



Anfänger und Fortgeschrittene - 5. Stunde

Materialien: Hütchen, Schwimnudeln, Plastikpuck, Ball

S = Schüler, Schülerin(nen)

ÜBEN in Gruppen während des Publikumseislaufens

Zielübung	Methodischer Aufbau/ Spiele	Ordnungsrahmen
Aufwärmen: Virusspiel Wer fürchtet sich vor Yeti?	<p>2 Viren (durch Schwimnudeln gekennzeichnet) sind Fänger. Wenn S gefangen, dann stehenbleiben. Erlösen: 2 S nehmen „Kranken“ an Händen und ziehen ihn ins Krankenhaus (Werbeplakat an Bande)</p> <p>Yeti steht an einer Seite des Feldes, alle anderen Kinder an der Bande gegenüber. „Wer fürchtet sich vor Yeti?“ „Niemand“. „Und wenn er kommt?“ „Dann laufen wir davon“ Yeti und Kinder wechseln Seite, wer von Yeti gefangen wird, wird auch zu einem Yeti.</p>	<p>Feld: Hälfte eines Drittels mit Hütchen abstecken</p>
Technik: Mohawk (Umdrehen von vw. auf rw.)	<ul style="list-style-type: none"> - Fahren auf einem Bein - Standübung 1) Stand auf 1 Bein 2) Ferse (Spielbein) in Fußmitte des Standbeines setzen 3) ehem. Standbein heben - Mowhak im Fahren mit Hilfestellung eines anderen S - Vw. Laufen – Mowhak – rw. Laufen - Paarlauf: zu zweit gegenüber, beide Hände fassen. A fährt vw., B fährt rw., dann 1/2 Drehung A fährt rw, B vw..... 	
Wiederholung: Slalom rw. Fahren	<ul style="list-style-type: none"> - C-Lauf - Slalom zu zweit/in Gruppen (gleich, jeder 2. gegengleich) - rw. Fische, C-Lauf li/re/abwechselnd - zu zweit gegenüber- Handfassung: A gleitet- B zieht A indem er/sie rw. läuft - zu zweit gegenüber - Handfassung: A und B versuchen Partner rw. zur Bande zu ziehen 	<p>△ △ △ △ △</p>
Technik: Springen	<ul style="list-style-type: none"> - springen im Stehen - springen im Fahren - über Linien springen - Schwimnudeln auflegen – drüber springen - Springen mit 1/2 und 1/1 Drehung 	
Fahren in der Gruppe: Schlangenfahren	<p>S fahren hintereinander - Handfassung</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) der Kopf der Schlange fährt Bogenlinien vor 2) Schnecke: Kopf fährt immer enger werdenden Kreis 3) Kreis: Schlange formiert sich zu Kreis- im Kreis fahren (Richtungswechsel) 4) Schlange beißt sich in den Schwanz: Kopf fährt durch Tor, gebildet durch die hintersten zwei 	
Spiel: Fußball	<p>Mit 4 Hütchen 2 Tore bauen –Fußball spielen mit Plastikpuck</p>	