

2.2 Mein Freund, das Eis

Intro

Eis ist eine rutschige Materie. Daraus ergibt sich Sturzgefahr. Ein Sturz aus «Kindeshöhe» ist in der Regel unproblematisch und wird kaum zu Verletzungen führen. Trotzdem ist es wichtig, dass sich die Kinder bei jeder Lektion neu an die Verhältnisse auf dem Eis gewöhnen und die ersten Schritte achtsam vollziehen.

Basics

Es gibt Kinder, welche von Haus aus ein geringeres Selbstvertrauen mitbringen und sich daher nicht sofort an grössere Herausforderungen wagen. Achte darauf und beginne deshalb mit leichten Übungen, welche den Kindern Sicherheit auf dem Eis geben.

Den Grad zwischen Herausforderung und Überforderung in einer Gruppe zu finden ist nicht einfach. Dazu brauchst du eine gute Beobachtungsgabe und viel Einfühlungsvermögen. Aber trau den Kindern etwas zu. Das motiviert, stärkt das Selbstwertgefühl und macht Spass. Ziel ist, den Kindern die Angst vor einem Sturz zu nehmen und sie mit der Materie Eis vertrauter zu machen.



Prinzipien

Grundübungen sind so zu definieren, dass «Erschweren» resp. «Erleichtern» jederzeit möglich sind und diese durch die Kinder teilweise individuell ausgeführt werden können.

Aufbau

- Erste Schritte mit dem Antislidder.
- Bewegungen ohne Antislidder mit Sicherung.
- Bewegungen ohne Antislidder, selbständig.
- Spielformen mit/ohne Antislidder.

Beobachtungspunkte

Einschätzung des Selbstvertrauens, der Geschicklichkeit und Aufnahmefähigkeit sowie der Umsetzung von Feedback.

Sicherheit

- Vom Einfachen zum Schwierigen.
- Übungen erklären und vorzeigen.
- Klare Verhaltensregeln festlegen.
- Spielformen wählen, welche zu Beginn leicht zu absolvieren sind.
- Geschwindigkeit innerhalb der Übungsformen den Kindern anpassen.

Zusammenfassung

- Kindern soll die Angst vor der «glatten Materie» Eis genommen werden. Jedoch stehen dabei immer der Respekt und die Sicherheit im Vordergrund.
- Jedes Kind ist anders. Versuche auf die individuellen Bedürfnisse einzugehen, es anzuleiten, zu motivieren und ihm Sicherheit zu geben.
- Fordere, aber überfordere die Kinder nicht.

Videsequenz zum Thema



[Zum Video](#)