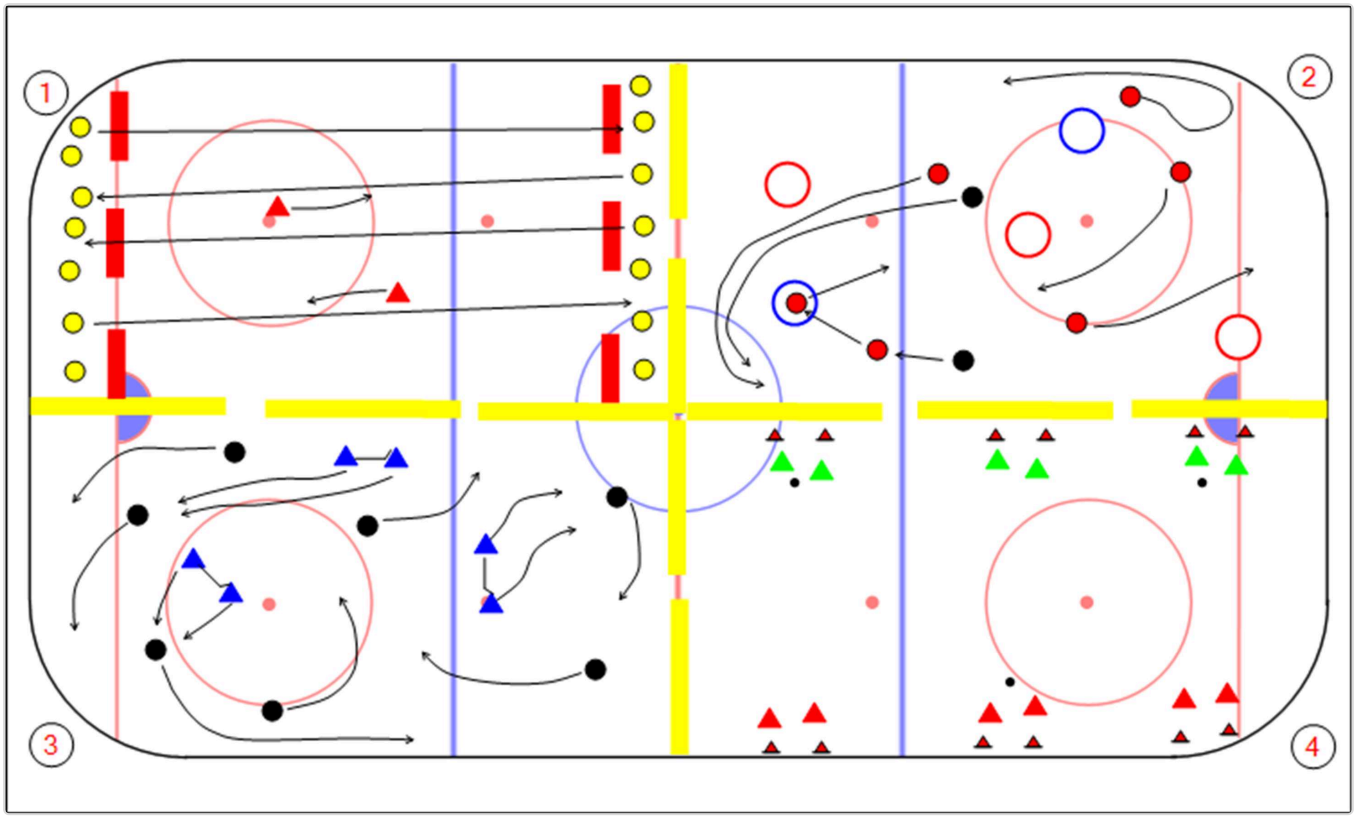
TRAININGSPLAN · HOCKEYSCHULE | PHASE F1

Dschungelbuch

Stationentraining. Alle Posten finden gleichzeitig statt.

THEMA
Dschungelbuch

ZIELGRUPPE & PHASE
Hockeyschule (Phase F1)



POSTEN (GLEICHZEITIG)

Mogli und Shir Khan

Posten 1

Basisform	Der Tiger Shir Khan (rotes Dreieck) lauert im Dschungel. Mogli (gelbe Kreise) schwingt von Liane zu Liane und fährt dabei von einer Seite zur anderen. Shir Khan (rote Dreiecke) versucht, ihn zu fangen. Ist Mogli gefangen, wird er auch zu Shir Khan (Dreieck). Das Spiel dauert, bis niemand mehr Mogli ist.

Affen im Baum

Posten 2

Basisform	Die Affen (rote Punkte) schwingen durch den Wald. Plötzlich kommt Shir Khan (schwarze Punkte) vorbei und versucht, die Affen zu fressen. Die Affen können sich auf dem Baum (Hula-Hoop-Reifen) in Sicherheit bringen. Kommt ein zweiter Affe in den Reifen, muss der erste Affe den Reifen verlassen. Ist ein Affe gefressen, können die anderen Affen ihn wieder retten (erlösen).

Das Wolfsrudel

Posten 3

Basisform	Das Wolfsrudel (blaue Dreiecke, mit dem Stock verbunden) schleicht durch den Wald und jagt Beute (schwarze Ringe). Wird eine Beute gefangen, wird sie zum Wolf und damit zum Dreieck (Verbindung zu dritt). Sind es vier Wölfe im Rudel, lösen sich zwei Wölfe und bilden ein neues Wolfspaar, das heisst, die Dreiecke lösen sich in zwei Paare auf.

Kokosnüsse verstecken

Posten 4

Basisform	Die Affen wollen die Kokosnüsse in der Dschungelburg verstecken, damit sie später einen Vorrat haben. Gespielt wird 2 gegen 2 oder 3 gegen 3, damit die Kinder viel aktiv sind. Wer hat zuerst drei Kokosnüsse versteckt?

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