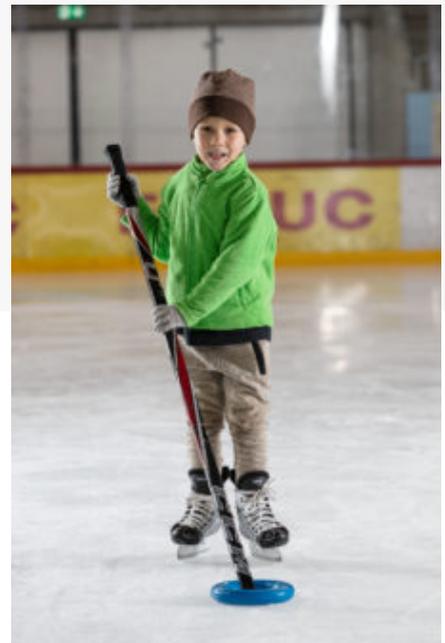


Eislauf: Im Wald

Die Lektion dreht sich rund um den Hockeystock, der als Hilfsmittel und Trainingsgerät eingesetzt wird und bildlich mit Bäumen verglichen werden kann. Zum Teil stehen die Bäume aufrecht im Wald und zum Teil liegen sie gefällt am Boden.

Rahmenbedingungen

- Dauer: 60 Minuten
- Schulstufe: 3.-4. Klasse
- Niveau: Fortgeschrittene



Lernziele

- Anwenden der Basiskompetenzen wie «Wendigkeit», «Fahren v/r», «Drehen von v auf r und umgekehrt », «Gleichgewichtsfähigkeit», «Chassé v/r».

Bemerkungen: Für den Hauptteil und Ausklang erhalten alle SuS einen Hockeystock. Dieser sollte der Körpergrösse der SuS angepasst sein. Aus Sicherheitsgründen muss darauf hingewiesen werden, dass der Stock immer mit der Schaufel nach unten gehalten und geführt werden muss. Ausnahmen bilden Aufgaben, welche eine gezielt andere Position des Stocks verlangen.

[Lektion: Im Wald](#) (pdf)

Techniken

→ [Grundelemente \(Bewegungsabläufe mit Reihenbildern\)](#)

Quelle: Ina Jegher, J+S-Fachleiterin Eislauf, Lea Seiler, J+S-Leiterin Eiskunstlauf



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO