



Matten-Rugby

Das etwas andere Rugby-Spiel

Vorbemerkungen/Ziele

Rugby ist ein Spiel, das als sehr grob und teilweise auch als zu gefährlich für den Einsatz in Sportstunden angesehen wird. Matten-Rugby ist eine „weiche“ Variante des Originalspiels und macht nach Praxiserfahrung Kindern und Jugendlichen jeden Alters viel Spaß.

Die TN werden ausdauermäßig gefordert und müssen in ihrem Team überlegen, wie sie taktisch agieren, um punkten zu können.

Das Spiel in dieser Form auszuprobieren, lohnt sich!

Rahmenbedingungen

Zeit:

45 Minuten (auch 90 Minuten sind möglich)

Teilnehmer/innen (TN):

10 – 12 (oder auch mehr, dann in Turnierform)

Material:

2 Weichböden, 1 Rugby-Ei, Parteibänder

Ort:

Sporthalle (je größer die Halle ist, desto intensiver ist die Belastung), Sportplatz

Stundenverlauf und Inhalte

EINSTIMMUNG (10 Minuten)

● Zombi-Ball

- Die TN stehen verteilt in der Halle.

1 TN hat einen Softball und versucht, andere TN abzuwerfen. Dabei darf er/sie nur 3 Schritte mit dem Ball laufen. Hat er/sie jemanden getroffen, muss sich diese/r TN an Ort und Stelle auf den Boden der Halle setzen. Den Ball bekommt der/die TN, der/die ihn als erstes wieder in der Hand hat. Der/die abgetroffene TN darf dann aufstehen, wenn die Person, die ihn/sie abgeworfen hat, selber abgeworfen wird.

● Aufbau des Matten-Rugby-Spielfeldes

Mit einem Abstand von ca. 10 m zur Wand werden an den Kopfseiten der Halle die Weichböden mit der rauen Seite nach unten ausgelegt.

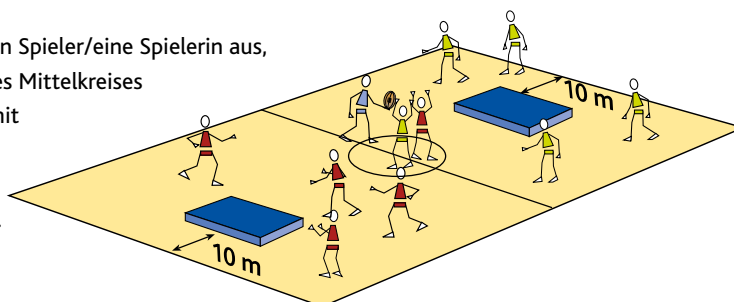
SCHWERPUNKT (20 – 25 Minuten)

● Spielregeln und Mannschafteinteilung

Ziel des Spiels ist es, das Rugby-Ei auf dem gegnerischen Weichboden abzuwerfen und so einen Punkt zu erspielen.

Jede/r darf nur 3 Schritte mit dem Rugby-Ei in der Hand laufen.

- Bevor es losgeht, werden zwei Teams mit jeweils 5 – 6 Spielern/Spielerinnen gebildet, die zur Unterscheidung unterschiedlich farbige Parteibänder tragen.
- Jedes Team wählt einen Spieler/eine Spielerin aus, der/die in der Mitte des Mittelkreises Schulter an Schulter mit einem Gegenspieler um den ersten Ballbesitz hochspringt.



- Aufwärmen

✓ In diesem Spiel spielt Jeder gegen Jeden. Es hat eine hohe Bewegungsintensität und eignet sich daher in großem Maße als Aufwärmspiel. Darüber hinaus dürfen auch beim Matten-Rugby nur 3 Schritte mit dem Ball gelaufen werden, so dass eine wichtige Parallele zum Hauptteil schon beim Aufwärmen gegeben ist.

- Gemeinsamer Aufbau des Spielfeldes

✓ Die Kinder und Jugendlichen eine Weichbodenmatte immer mindestens zu viert tragen lassen.

