

2.5 Maestro dello spazzolamento sul ghiaccio

Introduzione

Lo spazzolamento richiede abilità coordinative nei bambini. Contemporaneamente al movimento in avanti vengono eseguiti movimenti laterali di spazzolamento. Ciò significa che devono essere eseguite due forme di movimento opposte. Inoltre, la stone non deve essere toccata durante lo spazzolamento. Pertanto, durante lo spazzolamento, diversi fattori sono cruciali e devono essere insegnati e allenati.

Basi

Inizia con movimenti statici di spazzolamento per i principianti. Qui, l'obiettivo principale è esercitare la corretta posizione della scopa e la movimentazione di base dello spazzolamento. In un secondo passo, aggiungi il movimento in avanti durante lo spazzolamento con l'Anti slider. In questo modo, senza l'uso di stone, alleni le capacità coordinative. In un terzo passo, applica ciò con le stones in movimento. È importante che i bambini spazzolino da entrambi i lati della stone. In questo modo, i bambini hanno un ampio spettro di movimento e si muovono più sicuramente sul ghiaccio. Una volta acquisita sufficiente sicurezza, l'Anti slider può essere lasciato da parte. I bambini si abituano così gradualmente a scivolare durante lo spazzolamento.



Principi

Per raggiungere un ampio spettro di applicazione dello spazzolamento, dovrebbe essere praticato da entrambi i lati. I movimenti di spazzolamento dovrebbero inizialmente essere eseguiti con l'Anti slider. La difficoltà può essere aumentata successivamente, eliminando l'Anti slider. In questa fascia di età, non si insegna lo spazzolamento direzionale.

Struttura

- Istruire sulla corretta tenuta della scopa durante lo spazzolamento.
- Inizia con movimenti di spazzolamento eseguiti sul posto.
- Combina poi lo spazzolamento con il movimento in avanti, inizialmente con l'Anti slider e poi senza quando la sicurezza aumenta.
- Il passo successivo sono movimenti di spazzolamento davanti a stones in movimento. Inizia con una velocità lenta in modo che i bambini possano seguire la stone.
- Aumenta la velocità delle stones ed esegui gli esercizi senza Anti Slider quando la sicurezza è sufficiente.
- Fai eseguire i movimenti di spazzolamento da entrambi i lati fin dall'inizio.
- Cerca di combinare lo spazzolamento con la comunicazione (comandi di spazzolamento).

Punti di osservazione

- Corretta tenuta della scopa.
- Movimento sicuro in avanti con sasso scivolante.
- Movimenti di spazzolamento corretti davanti alla stone senza toccarla.
- Spazzolamento bilaterale con e senza Anti Slider.
- Combinazione di spazzolamento e comunicazione.

Sicurezza

- Inizia sempre con l'Anti slider.
- Spazzolamento di gruppo come base.
- Movimenti in avanti controllati in combinazione con lo spazzolamento.
- Lascia che le stones siano giocati in maniera controllata e lentamente.
- La prossima stone è giocato solo quando i giocatori di spazzolamento si trovano ai margini della pista.
- Fermare le stones giocati troppo velocemente che non possono essere spazzolati.
- Sfida i bambini nello spazzolamento bilaterale, ma senza sovraccaricare.
- Lo stesso vale quando l'Anti slider viene omissso.

Riassunto

Il corretto spazzolamento richiede apprendimento. I diversi elementi devono essere insegnati separatamente e poi continuamente integrati. Nell'allenamento dei Cherry, la corretta esecuzione e la sicurezza sono al centro. Sfida i bambini con lo spazzolamento bilaterale con e senza Anti Slider. Questo aumenta l'autostima e la motivazione. Poco utili sono gli allenamenti

Video sul tema



[Al video](#)