

*Wolfgang Beudels / Wolfgang Anders*

# **Wo rohe Kräfte sinnvoll walten**

**Handbuch zum Ringen, Rangeln und  
Raufen in Pädagogik und Therapie**

# Inhalt

<b>Zitate</b>	<b>6</b>
<b>Vorwort</b>	<b>9</b>
<b>1. Einleitung</b>	<b>11</b>
<b>2. Ausgewählte Kampfsportarten</b>	<b>15</b>
2.1 Ringen	16
2.2 Judo	18
2.3 Boxen	19
<b>3. Pädagogische und therapeutische Aspekte des Ringens, Rangelns und Raufens</b>	<b>25</b>
3.1 Zielsetzungen	25
3.2 Überlegungen zur Auswahl der Inhalte	32
3.3 Methodische Überlegungen	40
3.4 Übersicht über motorische Aktivitäten im Zweikampf	44
3.5 Sicherheitsaspekte	46
<b>4. Praxis: Spielen - Kämpfen - Üben</b>	<b>53</b>
4.1 Zum Umgang mit der Spielesammlung	53
4.2 Erläuterung von Fachbegriffen	55
4.3 Spielesammlung	59
4.3.1 Bewegungsfreude - entwickeln	61
4.4.2 Körperkontakt - aufnehmen und akzeptieren	91
4.5.3 Vertrauen - entwickeln und stabilisieren	119
4.6.4 Ringen, Rangeln und Raufen - anbahnen und entwickeln	149
4.7.5 Ringen, Rangeln und Raufen - erproben und verfeinern	191
4.8.6 Ringen, Rangeln und Raufen - genießen und ausleben	237
4.4 Spiele im Überblick	279
<b>5. Literatur</b>	<b>286</b>