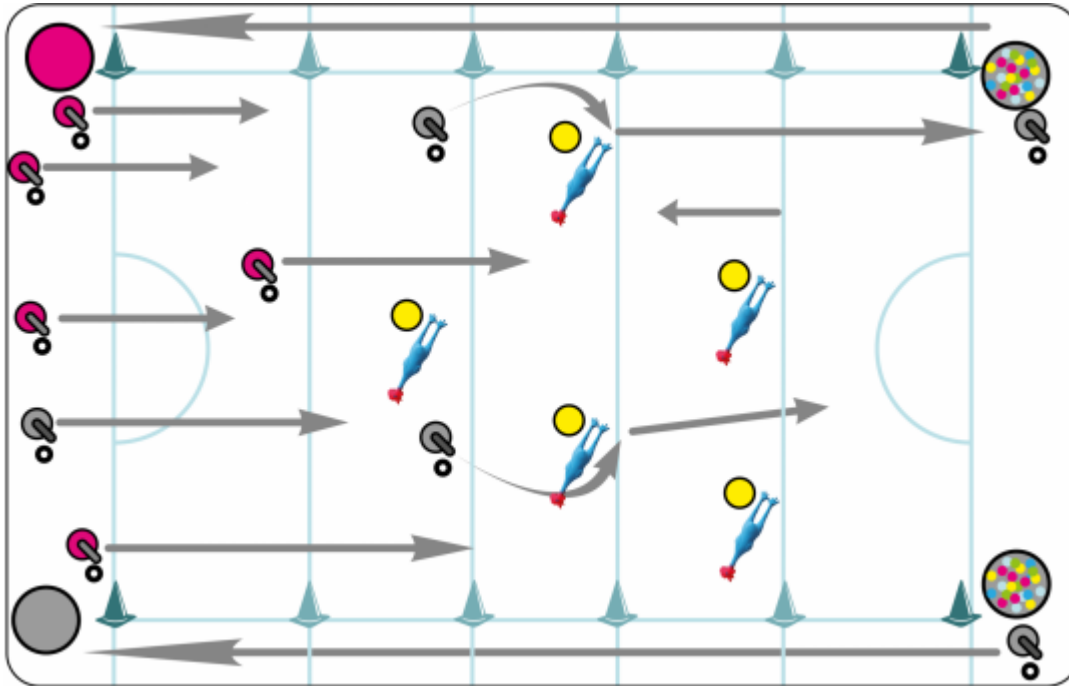


# Donut Hockey – Dribbling: Angry Chicken

Die Spielenden behalten die Übersicht beim Dribbeln und versuchen sich in verschiedenen Checks.



Es werden 3 Teams gebildet. Immer 1 Team agiert als Chicken und erhält 1 Huhn pro Spieler. Den Chickens werden Zonen zugeteilt (2 Chickens/Zone). Am Ziel werden 2 Nester mit Eiern (Wäscheklammern) platziert. Die anderen beiden Teams agieren als Diebe und versuchen, die Halle zu durchqueren, ohne von einem Chicken gekloppt zu werden.

Gelingt dies, darf man das Ei stehlen, durch den Seitenkorridor zurück zum Start laufen, das Ei dort ins eigene Nest legen und den nächsten Versuch starten. Wird man gekloppt, muss man zurück zum Start. Nach 5 Min. wird jeweils rotiert, bis jedes Team einmal Chicken war. Welches Team erobert am meisten Eier?

## Variation

- Die Angry Chickens agieren mit Stöcken und fangen die Dribbler, indem sie ihnen mittels Check die Donuts klauen.

## Lernziele

- Spielübersicht beim Dribbeln behalten
- Bodycheck, Stick Check und Sweep Check einsetzen (Variation)

**Material:** Stöcke und Donuts für  $\frac{2}{3}$  der Gruppe, 4-6 Gummi-Hühner oder halbe Pool Noodles, Floorpads

## Merkmale Dribbling

- Ist die Bahn frei, wird der Stock einhändig geführt.
- Ist ein Gegner in der Nähe, sind immer beide Hände am Stock. Der Kopf ist immer oben, der Blick scannt die Umgebung: Wo sind meine Mitspieler? Wo ist der Gegner?
- Der Donut bleibt immer in Bewegung.
- Im Zweikampf ist der Körper immer zwischen Donut und Gegner.

---

Quelle: Muriel Sutter, Fachautorin und Herausgeberin Buchreihe Burner Motion, Instruktorin LWB, Dozentin DSBG Uni Basel, Sportlehrperson



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**