- Erläuterung der Spielregeln, Mannschafteinteilung und Vorbereitung des Spielstarts

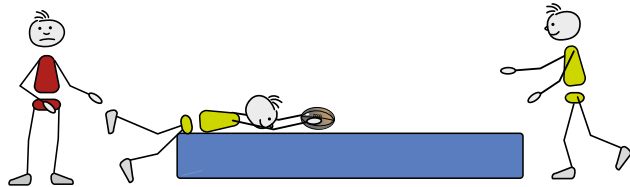
✓ Zur Gewöhnung an das Spiel, kann zunächst auch ein anderer Ball gewählt werden, mit dem die Pässe einfacher auszuführen sind.

Spiele
09.2012

Stundenverlauf und Inhalte

● Matten-Rugby spielen

Das Rugby-Ei (Ei) wird eingeworfen und das Spiel geht los. Jede/r darf nur 3 Schritte mit dem Ei in der Hand laufen. Durch Abspielen wird versucht, das Ei in Richtung der gegnerischen Matte zu bringen. Ein Punkt wird erzielt, wenn es ein/e Spieler/in schafft, das Ei auf der gegnerischen Matte *abzulegen*. Das Ei muss dabei die Matte berühren. Der/die Spieler/in kann dazu auf die Matte laufen oder springen.



Die gegnerische Mannschaft versucht, diesen Punkt zu verhindern, indem sie die Pässe abfängt oder die Gegner/innen daran hindert, auf die Matte zu gelangen.

Erzielt ein Team einen Punkt, erhält die gegnerische Mannschaft das Ei und baut das Spiel von hinten (der eigenen Matte aus) auf, um nun ihrerseits einen Punkt zu erzielen.

Das Spiel ist beendet, sobald ein Team eine bestimmte vorher abgesprochene Punktzahl erreicht hat.

● Spielvarianten

- Es gibt nur dann einen Punkt, wenn ein/e Spieler/in des eigenen Teams auf dem Weichboden steht und das Ei fängt.
- Die Spieler/innen dürfen mit dem Rugby-Ei unbegrenzt viele Schritte laufen.
- Sehr lustig ist das Spiel auch mit einem Flummi oder Riesen-Gummi-Ball.

SCHWERPUNKTABSCHLUSS (5 Minuten)

● Abbau des Spielfeldes

Gemeinsam werden die Weichbodenmatten wieder an ihren Ursprungsort zurückgeräumt.

AUSKLANG (5 Minuten)

● Spielreflektion und neue Spielvariationen

○ Die TN sitzen in einem Kreis

Die Übungsleitung reflektiert gemeinsam mit den TN das Spiel. Es ist sinnvoll, den Unterschied zum Ursprungsspiel Rugby zu besprechen, da das Originalspiel weitaus größer zugeht. Woran liegt das? Was ist anders?

Zudem ist es möglich, über mögliche Varianten für die nächste Stunde nachzudenken (Beispiele s.o.).

Absichten und Hinweise

- ◎ In der Mannschaft spielen, gemeinsames Umsetzen von Spielregeln, Schulung von taktischem Verhalten im Team
- ✔ Damit das Spiel nicht zu grob wird, ist es wichtig, dass der Schiedsrichter (die Übungsleitung) auf die 3-Schritte-Regel achtet!
- ✔ Sollte es beim Sprung auf die Matte oder Ablegen des Eis zu rasant zugehen, ist es an dem Schiedsrichter, frühzeitig einzugreifen und ggf. gemeinsam mit den TN abgewandelte Regeln zu überlegen.
- ✔ Bei mehr als 12 TN kann Matten-Rugby auch als Turnier gespielt werden. Dann wird eine bestimmte Zeit vorgegeben, nach der die Partie beendet wird und die Punkte gezählt werden.
- ✔ Es können auch mit den TN neue Spielvarianten erfunden und erprobt werden.

◎ Halle gemeinsam in den Urzustand bringen

◎ Gemeinsamer Stundenabschluss, Spielreflektion, Kenntnisse über das Ursprungsspiel vermitteln, durch neue Spielvarianten Lust auf mehr machen, TN in kommende Stundengestaltung einbeziehen

Autorin:
Eva Krüger

Foto:
Bilddatenbank
des Landessport-
bundes NRW



Illustratorin:
Claudia Richter