



## Einführungsreihe

# J+S-Kids – Grundlagen Inlinehockey

### Autor

Martin Reber, J+S Fachleiter Rollsport

### Rahmenbedingungen

Alter 5-10 Jahre  
Gruppengrösse 12 [6 -16]  
Kursumgebung Ebener Boden ohne grosse Hindernisse. Teer-, Beton-, Kunststoff-, Holzboden  
Sicherheitsaspekte Helm, Knieschoner, Ellbogenschoner & Handschuhe ist ein Minimum

### Lektionsübersicht

Nr.	Lektionstitel	Zielsetzung	Voraussetzungen	Niveau
1	Spielkonzept 1	Sich mit der Basistechnik des Inlinehockeys vertraut machen. Schwerpunkte: Fahren und Ballführen.	Die Lernenden sollten bereits einige Fahrkenntnisse haben (auf Eis oder Rollen) oder mit verwandten Sportarten (Streethockey, Rollhockey, Unihockey) vertraut sein.	einfach
2	Spielkonzept 2	Sich mit der Basistechnik des Inlinehockeys vertraut machen. Schwerpunkte: Fahren und Ballführen.	Die Lernenden sollten bereits einige Fahrkenntnisse haben (auf Eis oder Rollen) oder mit verwandten Sportarten (Streethockey, Rollhockey, Unihockey) vertraut sein.	mittel
3	Einführung Inlinehockey	Einführung ins Inlinehockey: erste Kontakte mit dem Inlinehockey.	Die Lernenden sollten bereits einige Fahrkenntnisse haben. Beachtung des physischen Niveaus der Kinder.	einfach
4	Vom Spiel zum Tore schiessen	Basis; Skating, Spielen mit Ball	Die Lernenden sollten bereits ein paar wenige Male auf den Skates gefahren sein.	mittel
5	Skaten und Spass haben	Skaten / zielen / spielen / zusammen Spass haben	Die Lernenden sollten bereits Fahrkenntnisse haben.	einfach

### Spielregeln

Es sind keine besondere Spielregeln zu beachten.

### Materialbedarf

Korrekt angepasste Ausrüstung: Skates, Helm, Knieschutz, Ellbogenschoner, Handschuhe, Stock, Ball, Pylonen.

### Tipps und Tricks

Für Einsteiger kann eine stabile Fahrhilfe, wie "Einkaufswagen" eine grosse Hilfe sein.  
Für Einsteiger nicht zu grosse Gruppen bilden oder mehrere Lehrkräfte einsetzen.