



# Ringen, Rangeln, Kräfte messen

Kindern, insbesondere Jungs, macht es Freude beim Rangeln die eigenen Kräfte zu erleben und natürlich sich auch mit dem Gegenüber zu messen. Im Projekt schaffe ich für die Kinder einen geschützten Raum, um sich diesem Thema respektvoll, sensibel und mit klaren Regeln zu begeben.

Wenn du Lust hast auf Ringen, Rangeln, Kräfte messen, dann bist du genau richtig in meinem Projekt.

## Zielsetzung des Projektes:

- 1. Raum für ein faires und freudvolles Ringen und Rangeln schaffen
- 2. Beim Rangeln respektvoll und sensibel miteinander umzugehen
- 3. Förderung der Grobmotorik

## Allgemeines und Wichtiges zum Projekt:

- ➔ Die Teilnehmerzahl beträgt 10 Kinder.
- ➔ Jedes Kind benötigt Hallenturnschuhe und Sport- oder Jogginghose
- ➔ Jedes Kind erhält zum Ende des Projektes ein Zertifikat.
- ➔ Am Präsentationstag (13.03.2019 um 16.30 Uhr) stellen wir den Eltern unser Projekt vor.

## Projektverlauf & Termine

### An den unten genannten Terminen werden wir gemeinsam:

- immer mit Aufwärmübungen starten, damit wir uns nicht verletzen, Regeln für das Rangeln besprechen, einfach Rangel-Griffe und -würfe kennenlernen und natürlich auch „Rangelwettbewerbe“ durchführen

### Termine - immer Mittwochs am:

1. Woche - 15.01.2019	5. Woche - 12.02.2019
2. Woche - 22.01.2019	6. Woche - 19.02.2019
3. Woche - 29.01.2019	7. Woche - 04.03.2019
4. Woche - 05.02.2019	8. Woche - 11.03.2019

Bei Fragen zum Projekt wenden Sie sich bitte an **Louis Feuchtmann**