



## J+S-Kids: Einführung Squash - Lektion 8

# Spieltest Greenhorn

### Autorengruppe

Michael Müller, J+S Fachleiter

Chris Hadden, J+S Experte

Diego Staub, J+S Experte

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer ≥60 Minuten

Niveau  einfach  mittel  anspruchsvoll

Empfohlenes Alter 5 – 10 Jahre, je nach Fähigkeiten und Fertigkeiten

Gruppengrösse 10 (8, 16)

Kursumgebung 2 - 4 Squashcourts (optimal 1 Court pro 2-3 Kinder)

Sicherheitsaspekte Allgemeine Sicherheitsaspekte beachten

### Zielsetzungen/Lernziele

gesetzte Ziele erreichen

Erfolgslebnisse erfahren

### Hinweise

Die Lektionen 7-10 beziehen sich auf die bestehenden Unterlagen „Swiss Squash Spieltests“. Diese sind auf [www.squash.ch](http://www.squash.ch) bei den Junioren zu finden und zum Download bereit. Die vorliegende Lektion beschreibt die Durchführung des „Greenhorn“ Tests.

### Inhalte

#### EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
1-2'	<b>Begrüssung und Vorstellung des Programm</b> (Greenhorn Test)		Dokument Swiss Squash Spieltests
4-9'	<b>Selbständiges Warm up</b>	Die Kids wärmen sich selbständig auf.	
5-9'	<b>Einüben der Aufgaben des Tests</b>	Die Kids bereiten sich selbständig auf die Aufgaben des Tests vor.	Squashrackets Squashbälle

#### HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
40-60'	<b>Greenhorn Spieltest</b>	Durchführung des Tests. Kontrolle aller Aufgaben durch den Leiter.	Squashrackets Squashbälle Uhr

#### AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
2-3'	<b>Abschluss des Test</b>	Leiter gratuliert allen zum (bestandenen) Test und verteilt die unterschriebenen Diplome (bei den Unterlagen Swiss Squash Spieltests zu finden).	Diplome
3-7'	<b>Feedbackrunde, Aufgabenverteilung</b>	Die Gruppe setzt sich in einem Kreis zusammen. Der Leiter fragt jeden, was er heute gelernt hat und was ihm am besten gefallen hat. Während dem Sprechen und Zuhören wird gedeutet. Abschliessend Verabschiedung.	