

J+S-Kids: Einführung Curling - Lektion 4

My First Shot

Autor

Sandra Gugolz, J+S Expertin Kids

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer 90 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Empfohlenes Alter 7 - 10 Jährige
 Gruppengrösse 8 bis 10 Kinder
 Kursumgebung Curlinghalle
 Sicherheitsaspekte Stellungen der Spieler während eines Spiels sind klar.

Zielsetzungen/Lernziele


Wischen vertiefen. In-Handle und Out-Handle einführen.

Hinweise


Darauf achten, dass die Abgabe immer gleich ist. Immer wieder auf Rhythmus aufmerksam machen: VOR-HOCH-RÜCK-ABSTOSS.

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
2'	Begrüssung	Vorstellen der heutigen Lektion	<ul style="list-style-type: none"> • Slidingsohlen • Besen
1'	Ritual vor Betreten der Halle	"Jitz geht's los!"	
5'	Einturnen 10-erlen Auf 10 zählen und dazu hüpfen. Bei 10 Knie anziehen und hoch springen. Anschl. auf 9 zählen und bei 9 hoch springen... auf 8 usw. Überkreuzbewegungen in alle Richtungen Mit den Überkreuzbewegungen werden beide Hirnhälften aktiviert, was anschliessend die Bewegung auf dem Eis erleichtert.	Hinter den Rinks (nicht auf dem Eis).  <i>Bildquelle: Lerngymnastik für Kinder, Erich Ballinger</i>	CD-Player + Musik
12'	Aufs Eis gehen Einmal den Rink hinauf- und zurückrutschen. UNO-Farbkarten sammeln Stafette Karussell ... und dreht sich das Karussell schon schneller?	Das Eis wie gewohnt via Hack betreten. In der Mitte der Halle liegt ein umgekehrtes Frisbee mit UNO Karten darin; Rückseite nach oben. Es werden 4 Teams gebildet, jedem Team wird eine Farbe zugeordnet. Jedes Kind darf jeweils nur eine Karte nehmen und anschauen. Entspricht diese nicht der Teamfarbe, muss es "leer" zurück. Welches Team hat am schnellsten seine Farbe komplett? Besen hinters Hack legen. Bei Hogline einen Kreis bilden und sich die Hände geben. Nun beginnt sich das Karussell zu drehen... Wenn möglich zum Drehen auch vorwärts bewegen. Zurück auf die andere Seite drehen.	<ul style="list-style-type: none"> • Frisbee • UNO Karten (oder Jasskarten) Keine

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	Sliding wiederholen Kontrollieren, was die Kids noch wissen.	Die Kids versammeln sich hinter dem Rink, eines nach dem anderen zeigt sein Sliding mit Stein und Besen. Kids sollen Steine loslassen, mal sehen, wer am Dolly am nächsten kommt (zwei bis drei Durchgänge machen). Ein Leiter kann gut in der Mitte von 2 Rinks stehen. Abwechslungsweise rechts und links spielen lassen.	Besen
15'	Sliding und Handle Jedes Kind soll mindestens einen In- und einen Out-Handle spielen. Teams so bilden, dass jeweils 1 oder 2 Kinder den Stein begleiten und wischen. Ziel ist das Cherry-Haus evtl. normales Haus.	Noch einmal korrektes Sliding vorzeigen und dabei den In- und Out-Handle erklären. Ab sofort werden keine Steine mehr gespielt, ohne den Stein entweder mit dem In- oder Out-Handle zu spielen!	Besen
5'	Hexen-Fangen (Aufwärmübung) Einen Kreis bilden, die Augen schliessen. Der Leiter streicht einigen Kids über den Rücken, diese verwandeln sich zu Hexen. Alle zählen bis 10 und öffnen dann die Augen. Die Hexen schreien, heben ein Spielband vom Boden auf und beginnen mit Fangen. Wer gefangen wird, erstarrt zu einem Stein und muss an Ort und Stelle stehen bleiben. Steine können erlöst werden, indem zwei Kids mit gefassten Händen einen magischen Kreis um das verzauberte Kind bilden und "erlöst" rufen. Das Spiel evtl. ein zweites Mal starten.		Spielbänder
10'	"Eier ins Nest" Welches Team kann mehr Eier in seinem Nest (Cherry-Haus) platzieren? Mindestens ein Spieler wischt den Stein. Jeder Spieler hat 2 Steine.	Es werden Teams gemacht, nicht mehr als vier Kids je Gruppe (UNO Karten so vorbereiten, dass gezogene Karten die Teamzuteilung aufzeigen). 	Besen
15'	Short Curling	Analog der letzten Lektionen	gespielt wird ohne Slidingsohle

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
4'	Material aufräumen (Halle ordentlich verlassen!)	Meist müssen die Cherry-Steine vom Eis geräumt werden. Kids helfen mit – Kids heben aber keine Steine vom Eis!! Die Besen müssen nach dem Gebrauch gebürstet werden.	
5'	Wer kann sich erinnern? Die Kids zeigen der Reihe nach eine Dehnübung vor. Weiss jemand keine, drehen sich alle 3 x im Kreis.	Wenn die Gruppe zu gross ist, Karten ziehen lassen.	<ul style="list-style-type: none"> • CD-Player + CD • Evtl. Karten
5'	Nachbesprechung und Vorschau	Feedback-Runde und Vorschau auf nächste Runde	
1'	Ritual zum Abschied	"...und tschüss!"	