

# Eislauf: Der Dirigent und sein Eislauforchester

In dieser Übung wird besonders die Orientierungsfähigkeit gefördert. Ein Schüler dirigiert verschiedene Elemente, die anderen setzen sie um.

Ein Dirigent bewegt sich mit seinem ganzen Orchester in einem vorgegebenen Feld und leitet seine Musiker mittels Dirigentensprache. Vor und nach dem geforderten Einsatz seines Orchesters erfolgt ein akustisches Signal durch den Dirigenten oder die Lehrperson. Danach übernimmt ein neuer Dirigent das Orchester.



Mögliche «Dirigentensprache»:

- beide Fäuste hoch: Element Storch;
- beide Fäuste tief: Element Päckli;
- Arme in Seithalte: Zweibeinsprung (Froschhupf);
- Hände eingestützt: Zweifusspirouette;
- Arme verschränkt: Fahren rückwärts.

## Variation

### schwieriger

Das Orchester ist in vier Register eingeteilt. Jedem Register wird eine Aufgabe zugeteilt (Register eins übt die Zweifusspirouette, Register zwei übersetzt vorwärts...). Der Dirigent gibt den Registern ein Zeichen für ihren Einsatz (gegebene Aufgabe üben) oder für ihre Pausen (Runden laufen).



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**