

2.5 Wischmeister auf dem Eis

Intro

Wischen erfordert von den Kindern koordinative Fähigkeiten. Zeitlich mit der Vorwärtsbewegung werden seitliche Wischbewegungen ausgeführt. Das bedeutet, dass zwei gegenläufige Bewegungsformen ausgeführt werden müssen. Ausserdem darf der Stein während der Wischbewegung nicht berührt werden. Beim Wischen sind also verschiedene Faktoren entscheidend, die geschult und trainiert werden müssen.

Basics

Beginne bei Anfängern mit statischen Wischbewegungen. Hier geht es in erster Linie darum, die richtige Haltung des Besens zu üben und die Grundbewegung des Wischens zu trainieren. In einem zweiten Schritt kommt die Vorwärtsbewegung beim Wischen mit Antislidder hinzu. Damit schulst du, noch ohne Steine, die koordinativen Fähigkeiten. In einem dritten Schritt wendest du dies mit laufenden Steinen an. Wichtig ist, dass du die Kinder auf beiden Seiten des Steins wischen lässt. Auf diese Weise haben die Kinder ein breiteres Bewegungsspektrum und bewegen sich sicherer auf dem Eis. Ist genügend Sicherheit vorhanden, wird der Antislidder auf der Seite gelassen. Die Kinder gewöhnen sich so langsam an das Rutschen während des Wischens.



Prinzipien

Um ein breites Anwendungsspektrum des Wischens zu erreichen, sollte das Wischen von beidseitig geübt werden. Die Wischbewegungen sollten zunächst mit Antislidder ausgeführt werden. Der Schwierigkeitsgrad kann danach, mit Weglassen des Antislidders, sukzessive gesteigert werden. Kein Thema in dieser Altersklasse ist das Vermitteln von richtungsorientiertem Wischen.

Aufbau

- Richtige Besenhaltung beim Wischen instruieren.
- Beginne mit Wischbewegungen, die auf der Stelle ausgeführt werden (12-Fuss-Kreis im Haus).
- Kombiniere danach die Wisch- mit der Vorwärtsbewegung. Zu Beginn mit, bei grösserer Sicherheit, ohne Antislidder.
- Der nächste Schritt sind Wischbewegungen vor laufenden Steinen. Um zu beginnen, wähle eine langsame Geschwindigkeit. So können die Kinder dem Stein folgen.
- Steigere die Geschwindigkeit der Steine und lass die Übungen, bei genügend Sicherheit, ohne Antislidder ausführen.
- Lasse die Wischbewegungen von Anfang an von beiden Seiten ausführen.
- Versuche das Wischen mit der Kommunikation zu verbinden (Wischbefehle).

Beobachtungspunkte

- Korrekte Besenhaltung.
- Sicheres Vorwärtsbewegen bei gleitenden Steinen.
- Korrekte Wischbewegungen vor dem Stein, ohne ihn zu berühren.
- Beidseitiges Wischen mit Antislidern.
- Beidseitiges Wischen ohne Antislidern.
- Kombination von Wischen und Kommunikation.

Sicherheit

- Zu Beginn immer mit Antislidern.
- Wischen in der Gruppe als Grundlage.
- Kontrollierte Vorwärtsbewegungen in Verbindung mit Wischen.
- Steine kontrolliert und langsam spielen lassen.
- Der nächste Stein wird erst gespielt, wenn sich die Wischer/innen am Rand des Rinks aufhalten.
- Zu schnell gespielte Steine, die nicht gewischt werden können, stoppen.
- Kinder beim beidseitigen Wischen fordern, aber nicht überfordern.
- Dasselbe gilt, wenn auf den Antislidern verzichtet wird.

Zusammenfassung

Richtiges Wischen will gelernt sein. Die verschiedenen Elemente müssen teilweise einzeln vermittelt werden. Danach kannst du diese kontinuierlich zusammenführen. Im Cherrytraining stehen die richtige Ausführung und Sicherheit im Zentrum. Fordere die Kinder mit dem beidseitigen Wischen mit/ohne Antislidern heraus. Das steigert das Selbstwertgefühl, aber auch die Motivation. Wenig sinnvoll sind Trainings, die auf Krafteinsatz und die Kadenz beim Wischen abzielen. Ganz wegzulassen ist die Instruktion des Richtungswischens.

Videsequenz zum Thema



[Zum Video](#)