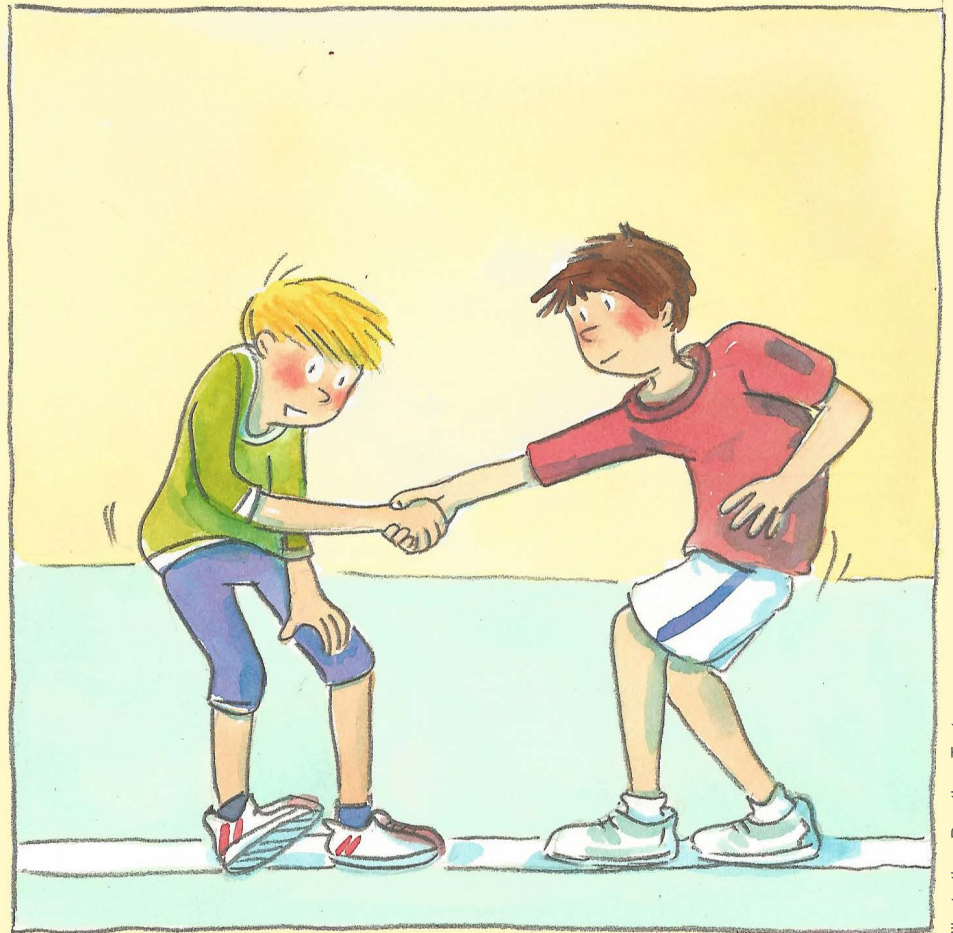


Illustration: Dorothea Tust

Bärenringen

Immer zwei Kinder versuchen, sich im Stand gegenseitig vom Boden abzuheben. Dazu umfassen sie sich an der Hüfte. Diejenigen, die es geschafft haben, ihr Gegenüber als Erste anzuheben, wandern in der Sporthalle auf eine bezeichnete Fläche.

Nun kämpfen diejenigen, die noch nicht gewonnen haben, gegeneinander, und auch die Sieger und Siegerinnen kämpfen gegeneinander. Das Spiel wird so oft wiederholt, bis nur noch ein Kind übrig bleibt.



Mattenkönig oder Mattenkönigin

Zu Spielbeginn befinden sich alle Kämpfenden auf einer großen Matte, um die herum viele kleine Turnmatten liegen.

Die Kämpfenden knien entweder oder sind in Bankstellung. Jeder versucht nun, die anderen Kinder auf die Turnmatten zu drängen und so die „Burg“ für sich in Besitz zu nehmen. Wer am Schluss übrig bleibt, ist Mattenkönig oder Mattenkönigin.



Illustration: Dorothea Tust

Sumo

Bei diesem Spiel kämpfen jeweils zwei Kinder, die anderen sehen ihnen zu. Der Zweikampf findet auf einer großen Matte statt, um die herum viele kleine Turnmatten liegen. Gekämpft wird im Knien. Ziel dabei ist es, sein Gegenüber aus dem Spielfeld zu schieben.



Illustration: Dorothea Tust

Impressum:

DGUV Lernen und Gesundheit: Ringen und kämpfen können, August 2016

Herausgeber:

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV)
Glinkastr. 40, 10117 Berlin

Redaktion:

Andreas Baader, St. Augustin (verantwortlich),
Karen Guckes-Kühl, Wiesbaden

Text:

Boris Fardel, Düsseldorf

Illustrationen:

Dorothea Tust, Köln

Verlag:

Universum Verlag GmbH, 65175 Wiesbaden
Telefon: 0611/9030-0, www.universum.de

Dieser Foliensatz gehört zu der Unterrichtseinheit „Ringen und kämpfen können“, August 2016.

Unter www.dguv.de/lug finden Sie zu diesem Thema folgende weitere Materialien:

- Kompetenzen
- Didaktisch-methodischer Kommentar
- Hintergrundinformationen für die Lehrkraft
- Infotext für die Schülerinnen und Schüler
- Arbeitsblätter
- Mediensammlung