



J+S-Kids: Einführung Eishockey - Lektion 1

"Pond Hockey"

Autor

Rolf Altorfer, Fachleiter Eishockey (Unterstützt durch KK 2008 sowie SIHA)

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input checked="" type="checkbox"/> einfach <input type="checkbox"/> mittel <input type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	5 - 10 Jährige
Gruppengrösse	Optimale Anzahl Kinder = 12 [Minimum 6 - Maximum 24]
Kursumgebung	Abgesperrte Eisfläche
Sicherheitsaspekte	Wenn gleichzeitig auf 2 Feldern gespielt werden kann, dann sind diese nach Möglichkeit voneinander abzutrennen. "Hoch schiessen" ist absolut verboten.

Zielsetzungen/Lernziele

Alle - ob erfahren oder nicht - sollen mit- und gegeneinander spielen. So wie dies früher auf dem gefrorenen Weiher getan wurde. Wechselnde Mannschaftszusammensetzungen sind anzustreben - "jeder spielt mit jedem". Die Resultate sind absolut zweitrangig.

Hinweise

Wenn nur wenige Spieler vorhanden sind, wird nur in zwei Mannschaften gespielt. In den Unterbrüchen werden die Mannschaften neu zusammengesetzt. Sind viele Spieler da, kann mit 4 oder mehr Mannschaften auf zwei Feldern gleichzeitig oder abwechselnd gespielt werden. Es wird ohne Torhüter gespielt, d.h. es darf sich auch kein Spieler ins Tor legen.

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
4'	Schlittschuhlaufen	Alle bewegen sich auf dem Eis - Anfänger dürfen auch einen Stuhl umher schieben	evtl. Stühle oder Pylonen
4'	Scheibenführen	Auf den Bullykreisen laufen und den Puck führen. Dem nächsten in der Reihe übergeben.	2 Pucks
4'	Puckgewöhnung	In Zweier- oder Dreiergruppen wird ein Puck hin und her gepasst.	1 Puck / 2-3 TN

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
44'	Spieltornier In 3-er oder 4-er Teams wird in x Mannschaften ein Turnier gespielt - möglichst viele Spiele und für alle gleich viele.	Nach jeder Spielrunde werden die Mannschaften neu zusammengesetzt oder zumindest einzelne Spieler "ausgetauscht". Z.B. könnten die Verlierer einen Spieler des Siegers auswählen.	2 Tore pro Spielfeld 1-2m breit, mit Markierungshüten etc.

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
4'	Turnier-Rückblick und Ehrenrunde für alle	Material versorgen, alle fahren miteinander aus	