

Eislauf – Kleine Spiele: Spiegel

Während dieser Übung lernen die SuS gut zu beobachten, was wiederum die Konzentrationsfähigkeit fördert.

Schülerin A bewegt sich frei im Raum. Schülerin B ist deren Spiegelbild und ahmt die Fahrweise und Bewegungen von A nach.



Variationen

- SuS müssen immer in Bewegung sein.
- Die SuS gehen in eine Pose und diese muss spiegelbildlich nachgeahmt werden.
- Die SuS dürfen sich nur rückwärts bewegen (Vorsicht!).

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