



Schlangenlinien: Innen- und Aussenkante bewusst einsetzen

Erscheinungsform: Dynamisch und agil Schlittschuhlaufen

SCHLÜSSELEMENT / AKZENT

Bewusstes Einsetzen der Innen- und Aussenkante vorwärts und rückwärts

ZIELGRUPPE & PHASE

U12 (Phase F2/F3)

Pädagogischer Rahmen & Zielsetzung

Zielbeschreibung

Die Kinder beschleunigen beim Vorwärtsfahren durch Schlangenlinien, indem sie mit beiden Schlittschuhen bewusst auf dem Eis bleiben und die Innen- sowie Aussenkanten gezielt einsetzen.

Teachingpoints

- Kufen bleiben auf dem Eis «kleben».
- Tiefe Hockeyposition einnehmen (wie auf einem Pferd sitzend).

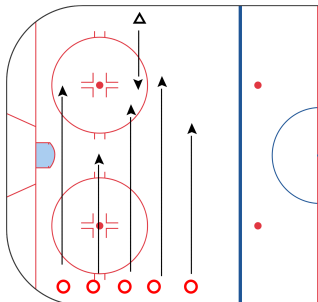
Entwicklungsfragen

- Wie wirst du schneller, wenn du die Kufen auf dem Eis behältst?
- Welche Körperposition nimmst du dabei ein?

EINSTIEG (8 MIN.)

Schlangenfangis

Einstiegsform



Basisform

Die Schlange versucht, die anderen Kinder zu fangen. Die Füße bleiben dabei stets auf dem Eis.

Erleichtern

Spielfeld vergrössern.

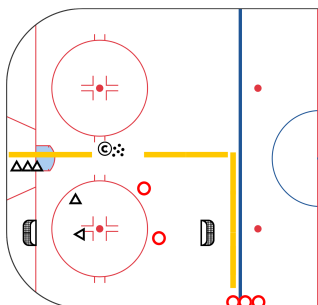
Erschweren

Nur die gejagten Kinder müssen die Schlittschuhe auf dem Eis behalten. Zusätzlich Hindernisse einbauen (z. B. Pneus).

ABSCHLUSS (8 MIN.)

2:2 Schlangenlinie

Abschlussspiel



Basisform

Spiel 2:2, wobei beide Schlittschuhe immer auf dem Eis bleiben müssen.

Erleichtern

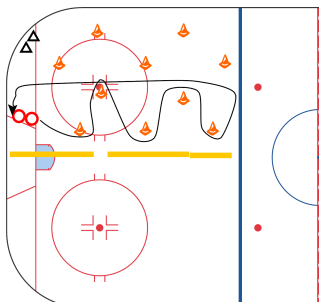
Nur das Kind in Puckbesitz muss in Schlangenlinien fahren.

Erschweren

3:3 spielen.

Schlangen-Parcours

Posten 1



Basisform

Ein Skating-Parcours wird aufgestellt. Der Weg darf nur mittels Schlangenlinienfahren zurückgelegt werden.

Erleichtern

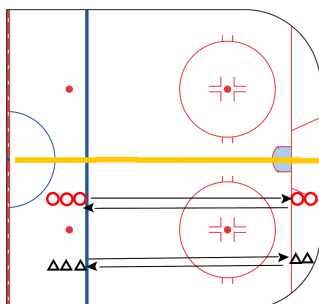
Anzahl Kurven verringern, mehr gerade Wegstücke einbauen. Parcours entsprechend anpassen.

Erschweren

Den Parcours rückwärts absolvieren.

Schlangenlinien-Stafette

Posten 2



Basisform

Die Stafette darf nur mittels Schlangenlinienfahren absolviert werden.

Erleichtern

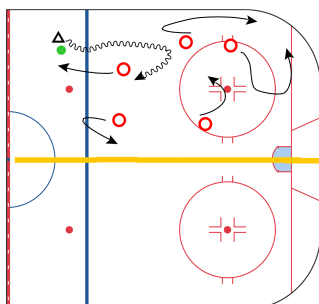
Wege verkürzen, ohne Zeitdruck fahren.

Erschweren

Rückwärts fahren und zusätzlich Hindernisse einbauen.

Schlangenlinien-Ball-Fangis

Posten 3



Basisform

Der Fänger oder die Fängerin versucht, die anderen Kinder per Ballberührung zu fangen. Der Ball wird dabei nicht geworfen. Bei einer Berührung findet ein Fängerwechsel statt.

Erleichtern

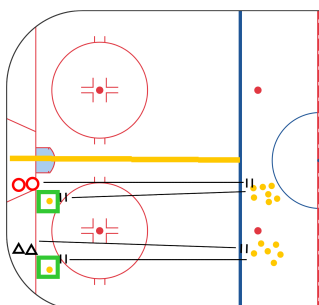
Spielfeld vergrößern. Nur der Fänger oder die Fängerin muss sich mittels Schlangenlinien fortbewegen.

Erschweren

Mehrere Fängerinnen und Fänger einsetzen und Spielfeld verkleinern.

Tennisballtransport

Posten 4



Basisform

Zwei Teams versuchen, so schnell wie möglich die Tennisbälle in den Ring zu bringen. Alle Kinder sind gleichzeitig unterwegs, wobei sich alle nur mittels Schlangenlinien fortbewegen dürfen.

Erleichtern

Nur auf einem festgelegten Weg mittels Schlangenlinien fortbewegen.

Erschweren

Einen Weg vorwärts und einen anderen Weg rückwärts zurücklegen.