

J+S-Kids: Einführung Landhockey – Lektion 10

Minihockeyturnier 3 : 3

Autor

Paul Schneider, Fachleiter Landhockey EHS Magglingen

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input type="checkbox"/> einfach <input type="checkbox"/> mittel <input checked="" type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	8 - 10 Jahre
Gruppengrösse	8 - 12
Kursumgebung	1/4 Rasen- oder Kunstrasenspielfeld oder 1/3 Halle
Sicherheitsaspekte	Bei nassen Rasen- oder Kunstrasenspielfeldern sind Fussballschuhe oder Kunstrasenschuhe wichtig

Zielsetzungen/Lernziele

Zum Abschluss der Kids-Lektionen ein Turnier spielen, um alles Erlernete im Spiel umsetzen zu können.

Hinweise

Regeln für alle Spielformen: Schläger bleibt immer am Boden, Schlagen nicht erlaubt, Ball darf nicht absichtlich mit dem Fuss gespielt werden.

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	Beweglichkeit/Kräftigen mit Schläger 1. Schlägerweitsprung Je 2 Schläger werden zu Gräben gelegt, die übersprungen werden müssen (Absprung einbeinig re / li, beidbeinig). Weite wird von Mal zu Mal vergrössert. 2. Schlägerweit- und Hochsprung Wie 1., nur werden die Schläger jetzt von 2 Spielern leicht in die Höhe gehalten 3. Schwebesitz Schläger quer fassen, Beine anziehen und über den Schläger durchstrecken. Wieder anziehen, und unter dem Schläger durchstrecken.		Pro Spieler ein Schläger, ein Ball und zwei Hütchen

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Turnier mit Teams mit je 3 Spielern Mannschaftseinteilung Regeln festlegen (keinen absichtlichen Fuss, Schläger am Boden)	Mannschaften: Holland Deutschland Schweiz Frankreich +..... Schiedsrichter benennen	Pro Spieler ein Schläger, ein Ball und zwei Hütchen, 2 – 3 Pfeifen

<p>30-40'</p>	<p>Turnierdurchführung Turnier 3 : 3 Mögliche Formen je nach Spielstärke der Gruppe: 3 : 3 mit jeweils 2 grossen Toren 3 : 3 mit jeweils 2 kleinen Toren 3 : 3 mit Schusskreis und 2 Toren</p> <p>Regeln:</p> <p>Der Ball darf nicht mit den Füßen oder der runden Schlägerseite gestoppt oder gespielt werden. Mit dem Schläger darf beim Passen oder Torschuss nicht ausgeholt werden. Er sollte immer am Boden bleiben!</p> <p>Freischläge immer mindestens 3 m vom Tor entfernt.</p> <p>Bei Regelverstössen in unmittelbarer Tornähe gibt es einen Penalty-Angriff (1 Verteidiger gegen 1 Stürmer). Der Verteidiger startet hinter der Torlinie, der Stürmer ca. in Höhe der Mittellinie</p>		
---------------	--	--	--

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	<p>Abschlussbesprechung Motivieren und auf die weiteren Trainings- und Spielmöglichkeiten hin weisen.</p>		
5'	<p>Gemeinsames Aufräumen Besprechung, was wurde heute gelernt, Ausblick nächste Stunde. Abschiedsritual</p>		