

SCHLÜSSELEMENT / AKZENT

Körperkontakt

ZIELGRUPPE & PHASE

U9 (Phase F1)

Pädagogischer Rahmen & Zielsetzung

Zielbeschreibung

Die Kinder zeigen einen gesunden, fairen Sportsgeist: Nachjagen und Zweikämpfe sind erlaubt, bösariges Nachschlagen oder andere emotional bedingte Reaktionen hingegen nicht.

Teachingpoints

- Der Stock ist ein Spielgerät und keine Waffe.
- Der Stock bleibt immer auf dem Eis.
- Ohne ein anderes Kind gibt es keinen Zweikampf.

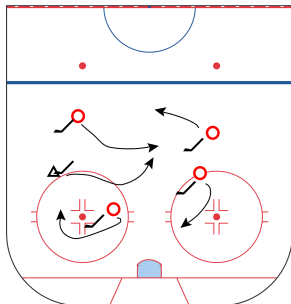
Entwicklungsfragen

- Wie verhältst du dich bei einem Puckverlust?
- Wie sieht ein fairer Zweikampf aus?
- Wo befindet sich dein Stock in einem Zweikampf?
- Wie gehst du damit um, wenn du ein Spiel verlierst oder gefangen wirst?

EINSTIEG (8 MIN.)

Stockfangis Zauberer / Hexen

Einstiegsform



Basisform

Ein Kind startet als Hexe mit umgedrehtem Stock (Besen), alle anderen Kinder sind Zauberer und Zauberinnen mit normal gehaltenem Zauberstab. Die Hexe versucht, die Zauberstäbe an der Stockschaufel zu berühren. Berührte Kinder werden ebenfalls zur Hexe und drehen ihren Stock um. Ziel ist, herauszufinden, welches Kind als Zauberer oder Zauberin am längsten übrig bleibt.

Erleichtern

Kleineres Feld oder Stock normal halten.

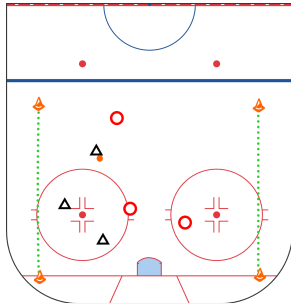
Erschweren

Mit zwei Hexen starten oder einen Rollenwechsel einführen (gefangenes Kind wird zur Hexe, die Hexe wird zum Zauberer oder zur Zauberin).

ABSCHLUSS (8 MIN.)

Rugby-Ball

Abschlussspiel



Basisform

Spiel mit einem Ball. Ein Punkt, wenn ein Team den Ball in der Endzone des gegnerischen Teams platziert. Es darf nur 1:1 um den Ball gekämpft werden (keine Rudelbildung). Zuerst werden gemeinsam die Regeln festgelegt, wie gespielt wird und wie die Kinder in den Zweikampf um den Ball gehen. Zudem werden Stoppsignale vereinbart.

Erleichtern

Grössere Endzone gestalten.

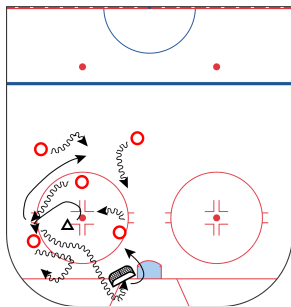
Erschweren

Überzahlsituation gestalten, z. B. 3:2 oder 2:1.

HAUPTTEIL (4 POSTEN, 40 MIN.)

Puckkönig

Posten 1



Basisform

Alle Kinder ausser dem fangenden Kind fahren mit einem Puck durch die Zone. Das fangende Kind versucht, die Pucks zu stehlen und ins Depot (Tor) zu bringen. Wer den Puck verliert, wird ebenfalls zum fangenden Kind. Welches Kind bleibt am Ende noch übrig?

Erleichtern

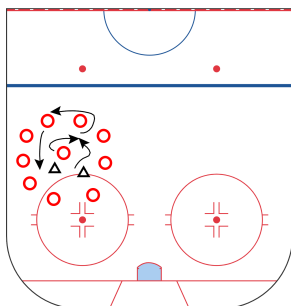
Mehrere fangende Kinder zu Beginn einsetzen.

Erschweren

Zone vergrössern. Die Trainerin oder der Trainer spielt deponierte Pucks von Zeit zu Zeit einem ausgewählten fangenden Kind zu.

Überzahl-Fangis Polizisten gegen Diebe

Posten 2



Basisform

Die Kinder bilden einen Kreis. Im Kreis befinden sich zwei Kinder als Polizisten und ein Kind als Dieb. Die Polizisten versuchen, den Dieb zu fangen. Wird der Dieb gefangen, kommt ein neues Kind als Dieb in den Kreis (kompletter Wechsel alle circa 30 Sekunden).

Erleichtern

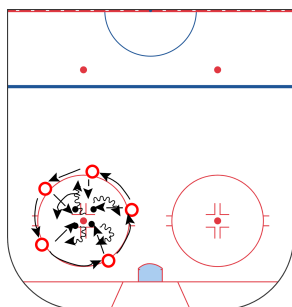
1:1 spielen.

Erschweren

Kreis verkleinern.

Schnapp die Maus

Posten 3



Basisform

Im Kreis befindet sich eine Maus (Puck) weniger, als Kinder teilnehmen. Die Kinder laufen um den Kreis herum. Auf das Signal der Trainerin oder des Trainers holen sie sich eine Maus und fahren damit im Kreis. Wer keine Maus ergattert hat, versucht, eine Maus zu erobern. Die Einsätze dauern jeweils rund 30 Sekunden.

Erleichtern

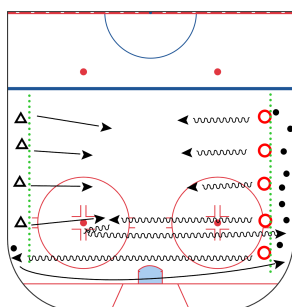
Die Übung nach dem Signal auf das ganze Feld ausweiten.

Erschweren

Weniger Pucks, mehr fangende Kinder einsetzen.

Kürbis-Markt

Posten 4



Basisform

Die Kürbisse (Bälle, Würfel o. Ä.) werden von den Bauernkindern auf den Markt gebracht. Die Krähenkinder versuchen, die Kürbisse zu stehlen und zurück auf den Bauernhof zu bringen. Berührt ein Krähenkind einen Kürbis, muss das Bauernkind mit dem Kürbis zurück auf den Bauernhof. Die Zeit wird gestoppt, sobald alle Kürbisse auf dem Markt sind.

Erleichtern

Weniger Krähenkinder einsetzen.

Erschweren

Mehrere Bauernkinder einsetzen.

Bei dieser Trainingsplanung handelt es sich um einen Entwurf. Wir sind dankbar für Rückmeldungen zu Inhalt, Umsetzbarkeit und Layout. Meldet euch direkt bei Emanuel Frei: emanuel.frei@sihf.ch