

# Für Kinder – Squash: Lektion 1 «Fun Squash»

In dieser Lektion sollen die Kinder die Sportart entdecken. Die Lehrperson soll ihnen den Spass am Squash-Spielen vermitteln.



## Rahmenbedingungen

- Dauer: 60 Minuten
- Niveau: Einsteiger
- Alter: 5 – 10 Jahre, je nach Fähigkeiten und Fertigkeiten

## Lernziele

- Spass an der Sportart vermitteln
- Sportart kennenlernen

**Bemerkungen:** Leistungen der Kids nicht quer vergleichen. Sie lediglich motivieren, ihren eigenen Rekord zu schlagen. Immer auf die Griffhaltung achten.

[J+S-Kids – Squash: Lektion 1 «Fun Squash» \(pdf\)](#)

---

Quelle: J+S Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**