

J+S-Kids: Einführung Unihockey - Lektion 6

Wir und der Ball III

Autor

Mark Wolf, Fachleiter Unihockey

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer ≥60 Minuten
 Niveau einfach mittel anspruchsvoll
 Empfohlenes Alter 7 - 10 Jährige
 Gruppengrösse 5-20, ideal 8-12
 Kursumgebung Turnhalle
 Sicherheitsaspekte -

Zielsetzungen/Lernziele

Erkennen und ausnutzen der zusätzlichen Handlungsoptionen (Mitspieler)

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
	Begrüssung		
10'	Rettungsball-Fangis Ein Kind beginnt mit fangen. Die gejagten Spieler haben einen Rettungsball, den sie sich zupassen können. Wer den Rettungsball hält, kann nicht gefangen werden. <i>Variante:</i> -Mehrere „Rettungsbälle“		Soft- oder Volleyball

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
10'	Piratenspiel Alle Spieler ausser 2 Piraten haben einen Ball und bewegen sich frei auf dem Spielfeld. Die Piraten müssen einen Ball erobern, wer den Ball verliert wird zu einem Piraten. Wer nach 2 min. keinen Ball besitzt, muss einen Piratentanz machen (10x über den abgelegten Stock springen)!		Jeder Spieler mit Stock und Ball
15'	Brennball Zwei Team (Feldpartei und Laufpartei) spielen gegeneinander. Der Läufer schießt den Ball ins Feld und beginnt mit seiner Gruppe (alle zusammen) Läufe um 2 Malstäbe zu sammeln bis sich die Feldspieler den Ball zugespielt und in ein Tor geschossen haben.		Malstäbe
20'	Haifischbecken Normales Unihockeyspiel 3:3 oder 4:4. Vor beiden Toren werden jedoch 2-4 Matten (Haifischbecken) gelegt. Niemand darf auf die Matten stehen, die Spieler müssen sich zwischen den Matten bewegen.		2-4 Matten



AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Roboter-Mann Ein Spieler dribbelt mit einem Ball, sein Mitspieler steht hinter ihm und gibt durch Berührungen den Weg vor. Rechte Schulter = 90° Drehung nach rechts. Linke Schulter = 90° Drehung nach links. Kopf = Rückwärts. <i>Variante</i> Pac-Man: Man darf nur auf einer Linie laufen.		

Quellen:

- Unihockey basics – Spielentwicklung in Schule und Verein, Ingold Verlag 2004
- Mobile Praxisbeilage, 1/05
- Unihockey online, www.swisunihockey.ch → Ausbildung → Traineracademy