

# J+S-Kids: Einführung Unihockey - Lektion 10

## Umsetzung im Spiel

### Autor

Mark Wolf, Fachleiter Unihockey

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer ≥60 Minuten  
 Niveau  einfach  mittel  anspruchsvoll  
 Empfohlenes Alter 7 - 10 Jährige  
 Gruppengrösse 5-20, ideal 8-12  
 Kursumgebung Turnhalle  
 Sicherheitsaspekte -

### Zielsetzungen/Lernziele

Verschiedene Spielformen

### Inhalte

#### EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
	Begrüssung		
10'	<b>Bändeli-Fangis</b> Alle Kinder haben ein Bändeli (Spielband), welches sie so in die Hosen stecken, dass es noch ca. 20 cm herauschaut. Die Kinder versuchen nun gegenseitig möglichst viele Bändeli zu ergattern, ohne ihr eigenes zu verlieren.		

#### HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	<b>Torlauf</b> Spiel 3:3 mit 4-5 Toren (Malstäbe). Alle Spieler von A besitzen einen Ball und versuchen durch ein freies Tor zu dribbeln. Steht ein Spieler B im Tor, ist dieses gesperrt. Ein Spieler darf nicht 2x durch das selbe Tor		Malstäbe
15'	<b>Carré</b> 4 gekippte Langbänke bilden mitten in der Halle ein Carré (Viereck). Vor jeder Langbank steht ein Verteidiger. Jeder Spieler versucht mit seinem Ball an eine Langbank zu spielen ohne dass der Verteidiger den Ball berührt.		
15'	<b>Streetball</b> Während einer Minute spielen 2:2 auf ein Tor. Nach einem Ballgewinn muss mindestens 1 Pass gespielt werden, bevor man wieder aufs Tor schiessen darf.		



#### AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	<b>Trick-Parade</b> Wer kann dem Team den coolsten Trick vorzeigen?		

Quellen:

- Unihockey basics – Spielentwicklung in Schule und Verein, Ingold Verlag 2004
- Mobile Praxisbeilage, 1/05
- Unihockey online, [www.swisunihockey.ch](http://www.swisunihockey.ch) → Ausbildung → Traineracademy