



# Wie stark bin ich – Schatz erbeuten

## ab Zyklus 1

Beim Kämpfen kann nicht nur Energie losgeworden, sondern auch aufgestaute Wut abgebaut werden. Gleichzeitig erfahren Kinder das Wechselspiel zwischen An- und Entspannung. Wichtig dabei ist, von Anfang an klare Regeln aufzustellen.

Mit der Spielidee Wie stark bin ich – Schatz erbeuten (ab Zyklus 1) können sich die Kinder austoben und ihre Kräfte messen.

### Material

- Freie Fläche
- Evtl. Matten
- Pro 2 Kinder einen weichen Ball oder Kissen

### Spielidee

Bevor mit den kleinen Kämpfen gestartet wird, muss mit den Kindern das Verhalten bei Kämpfen und die Stoppregel thematisiert und besprochen werden. Anschliessend braucht es Platz, damit sich die Kinder beim Kräftemessen nirgends anstossen.

Zwei Kinder liegen sich auf dem Boden/dünnen Matten bäuchlings gegenüber. Mit gestreckten Armen halten sie einen zwischen ihnen liegenden Ball/ein Kissen. Beide versuchen auf Kommando, den Ball/das Kissen unter ihren Körper zu ziehen.

### Tipp

Immer zwei etwa gleichstarke Kinder um den Schatz kämpfen lassen. Je nach Gruppenzusammensetzung empfiehlt es sich, zu Beginn die Kinder nicht alle gleichzeitig kämpfen zu lassen, damit man eine bessere Übersicht hat, ob z.B. Stoppregeln etc. eingehalten werden. Bei Nichteinhalten von besprochenen Regeln Kinder konsequent für einen Moment nicht mehr mitkämpfen lassen (Auszeit).

### Variation

Der Ball/das Kissen wird von einem Kind in der Vierfüsslerposition unter dem Bauch festgehalten. Das andere Kind versucht, ihm den Ball/das Kissen wegzunehmen.

Quelle: <https://www.mobilesport.ch/kindersport/js-kids-kaempfen-und-raufen-schatz-erbeuten/>

Danke an Eliane Schmocker.