



# J+S-Kids: Einführung Snowboard - Lektion 9

## Rhythmus erleben

### Autorin

Isa Jud, Expertin Snowboard / Fachkommission Snowboard

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input type="checkbox"/> einfach <input checked="" type="checkbox"/> mittel <input checked="" type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	8 - 10 Jährige
Gruppengrösse	Bis zu 7 Kinder
Kursumgebung	Blaue / rote Piste
Sicherheitsaspekte	Siehe Grundlagen

### Zielsetzungen/Lernziele

Rhythmusgefühl stärken.

### Hinweise

Die Lektion kann zu verschiedenen Fahrformen und mit verschiedenen Lerngruppen durchgeführt werden.

### Inhalte

#### EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5-10'	<b>Klatsche-gumpe-dreiä</b> Jeder gibt einen kleinen Rhythmus vor mit z.B. stampfen, hüften, klatschen etc. - 1-7 nacheinander etwas mehr zum Rhythmus dazu, schaffen wir 7 Sachen aneinander zu reihen.	Ganze Klasse im Kreis	

#### HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5-10'	<b>Verschiedene Kurven</b> Jeder versucht für sich verschiedene Kurven (gross-gross-klein-gross) zu fahren.	Ganze Klasse	
10'	<b>Zueluege</b> Leiter zeigt ein Rhythmus mit Kurven vor, Klasse macht nach. - Zu zweit	Ganze Klasse Zu zweit	
10'	<b>Zuelose</b> Leiter gibt Rhythmus vor mit schwung-schwung-schwung-hop-dreiä etc. Kinder machen das nach was sie darunter verstehen.	Ganze Klasse	
10'	<b>Kompliziert</b> Leiter macht Rhythmus vor mit springen-drehen-kuve (etwa 4 Sachen) - Kinder machen nach - Zu dritt / viert. Jeweils 1 Kind macht etwas vor	Ganze Klasse Zu viert / zu dritt	
10'	<b>Karussell</b> Rhythmus nur mit drehen in verschiedene Richtungen und mit verschiedenen Wiederholungszahlen. - Versuchen in Schnee zu zeichnen und dann fahren	Zu zweit	

#### AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5-10'	<b>8ti Bahn</b> Jeder fährt auf seiner eigenen 8ti Bahn und macht dort Sprünge/Drehungen etc. wo er will.	Ganze Klasse	